

## **Peran Riwayat Trauma Masa Kanak-Kanak terhadap Regulasi Emosi pada Individu Dewasa Awal**

*Wulan Rahma Wati<sup>1</sup>, Kwartarini Wahyu Yuniarti<sup>2</sup>*

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

e-mail: \*[wulan.r.w@mail.ugm.ac.id](mailto:wulan.r.w@mail.ugm.ac.id), [kwartarini\\_psy@ugm.ac.id](mailto:kwartarini_psy@ugm.ac.id)

### **Abstract:**

Emotion regulation, or the ability to identify, understand, accept, and manage emotions, is a critical skill to have, particularly in early adulthood. The ability to regulate emotions is influenced by a variety of factors, including exposure to traumatic experiences or childhood trauma (CT). Individuals with severe childhood trauma or neglect reported more maladaptive emotion regulation strategies in adulthood than those without a history of childhood trauma. However, there have been no studies examining the role of CT on emotion regulation in early adult individuals in the Indonesian context. Therefore, this research aimed to determine the role of childhood trauma on the emotional regulation ability of early adult individuals in Indonesia. This research used sequential explanatory method which combining quantitative and qualitative data. The research participants were 270 active students in Yogyakarta, Indonesia, with an age range of 18-25 years. Participants filled out the Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) and Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) instruments online. This research used a simple linear regression analysis technique to see whether childhood trauma experiences predict emotion regulation in early adult individuals. This research resulted in the finding that CT cannot predict emotion regulation in early adult individuals.

**Keywords:** *childhood trauma, emotion regulation, stress, early adulthood, Indonesia*

### **Abstrak:**

Regulasi emosi atau kemampuan untuk mengidentifikasi, memahami, menerima, dan mengelola emosi merupakan kemampuan yang sangat penting untuk dimiliki individu terlebih pada masa dewasa awal. Kemampuan regulasi emosi dipengaruhi banyak faktor, antara lain paparan pengalaman traumatis pada masa kanak-kanak atau *childhood trauma* (CT). Individu dengan trauma atau pengabaian masa kanak-kanak yang parah dilaporkan memiliki strategi regulasi emosi yang lebih maladaptif di masa dewasa dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki riwayat trauma pada masa kanak-kanak. Meskipun demikian, belum ada studi yang meneliti peran CT terhadap regulasi emosi pada individu dewasa awal di konteks Indonesia. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran trauma masa kanak terhadap kemampuan regulasi emosi individu dewasa awal di Indonesia. Penelitian



ini menggunakan *sequential explanatory method* yang mengkombinasikan data kuantitatif dan kualitatif. Partisipan penelitian adalah 270 mahasiswa aktif di Yogyakarta, Indonesia, dengan rentang usia 18-25 tahun. Partisipan mengisi instrumen Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) dan Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) secara *online*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana untuk melihat apakah pengalaman trauma masa kecil memprediksi regulasi emosi pada individu dewasa awal. Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa CT tidak dapat memprediksi regulasi emosi pada individu dewasa awal.

**Kata Kunci:** *childhood trauma, regulasi emosi, stres, dewasa awal, Indonesia*