

**PENGARUH ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES TERHADAP
PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA EMERGING ADULTHOOD**



Oleh:

WULAN INDIRA MAHARANI

(1801621019)

PSIKOLOGI

SKRIPSI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2025

**PENGARUH ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES TERHADAP
PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA EMERGING ADULTHOOD**



Oleh:

WULAN INDIRA MAHARANI

(1801621019)

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelara Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Pengaruh *Adverse Childhood Experiences* Terhadap *Psychological Distress* Pada
Emerging Adulthood”

Nama Mahasiswa : Wulan Indira Maharani
NIM : 1801621019
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : Senin, 14 Juli 2025

Pembimbing I



Deasyanti, Ph.D, Psikolog

NIP. 196612072005012001

Pembimbing II

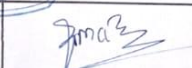
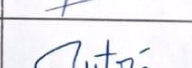
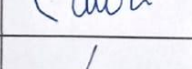


Liza Yudhita Widyastuti,

M.Psi, Psikolog

NIP. 199104252022032009

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		Senin, 28-07-2025
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil penanggungjawab)		Kamis, 31-07-2025
Irma Rosalinda Lubis, M.Si, Psikolog (Ketua Sidang)		Senin, 28-07-2025
Fildzah Rudyah Putri, M.Si. (Dosen Penguji I)		Rabu, 30-07-2025
Erik, M.Si. (Dosen Penguji II)		Senin, 28-07-2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Wulan Indira Maharani

NIM : 1801621019

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "*Pengaruh Adverse Childhood Experiences Terhadap Psychological Distress Pada Emerging Adulthood*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh pada hasil penelitian dari bulan Maret hingga Juli 2025.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan ini tidak benar.

Jakarta, 10 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Wulan Indira Maharani

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya dan adik saya yang selalu memberikan dukungan hingga saya dapat bertahan dan menyelesaikan skripsi ini dengan baik.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Wulan Indira Maharani
NIM : 1801621019
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : indirawulan10@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Adverse Childhood Experiences terhadap Psychological Distress
pada Emerging Adulthood

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Agustus 2025

Penulis


tangan
Wulan Indira Maharani

WULAN INDIRA MAHARANI

**PENGARUH ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES TERHADAP
PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA EMERGING ADULTHOOD**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi,

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Adverse Childhood Experiences* terhadap *Psychological Distress* pada *emerging adulthood*. Penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode kuesioner dan teknik analisis regresi linear sederhana. Sampel penelitian berjumlah 130 masyarakat Indonesia yang berusia 18-25 tahun dengan teknik *convenience sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Psychological Distress Scale* (K-10) yang telah diadaptasi oleh Pramartadewi (2024) dan WHO-ACE-IQ yang telah diadaptasi oleh Rahapsari (2021) ke dalam Bahasa Indonesia. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *Adverse Childhood Experience* terhadap *Psychological Distress* pada *emerging adulthood* dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$).

Kata kunci: *Adverse Childhood Experiences*, Distress Psikologi, *Emerging Adulthood*

WULAN INDIRA MAHARANI

**THE EFFECT OF ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE ON
PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN EMERGING ADULthood**

Thesis

Jakarta: Major of Psychology,

Faculty of Psychology, State University of Jakarta

2025

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of Adverse Childhood Experiences on Psychological Distress in emerging adulthood. The study used a quantitative approach with a questionnaire method and simple linear regression analysis techniques. The research sample consisted of 130 Indonesians aged 18-25 years old using a convenience sampling technique. The instruments used in this study were the Psychological Distress Scale (K-10) adapted by Pramartadewi (2024) and the WHO-ACE-IQ adapted by Rahapsari (2021) into Indonesian. The results of the analysis showed that there was an influence between Adverse Childhood Experiences on Psychological Distress in emerging adulthood with a significance value of 0.001 ($p < 0.05$).

Keywords: *Adverse Childhood Experiences, Psychological Distress, Emerging Adulthood*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karunianya yang menyebabkan penulis dapat menyelesaikan proses penelitian skripsi yang berjudul “Pengaruh *Adverse Childhood Experiences* Terhadap *Psychological Distress* Pada *Emerging Adulthood*” dengan tepat waktu. Penelitian skripsi ini memiliki tujuan yaitu untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi) Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Dalam menyusun penulisan penelitian skripsi ini tentunya memerlukan banyak motivasi dan pertolongan dari berbagai pihak demi kelancaran proses pengerjaan tersebut. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin memberikan ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang membantu, diantaranya :

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar F. R., M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D, Ibu Dr. Lussy Dwiutami, M.Pd. dan Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D, selaku Wakil Dekan I, II, dan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si selaku Koordiansi Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Deasyanti, M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Skripsi I yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk memberikan peneliti ilmu terkait fenomena, variabel, dan metode penelitian.
5. Mba Liza Yudhita Widyastuti, M.Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk memberikan masukan terkait penelitian dan dukungan emosional kepada peneliti.
6. Keluarga besar saya Ibu, Ayah, Adik, Kakek, Nenek, Mamang, Om, Bibi, dan Sepupu-sepupu yang selalu mendukung peneliti secara emosional dan materil sehingga peneliti selalu mendapatkan kekuatan untuk mengerjakan penelitian skripsi hingga selesai
7. Almarhumah Nenek peneliti yang telah berpulang kembali ke sisi Allah SWT saat peneliti sedang proses mengerjakan skripsi. Terima kasih selalu

memberikan dukungan dan juga kepercayaan meskipun sedang sakit kepada peneliti serta meyakinkan peneliti agar bisa menghadapi semua permasalahan ini, hingga akhirnya dapat memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

8. Teman-teman dekat saya selama masa kuliah yaitu, Nasya, Abiefa, Hira, Maisun, Tyas, Kamila, Desti, Sabilla, Adelia, dan Amelia yang selalu menemani peneliti dan selalu mendengarkan keluh-kesah sejak mahasiswa baru hingga sekarang.
9. Teman-teman magang PKP SDS Pantara yaitu, Kirei, Heni, Meyanti, dan Annisa yang sudah sama-sama berjuang dan selalu memberikan dukungan kepada peneliti.
10. Teman-teman satu bimbingan dengan Ibu Deasyanti, M.Psi, yaitu Rahita, Irbah, Haykal, Vita, Ibnu, Rio, dan Desya yang sudah sama-sama berjuang dan saling membantu terkait penelitian satu sama lain.
11. Teman-teman mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021, khususnya untuk kelas B yang telah menemani perjalanan peneliti dalam semua kegiatan di FPsi UNJ dan juga kegiatan pembelajaran di kelas.
12. Para responden penelitian ini yang sangat berdedikasi dan mengikuti seluruh rangkaian penelitian dengan sangat baik.
13. *Someone who has accompanied me for 9 years through all the joys and sorrows together. Thank you for always believing in and supporting researchers even from a distance.*
14. Ucapan terakhir saya berikan kepada diri saya sendiri yang sudah mampu berjuang hingga saat ini, selalu mampu untuk bangkit disetiap kegagalan dan juga permasalahan, serta percaya bahwa semua akan terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari betul bahwa masih banyak kekurangan dalam penelitian ini. Maka dari itu, peneliti secara terbuka menerima kritik dan masukan yang membangun agar susunan penelitian skripsi ini dapat lebih baik kedepannya. Semoga dengan hasil penelitian skripsi ini dapat memberikan manfaat berupa informasi bagi penulis, individu yang membaca, dan semua responden yang terlibat dalam kegiatan tersebut.

Jakarta, 10 Juli 2025

Wulan Indira Maharani



DAFTAR ISI

ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.6.2 Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 <i>Psychological Distress</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Psychological Distress</i>	9
2.1.2 Aspek-aspek <i>Psychological Distress</i>	10
2.1.3 Faktor-faktor <i>Psychological Distress</i>	10
2.1.4 Dampak yang Ditimbulkan <i>Psychological Distress</i>	12
2.1.5 Instrumen <i>Psychological Distress</i>	13
2.2 <i>Adverse Childhood Experiences</i>	15
2.2.1 Definisi <i>Adverse Childhood Experiences</i>	15
2.2.2 Aspek-aspek <i>Adverse Childhood Experiences</i>	16
2.2.3 Kategorisasi <i>Adverse Childhood Experiences</i>	17
2.2.4 Dampak yang Ditimbulkan <i>Adverse Childhood Experiences</i>	17
2.2.5 Instrumen <i>Adverse Childhood Experiences</i>	18
2.3 <i>Emerging Adulthood</i>	20

2.3.1 Definisi <i>Emerging Adulthood</i>	20
2.3.2 Karakteristik <i>Emerging Adulthood</i>	21
2.4 Hubungan Adverse Childhood Experiences dengan Psychological Distress	23
2.5 Kerangka Konseptual	25
2.6 Hipotesis.....	26
2.7 Penelitian Relevan.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Tipe Penelitian	32
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	32
3.2.1 Definisi Konseptual Variabel.....	33
3.2.2 Definisi Operasional Variabel.....	34
3.3 Populasi dan Sampel	35
3.3.1 Populasi.....	35
3.3.2 Sampel.....	35
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.4.1 Psychological Distress Scale Kessler (K-10).....	37
3.4.2 World Health Organization Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (WHO ACE-IQ)	39
3.5 Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Instrumen	43
3.5.1 Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Psychological Distress Scale Kessler (K-10).....	43
3.5.2 Hasil Uji Validitas & Reliabilitas WHO Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ)	45
3.6 Analisis Data	47
3.6.1 Uji Asumsi Prasyarat.....	48
3.6.2 Uji Hipotesis	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	50
4.1.1 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	50
4.1.2 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia.....	50
4.1.3 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Domisili Tempat Tinggal	51

4.1.4 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir	52
4.1.5 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Status Pekerjaan.....	53
4.2 Prosedur Penelitian.....	54
4.2.1 Persiapan Penelitian	54
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	55
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	56
4.3.1 Hasil Data Deskriptif.....	57
4.4 Hasil Uji Asumsi	61
4.5 Hasil Uji Hipotesis	63
4.6 Pembahasan.....	65
4.7 Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	68
5.1 Kesimpulan	68
5.2 Implikasi.....	68
5.3 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	76



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	26
---------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print K-10 Kessler	39
Tabel 3. 2 Blueprint WHO-ACE-IQ	42
Tabel 3. 3 Validitas Instrumen K-10.....	44
Tabel 3. 4 Reliabilitas Instrumen K-10	45
Tabel 3. 5 Korelasi ACE-IQ dan ACEQ.....	46
Tabel 3. 6 Reliabilitas WHO-ACE-IQ-10.....	47
Tabel 4. 1 Jenis Kelamin Partisipan	50
Tabel 4. 2 Usia Partisipan	51
Tabel 4. 3 Domisili Partisipan.....	51
Tabel 4. 4 Tingkat Pendidikan	53
Tabel 4. 5 Status Pekerjaan Partisipan	53
Tabel 4. 6 Deskriptif Variabel PD.....	57
Tabel 4. 7 Deskriptif Variabel ACE.....	58
Tabel 4. 8 Kategorisasi Variabel PD.....	59
Tabel 4. 9 Kategorisasi Variabel ACE.....	60
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas Residual	61
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas	62
Tabel 4. 12 Hasil Uji heteroskedastisitas	62
Tabel 4. 13 Coefficient Regresi Linear Sederhana	63
Tabel 4. 14 Model Summary.....	64
Tabel 4. 15 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Contoh Instrumen Penelitian	76
Lampiran 2 Hasil Uji Asumsi dan Uji Hipotesis Variabel Psychological Distress dan Adverse Childhood Experiences	82
Lampiran 3 Hasil Uji Deskriptif Variabel Psychological Distress dan Adverse Childhood Experiences	84
Lampiran 4 Kategorisasi Variabel Psychological Distress dan Adverse Childhood Experiences	86
Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup Penulis	87

