

## ABSTRAK

Kasus kekerasan di Indonesia pada tahun 2015 berjumlah 2.989 dan diprediksi akan terus meningkat dari tahun ke tahun. Kekerasan adalah perbuatan satu orang atau kelompok yang menyebabkan cedera atau tersakitinya orang lain secara fisik maupun psikis. Bagi individu dengan pengalaman melihat dan merasakan kekerasan secara langsung merupakan peristiwa traumatis yang akan menyebabkan dampak negatif. Dampak negatif tersebut dapat berupa kecemasan, depresi, hingga sulit menjalin hubungan hangat dengan individu lain. Dampak negatif tersebut dapat saja terbawa hingga individu dewasa. Dengan demikian, resiliensi terhadap trauma menjadi hal penting bagi individu yang mengalami peristiwa traumatis seperti kekerasan. Dengan adanya resiliensi, individu akan membentuk gambaran diri yang positif dan optimis ketika menghadapi masa-masa sulit dalam hidupnya. Sementara itu, penerimaan diri membantu tercapainya adaptasi atas kondisi-kondisi buruk yang dialami serta kekurangan-kekurangan pada diri individu. Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran penerimaan diri dalam mempengaruhi resiliensi terhadap trauma pada individu dengan pengalaman traumatis berupa kekerasan. Subjek dalam penelitian ini adalah laki-laki dan perempuan (usia 20-40 tahun) dengan pengalaman menyaksikan dan merasakan kekerasan (N = 256). Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif non-eksperimental dengan menggunakan kuesioner *Trauma Resilience Scale* (Madsen & Abell, 2010) dan *Unconditional Self-Acceptance Questionnaire* (Chamberlain & Haaga, 2001). Berdasarkan hasil yang diperoleh dari uji regresi sederhana, penerimaan diri memiliki peran signifikan dengan resiliensi terhadap trauma (0,000;  $p < 0,05$ ). Dengan besar kontribusi peran pada resiliensi terhadap trauma sebesar 16,4%. Saran yang dapat diberikan untuk penelitian berikutnya adalah agar penelitian selanjutnya melakukan perhitungan pada faktor-faktor lain yang dapat meningkatkan resiliensi terhadap trauma seperti *self-efficacy* dan emosi positif.

**KATA KUNCI:** Penerimaan Diri; Resiliensi terhadap Trauma; Peristiwa Traumatis berupa Kekerasan.

## ABSTRACT

Number of cases of violence in Indonesia in 2015 is 2,989 and predicted it will increase from year to year. Violence is the deed of one person or group causing injury or injury to another person physically or psychologically. Experience of seeing and experiencing violence directly is a traumatic event that will cause a negative impact. For individuals, which them still affecting people in many years later. Thus, trauma resilience becomes important for individuals experiencing violence as traumatic event. With resilience, the individual will form a positive and optimistic self-image when facing difficult times in his life. Meanwhile, self-acceptance helps achieve adaptation of the bad conditions experienced and the deficiencies in the individual. This study aims to see the role of self-acceptance in influencing the trauma resilience in individuals with traumatic experiences of violence. Subjects in this study are male and female adult age (20-40 years old) ever experienced and witnessed (N = 256). The research method used is non-experimental quantitative using Resilience Scale Trauma questionnaire (Madsen & Abell, 2010) and Unconditional Self-Acceptance Questionnaire (Chamberlain & Haaga, 2001). Based on the results obtained from simple regression tests, self-acceptance has a significany in influencing trauma resilience (0,000;  $p < 0,05$ ). Self-acceptance contributes to the role of trauma resilience by 16,4%. The suggestion that can be given for the next research is for further research to do the calculation on the demographic factors listed such as the level of education and gender for the addition of analysis of research result.

**KEY WORDS:** Self Acceptance; Trauma Resilience; Traumatic Events