

ABSTRAK

Sukmawati, F. S. I. R., (2026). Pengalaman Luka Batin Pada Dewasa Awal Akibat Perceraian Orang Tua. Skripsi. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Perceraian orang tua adalah kejadian yang dapat memberikan pengaruh psikologis kepada anak, baik dari segi emosional maupun sosial, dan juga memengaruhi proses adaptasi individu. Studi ini berfokus pada pemahaman aspek psikologis anak dalam menghadapi perceraian orang tua, mencakup arti perceraian, dampak emosional, cara-cara mengatasi, dukungan sosial, serta pengaruhnya terhadap pandangan pribadi terkait hubungan antarpribadi dan kehidupan di masa mendatang. Studi ini menerapkan pendekatan deskriptif kualitatif dengan melibatkan tiga orang dewasa muda yang telah mengalami perceraian orang tua sebagai narasumber penelitian. Informasi diperoleh melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan dianalisis dengan analisis tematik melalui proses transkripsi, pengkodean, pengelompokan, dan penentuan tema. Temuan studi mengindikasikan bahwa perceraian orang tua dipahami dengan cara yang berbeda oleh setiap informan dan menimbulkan reaksi emosional seperti kesedihan, ketakutan, kemarahan, serta pengalaman traumatik karena pertikaian dalam keluarga. Menghadapi situasi tersebut, informan menerapkan berbagai strategi adaptasi, seperti menahan emosi, menghindari pertikaian, mengalihkan fokus melalui kegiatan tertentu, serta mencari dukungan emosional dari teman sejawat. Dukungan sosial terbukti memiliki peran signifikan dalam mendukung proses adaptasi diri informan. Selain itu, pengalaman perceraian orang tua juga berdampak pada sudut pandang informan mengenai hubungan interpersonal dan pernikahan di masa mendatang, seperti timbulnya rasa cemas terhadap komitmen dan tantangan dalam mempercayai orang lain. Meskipun begitu, pengalaman itu pun menjadikan individu lebih mandiri dan berpikir reflektif tentang kehidupan. Oleh karena itu, perceraian orang tua adalah pengalaman yang rumit dan dapat memengaruhi perkembangan psikologis seseorang dalam jangka panjang.

Kata kunci: perceraian, penyesuaian diri, coping, dukungan sosial, pengalaman.

ABSTRACT

Sukmawati, F. S. I. R., (2026). *The Experience of Emotional Trauma in Early Adulthood Resulting from Parental Divorce*. Thesis. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

Parental divorce is an event that can have psychological effects on children, both emotionally and socially, and can also influence an individual's adaptation process. This study focuses on understanding the psychological aspects of children coping with parental divorce, including the meaning of divorce, emotional impacts, coping strategies, social support, and its influence on personal views regarding interpersonal relationships and future life. This study employs a qualitative descriptive approach, involving three young adults who have experienced parental divorce as research informants. Information was obtained through in-depth interviews and analyzed using thematic analysis through a process of transcription, coding, grouping, and theme identification. The study's findings indicate that parental divorce is understood differently by each informant and elicits emotional reactions such as sadness, fear, anger, and traumatic experiences stemming from family conflicts. Facing this situation, the informants employed various coping strategies, such as suppressing emotions, avoiding conflict, redirecting their focus through specific activities, and seeking emotional support from peers. Social support has been shown to play a significant role in facilitating the informants' adaptation process. Furthermore, the experience of parental divorce also shapes the informant's perspective on future interpersonal relationships and marriage, such as the emergence of anxiety regarding commitment and challenges in trusting others. Nevertheless, this experience also fosters greater independence and encourages reflective thinking about life. Therefore, parental divorce is a complex experience that can influence an individual's long-term psychological development.

Keywords: divorce, adjustment, coping, social support, experience.