

HUBUNGAN KELEKATAN DENGAN ORANG TUA PADA REMAJA DENGAN PENGALAMAN TRAUMA MASA KECIL: STUDI FENOMENOLOGI

THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT TO PARENTS AND ADOLESCENTS WITH CHILDHOOD TRAUMA EXPERIENCES: A STUDY FENOMENOLOGY

¹Mei Putri Crismayanti, ²Mohamad Fikriyanto H. Kilo

¹Dosen Program Studi Ners, STIKes Bhakti Husada Cikarang

²Dosen Program Studi Ners, Universitas Widya Nusantara

Corresponden Email *Meiputri50@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Kekerasan yang dialami pada masa kecil akan menimbulkan masa krisis saat seseorang berusia remaja. Masa krisis yang muncul merupakan kelekatan orang tua dan anak. Beberapa remaja menjadi semakin mengalami krisis atau permasalahan ketika pada masa kanak-kanak mengalami suatu peristiwa yang tidak menyenangkan bahkan trauma. Pengalaman traumatis pada masa kanak-kanak akan memberikan dampak pada kedekatan orang tua. **Tujuan:** Mengeksplorasi secara mendalam tentang pengalaman hubungan kelekatan dengan orang tua pada remaja dengan pengalaman trauma masa kecil. **Metode Penelitian:** penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode pendekatan studi fenomenologi. untuk mengeksplor pengalaman gangguan kelekatan dengan orang tua: kehidupan yang dialami oleh remaja dengan pengalaman masa kecil yang merugikan. Dalam penelitian ini melibatkan tiga mahasiswa sebagai partisipan. Pemilihan partisipan dalam penelitian ini dilakukan dengan dengan *Snowball Sampling* dengan kriteria Partisipan merupakan mahasiswa aktif di salah satu Universitas di Semarang yang pernah mengalami trauma masa kecil. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu peneliti itu sendiri, alat perekam (*voice recorder*) dan *field note*. **Hasil:** Didapatkan hasil 3 tema utama yaitu hilangnya kepercayaan perasaan marah dan benci, perasaan emosional terhadap trauma masa kecil, dan hubungan orang tua dan anak. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian ini menunjukkan bahwa partisipan dalam penelitian ini memiliki kelekatan yang baik dengan orang tua walaupun masih ada emosi yang dipendam. **Saran:** Untuk penelitian selanjutnya dapat mengembangkan sebuah intervensi guna untuk mengetahui bagaimana pengaruhnya regulasi emosi terhadap trauma masa kecil yang pernah dialami oleh mahasiswa.

Kata kunci: Hubungan kelekatan, Orang tua, Remaja, trauma masa kecil

Abstract

Introduction: Violence experienced in childhood will lead to a crisis period when a person is in adolescence. The crisis period that arises is the attachment of parents and children. Some adolescents become increasingly experiencing a crisis or problem when in childhood experienced an unpleasant event or even trauma. Traumatic experiences in childhood will have an impact on parental closeness. **Objective:** To explore in depth the experience of attachment relationships with parents in adolescents with childhood trauma experiences. **Research Methods:** This research is a qualitative research with a phenomenological study approach method. to explore the experience of attachment disorders with parents: life experienced by adolescents with adverse childhood experiences. This study involved three students as participants. The selection of participants in this study was carried out by snowball sampling with the criteria that participants were active students at one of the universities in Semarang who had experienced childhood trauma. The research instruments used were the researcher himself, a recording device (*voice recorder*) and field notes. **Results:** The results obtained 3 main themes namely loss of trust feelings of anger and hatred, emotional feelings of childhood trauma, and the relationship between parents and children. **Conclusion:** Based on the results and discussion of this study, it shows that the participants in the research. **Suggestion:** For further research, an intervention can be developed to determine how emotional regulation affects childhood trauma experienced by students. **Keywords:** Attachment relationship, Parents, Adolescents, Childhood trauma.

Pendahuluan

Sensitifitas psikologis pada masa anak sangat kuat, sehingga perlakuan kasar terhadap anak akan berakibat fatal pada kondisi psikologisnya. Menurut data WHO mencatat setidaknya 3 dari 4 anak dari 300 juta anak di dunia, mengalami trauma pada kanak-kanak pada usia 2-4 tahun, dan 1 dari 5 perempuan mengalami trauma ketika anak-anak pada usia 0-17 tahun. Dilihat dari prevalensi yang ada, menjadikan trauma pada masa kanak-kanak menjadi masalah global yang memiliki konsekuensi jangka panjang yang serius, terutama pada negara-negara dengan pendapatan menengah ke bawah. Trauma pada masa kanak-kanak terdiri dari kekerasan fisik dan atau emosi, pelecehan seksual, penelantaran, kelalaian dan eksploitasi, yang membahayakan kesehatan, keselamatan, perkembangan dan martabat yang terjadi pada anak usia 18 tahun (Geneva: WHO, 2022).

Kekerasan yang dialami pada masa kecil akan menimbulkan masa krisis saat seseorang berusia remaja. Masa krisis yang muncul akibat trauma masa kecil merupakan ciri khusus pada remaja. Beberapa remaja menjadi semakin mengalami krisis atau permasalahan ketika pada masa kecil mengalami suatu peristiwa yang tidak menyenangkan bahkan trauma. Pengalaman traumatis pada masa kecil merupakan faktor resiko bagi perkembangan gejala pascatrauma di kemudian hari ketika remaja menghadapi stressor traumatis berikutnya (Erlita et al., 2020).

Trauma masa kecil merupakan suatu pengalaman yang dinilai kurang baik atau buruk bagi anak-anak yang mengalaminya. Pengalaman buruk yang remaja alami cenderung serius sehingga memungkinkan untuk berdampak pada masa remaja maupun masa dewasa. (Irwanto P & Kumala, 2020) menyebutkan bahwa pada anak-anak, perilaku yang terbentuk karena pengalaman traumatis dapat mengakar dan tertanam dalam perkembangan kepribadian remaja.

Berdasarkan aspek dalam kehidupan remaja akibat dari trauma masa kecil di antaranya mengalami hubungan sosial pertemanan maupun akademik. Bahkan dalam suatu penelitian ditemukan kemungkinan munculnya gangguan psikosis akibat trauma tersebut. Pada masa kecil, pertumbuhan dan perkembangan sangat dipengaruhi oleh banyak faktor maka bukan menjadi hal yang tidak mungkin ketika anak mengalami trauma maka dapat berdampak pada perkembangan selanjutnya di masa remaja.

Peranan keluarga tidak hanya menyangkut pemenuhan segala kebutuhan yang bersifat biologis saja, tapi juga kebutuhan psikologis dan sosiologis yang wujud nyatanya adalah terjalinnya kelekatan yang aman antara anak dengan orang tua. Pada kenyataannya saat ini, peran orang tua sebagai pendidik pertama dan utama mulai terabaikan, kedekatan hubungan antara anak dengan orang tua ada kecenderungan mulai berkurang.

Kelekatan anak pada orang tua adalah ikatan emosi yang kuat antara anak dengan kedua orang tua. Kelekatan yang terjalin antara orang tua dengan anak berkembang seiring dengan tumbuh kembang anak, pada masa bayi sampai kanak-kanak kelekatan dipandang sebagai sebuah mekanisme bertahan hidup yang dimiliki oleh seorang bayi untuk mendapatkan perlindungan dan perawatan dari orangtuanya. Menurut Santrock (2013) kelekatan adalah ikatan emosional yang kuat yang terjadi antara dua individu yang terbentuk karena adanya suatu interaksi.

Bowlby didalam Purnama & Wahyuni (2017) menjelaskan bahwa kelekatan adalah ikatan psikologis antara individu yang tercipta mulai awal kehidupan, yang berlangsung antara pengasuh dan anak, dan mempunyai pengaruh pada pembentukan ikatan yang terjadi sepanjang hidup. Ia menegaskan bahwa dalam attachment pengalaman pertama sangat penting untuk menciptakan kepercayaan dalam rancangan seorang anak mengenai respon dan kepercayaan dari orang lain. Kelekatan pada kehidupan awal individu biasanya tercipta dari hubungan orang tua. Rasa kasih sayang dan cinta yang diberikan oleh orang tua terhadap

anak membuat fondasi dari perasaan aman dan harga diri anak dan menyerahkan kepercayaan untuk mengeksplorasi dunianya.

Kelekatan antara orang tua dan remaja berhubungan dengan sikap dan perilaku ayah yang sensitif, bukan dengan jumlah waktu keterlibatan (Ekasari et al., 2019). Kualitas kelekatan yang terjalin antara remaja dan ayah dapat memberikan pengaruh dalam kehidupan sosial remaja. Sebagaimana Carlson & Mc Lanahan (2002) dalam Santrock (2013) bahwa interaksi dengan ayah yang mengasahi, mudah berkomunikasi, dan dapat diandalkan dapat memberikan kepercayaan dan keyakinan pada anak-anaknya sehingga akan mendukung perkembangan sosial remaja.

Seorang remaja akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan optimal jika kebutuhan dasarnya terpenuhi, misalnya kebutuhan fisik (sandang, pangan, papan) dan kebutuhan psikologis berupa dukungan, perhatian dan kasih sayang. Namun ironisnya keluarga justru menjadi sumber ancaman dan ketidaktentraman anak, karena pola asuh orang tua dalam mendidik dan membesarkan anaknya dan perlakuan salah yang sering diterima anak dari keluarga khususnya orang tua.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengeksplorasi secara mendalam tentang pengalaman gangguan kelekatan dengan orang tua: kehidupan yang dialami oleh remaja dengan pengalaman masa kecil. Tujuan dari penelitian ini untuk mengeksplorasi secara mendalam tentang pengalaman hubungan kelekatan dengan orang tua pada remaja dengan pengalaman trauma masa kecil. Temuan hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu tenaga kesehatan memahami pentingnya faktor hubungan interpersonal dalam pemulihan psikologis khususnya pada hubungan kelekatan dengan orang tua pada remaja dengan pengalaman trauma masa kecil

Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode pendekatan studi fenomenologi (Nursalam, 2020) untuk mengeksplor pengalaman gangguan kelekatan dengan orang tua: kehidupan yang dialami oleh remaja dengan pengalaman masa kecil yang merugikan.

Penelitian ini dilakukan di salah satu Universitas yang ada di Kota Semarang waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2025. Dalam penelitian ini melibatkan tiga mahasiswa sebagai partisipan. Pemilihan partisipan dalam penelitian ini dilakukan dengan *Snowball Sampling* yaitu teknik penentuan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil, kemudian membesar (Notoatmodjo, 2018) dengan kriteria Partisipan merupakan mahasiswa aktif di salah satu Universitas di Kota Semarang yang pernah mengalami trauma masa kecil, komunikatif, partisipan mampu menyampaikan pendapat dan pengalaman yang pernah dialami, bersedia menjadi partisipan yang dinyatakan secara verbal dan menandatangani pernyataan dalam *form informed consent*.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu peneliti itu sendiri, alat perekam (*voice recorder*) untuk merekam hasil wawancara dengan partisipan dan *field note* untuk mengidentifikasi respon non-verbal dan situasi selama proses wawancara berlangsung dan pedoman wawancara mendalam yang disusun berdasarkan tujuan penelitian (Afiyanti & Imami, 2014).

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang bertujuan untuk memperoleh informasi mendetail tentang fenomena yang diteliti. Proses pengumpulan data dilakukan berdasarkan teori (Creswell & Poth, 2018) yang terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan terminasi.

Analisis data pada penelitian menggunakan analisis data yang dikembangkan oleh Giorgi terdiri dari beberapa tahap yaitu, peneliti mengembangkan sikap fenomenologi, peneliti berulang kali membaca transkrip, peneliti membuat unit-

Hasil Penelitian

A. Tema dan Hasil Penelitian

Data Penelitian terdiri dari transkrip wawancara dan catatan lapangan dari wawancara peneliti. Data dianalisis menggunakan analisis data yang dikembangkan oleh Giorgi. Geogi menjelaskan bahwa analisis data penelitian kualitatif bersifat interaktif dan berlangsung terus menerus sampai ditemukan data jenuh Lowe et al (2018). Proses penentuan tema dijelaskan pada table berikut:

Tabel 1. Analisa Tema

| Sintesis Tema | Tema Besar |
|---------------------------------------|--|
| 1. Hilangnya kepercayaan | 1. Hilangnya kepercayaan, perasaan marah dan benci |
| 2. Hilangnya perasaan marah dan benci | |
| 3. Perasaan emosi | 2. Perasaan emosional terhadap trauma masa kecil |
| 4. Trauma masa kecil | |
| 5. Hubungan orang tua dan anak | 3. Hubungan orang tua dan anak |

Tema 1: Hilangnya kepercayaan, perasaan marah dan benci

Tema pertama menjelaskan tentang hilangnya kepercayaan, perasaan marah dan benci kepada orang tua. Tema ini terdiri dari dua sistensi tema yaitu hilangnya kepercayaan dan hilangnya perasaan marah dan benci. Partisipan mengatakan bahwa pengalaman masa kecil yang merugikan memeberikan dampak hilangnya kepercayaan kepada orang tua. Pernyataan tersebut diungkapkan oleh partisipan sebagai berikut: *“ya cerita tapi ga yang se detail itu sih mei, ya sewajarnya aja”* (P2,W1,L153)

unit makna atau satuan-satuan makna (*meaning units*), peneliti mentransformasikan unit-unit makna ke dalam deskripsi yang sensitif secara psikologis, peneliti membuat sintesis untuk deskripsi psikologis (La Kahija, 2017)

“...ga pernah cerita yang hati ke hati sama orang tua, ngobrol dari hati kehati sama orang tua juga ga pernah” (P3,W1,L185-186)

Partisipan menjelaskan bahwa sudah tidak marah dan benci karena kejadia itu sudah berlalu. Pernyataan tersebut diungkapkan oleh partisipan sebagai berikut:

“...kalau dibilang benci mah aaaa benci ya mb dulu tapi, kayak sekarang tu saya cuman berjanji ke diri saya sendiri besok kalo jadi ibu saya ga mau jadi ibu yang kek gitu mb...” (P1,W1,L61-63)

“untuk kebencian dan marah mungkin sudah ga ada klo dulu masi ada rasa tidak suka diperlakukan seperti itu...” (P3,W1,L206-208)

Tema 2: Perasaan emotional terhadap trauma masa kecil

Tema kedua menjelaskan tentang perasaan emotional terhadap trauma masa kecil. Tema ini terdiri dari dua sintesis tema yaitu persaan emosi dan trauma masa kecil. Partisipan menjelaskan bahwa perasaan jengkel, marah, campur aduk disaat ingat kejadian trauma masa kecil. Pernyataan tersebut diungkapkan oleh dua partisipan sebagai berikut:

“...marah jengkel sedih capur aduk saya Cuma bisa nangis tok mb...” (P1,W1,L29)

“ya pasti lah mei marah, benci itu ada karna saya masih bertanya-tanya kenapa mereka seperti itu” (P2,W1,L142)

Partisipan sebanyak tiga remaja menyebutkan bahwa trauma masa kecil menyebabkan perasaan emosional. Pernyataan ini diungkapkan partisipan sebagai berikut:

“...nah akhirnya mama saya tu yang marah sampe mukulin saya gitu, kan kalo dulu saya yang ga ngerti ya mb...” (P1,W1,L19-20)

“...saya dulu dipukulin pake kayu gitu mb, dulu tu yang bener-bener sampai lukanya tu sampai dalem gitu mb...” (P1,W1,L25-26)

“...pasti langsung dipukul, dipukul pake ikat pinggang, pake hanger, pernah juga ditampar, pukul di bibir bibir saya ini dipukul karna apa

saya lupa dipukul sama papa saya tu sampe berdarah...” (P2,W1,L125-127)

“...saya ingat mei mama saya dorong kepala saya sampai kena ke jendela, papa pukul pake ikat pinggang, ditampar, dipukul pake hanger jadi semua kejadian itu saya inget semua...” (P2,W1,L129-131)

“...adanya kekerasan fisik saya dipukul sama bapak saya, jadi pas dulu tu klo bapak saya marah ke ibu saya pasti semuanya kena pukul, marahnya itu karna hal sepele, itu sampe mukul ke ibu saya ke saya ke kakak saya kek gitu...” (P3,W1,L169-171)

Tema 3: Hubungan orang tua dan anak

Tema ketiga menjelaskan tentang hubungan orang tua dan anak. Partisipan menjelaskan bahwa hubungannya sekarang dengan orangtua sudah baik-baik saja. Pernyataan tersebut diungkapkan oleh dua partisipan sebagai berikut:

“aaa kalo sekarang si alhamdulillah baik-baik saja ya mb, sudah sering ngobrol sama mama...” (P1,W1,L72-73)

“...jadi sekarang mama lebih baik bisa mendengarkan saya...” (P1,W1,L77)

“kalo mempengaruhi hubungan tidak gimana-gimana sih baik-baik saja...” (P2,W1,L134)

“kalo sama mama sekarang malah bisa jadi teman curhat si mei, saya lebih dekat ke mama.” (P2,W1,L145)

“...lebih ke tidak sedekat orang lain dg ayahnya lalu mungkin ada jarak dimana sy takut untuk melakukan sesuatu diluar Batasan...” (P3,W1,L178-179)

“kalo sama ibu aa alhamdulillah baik-baik aja sih ga yang gimana-gimana” (P3,W1,L183)

Pembahasan

1. Hilangnya kepercayaan, perasaan marah dan benci

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mereka mengatakan hilangnya kepercayaan, perasaan marah dan benci kepada orangtuanya. Ungkapan partisipan sejalan dengan penelitian Rahmawati (2014) pada dasarnya tingkat kepercayaan seseorang dapat terlihat dari seberapa nyamanya orang tersebut bersama

dengan orang yang dipercayainya. Berdasarkan hasil penelitian bahwasanya partisipan belum begitu percaya dengan orang tuanya setelah mengalami trauma. Partisipan kurang bisa berbagi cerita dengan orang tuanya setelah mengalami trauma dan partisipan merasa orang tuanya tidak peduli dengan kondisinya. Serta secara keseluruhan dalam penelitian ini partisipan memiliki tingkat perilaku memaafkan yang sangat tinggi dan sebagian besar peneliti memiliki tingkat kepercayaan terhadap orang tua yang sangat tinggi, selain itu terlihat juga bahwa peneliti memiliki tingkat keterbukaan diri terhadap orang tua yang sangat tinggi.

2. Perasaan emosional terhadap trauma masa kecil

Partisipan mengungkapkan saat teringat dengan trauma masa kecil yang pernah dialami maka partisipan akan mudah emosi dan mudah marah. Ungkapan partisipan ini sudah sesuai dengan penelitian Kim et al., (2017) trauma masa kecil yang tidak diatasi dengan baik dapat menyebabkan gangguan PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) atau gangguan stres pascatrauma. Salah satu yang dapat muncul ketika seseorang mengalami kendala mengatur emosi adalah *hyperarousal*. Kondisi ini umumnya mengakibatkan seseorang tidak bisa mengatur emosi dengan baik karena adanya trauma di masa sebelumnya.

3. Hubungan orang tua dan anak

Partisipan mengatakan kejadian yang terjadi dimasa kecil mempengaruhi hubungan antara anak dan orang tua. Persepsi partisipan ini sesuai dengan pengelitan dari Suzuki et al., (2014)

dimana orang yang mengalami trauma masa kecil cenderung akan kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari, trauma dapat memiliki dampak yang signifikan dan beragam pada fungsi sosial atau karakter seseorang. Berkaitan dengan trauma masa kecil, pada umumnya, masalah mental ini bisa berupa kondisi seseorang yang kurang mampu mengendalikan dirinya sendiri. Oleh sebab itu, individu yang pernah memiliki trauma cenderung sulit menjalin relasi dengan orang lain. Kesulitan memiliki hubungan ditandai juga dengan perilaku orang tersebut

yang menunjukkan sifat membutuhkan atau manipulatif, hingga perilaku agresif dan kekerasan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian ini dapat disimpulkan pengalaman hubungan kelekatan dengan orang tua pada remaja dengan pengalaman trauma masa kecil didapatkan hasil 3 tema utama yaitu hilangnya kepercayaan perasaan marah dan benci, perasaan emosional terhadap trauma masa kecil, dan hubungan orang tua dan anak. Penelitian ini ditentukan bahwa yang menjadi landasan dasar hubungan kelekatan dengan orang tua oleh mahasiswa yang mengalami trauma masa kecil berusaha untuk bangkit dari rasa sakit yang dialami sehingga membentuk regulasi emosi yang baik pada diri mahasiswa, sehingga dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti dengan jenis penelitian kuantitatif.

Ucapan Terimakasih

Dengan penuh rasa syukur, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, dan kontribusinya dalam penulisan artikel ini. Ucapan terima kasih khusus saya sampaikan kepada partisipan atas wawasan, informasi, serta kerja samanya yang sangat berarti dalam proses penyusunan tulisan ini. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat dan menjadi sumbangsih positif bagi para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y., & Imami, N. R. (2014). *Metodologi penelitian kualitatif dalam riset keperawatan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Creswell, J., & Poth, C. (2018). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Ekasari, A., Psi, M., Bayani, I., & Psi, S. (n.d.). "ATTACHMENT PADA AYAH DAN PENERIMAAN PEER-GROUP DENGAN RESILIENSI" STUDI KASUS PADA SISWA LAKI-LAKI DI TINGKAT SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP).
- Erlita, B., Anggadewi, T., Guru, P., & Dasar, S. (2020). *Solution : Jurnal of Counseling and Personal Development Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-kanak Pada Remaja*. 2, 1–7.
- Irwanto P, & Kumala. (2020). *Memahami Trauma Dengan Perhatian Khusus Pada Masa Kanak-Kanak*. PT: Gramedia .
- Kim, J. S., Jin, M. J., Jung, W., Hahn, S. W., & Lee, S. H. (2017). Ruminantion as a mediator between childhood trauma and adulthood depression/anxiety in non-clinical participants. *Frontiers in Psychology*, 8(SEP). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01597>
- La Kahija, Y. F. (2017). *Penelitian fenomenologis. Jalan memahami pengalaman hidup* (Sudibyo G, Ed.; 2nd ed.). Yogyakarta: PT Kanisius.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Purnama, R. A., & Wahyuni, S. (2017). Kelekatan (Attachment) pada Ibu dan Ayah Dengan Kompetensi Sosial pada Remaja Attachment to Mothers and Fathers and Social Competence on Adolescents. In *Jurnal Psikologi* (Vol. 13, Issue 1).
- Rahmawati P.A. (2014). HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DAN KETERBUKAAN DIRI TERHADAP ORANGTUA DENGAN PERILAKU MEMAAFKAN PADA REMAJA YANG MENGALAMI KELUARGA BROKEN HOME DI SMKN 3 & SMKN 5 SAMARINDA. *Psikoborneo*, 2(3), 142–148.
- Salim & Sahrum. (2012). *Metodologi penelitian kualitatif*. (Haldir, Ed.). Citapustaka Media.
- Santrock, J. W. (2013). *Perkembangan Masa Hidup* (Jilid II). Erlangga.
- Suzuki, A., Poon, L., Papadopoulos, A. S., Kumari, V., & Cleare, A. J. (2014). Long term effects of childhood trauma on cortisol stress reactivity in adulthood and relationship to the occurrence of depression. *Psychoneuroendocrinology*, 50, 289–299. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2014.09.007>
- World health statistics. (2022). *monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. Geneva: World Health Organization.