

**HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DAN PERTUMBUHAN PASCATRAUMA
PADA DEWASA AWAL DENGAN RIWAYAT *ADVERSE CHILDHOOD
EXPERIENCES* (ACE)**

Anindhita Parasdyapawitra A

15000118130112

Fakultas Psikologi

Universitas Diponegoro

anindhitaparasdya@gmail.com

ABSTRAK

Adverse Childhood Experiences (ACE) dikaitkan dengan berbagai dampak negatif pada kesehatan mental orang dewasa awal. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa pertumbuhan pribadi pasca-trauma setelah peristiwa yang sangat menantang dapat difasilitasi oleh penerapan strategi koping emosional, seperti pemaafan. Penelitian ini mengkaji hubungan antara pemaafan dan pertumbuhan pascatrauma pada dewasa awal dengan riwayat ACE di Indonesia. Sampel terdiri dari 152 dewasa awal, berusia 18-25 tahun ($M = 21,53$; $SD = 1,919$), sebagian besar perempuan (92,1%), dan melaporkan setidaknya satu ACE selama masa kanak-kanak mereka. Instrumen dalam penelitian ini adalah WHO ACE-*International Questionnaire*, *Post-traumatic Growth Inventory* (21 aitem, $\alpha = 0,922$) dan Skala Pemaafan (34 aitem, $\alpha = 0,935$). Analisis dilakukan dengan menggunakan uji Spearman's rho dan Mann-Whitney U. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemaafan berkorelasi positif dan signifikan dengan pertumbuhan pasca trauma ($r_{xy} .471$, $p = .000$). Semakin tinggi pemaafan, semakin tinggi pula pertumbuhan pascatrauma, dan sebaliknya, semakin rendah pemaafan, semakin rendah pula pertumbuhan pascatrauma. Hasil penelitian ini berimplikasi pada disarankannya pengembangan intervensi berbasis pemaafan untuk meningkatkan pertumbuhan pascatrauma pada dewasa awal dengan riwayat ACE.

Kata kunci: *Adverse Childhood Experiences*, pemaafan, pertumbuhan pascatrauma, dewasa awal, Indonesia