

## **Abstrak**

Pengalaman traumatis seperti kejadian kekerasan, pelecehan seksual, perang, maupun kecelakaan merupakan suatu peristiwa yang menimbulkan rasa takut dan tidak berdaya. Peristiwa tersebut menyebabkan perubahan emosi dan mempengaruhi daya intelektual, emosional dan perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Gambaran emosi penderita trauma ditunjukkan melalui gejala-gejala *post traumatic stress disorder* yang tampak dalam dinamika emosi sebelum mengalami trauma, pada saat kejadian maupun setelah terjadinya peristiwa traumatis. Dinamika emosi yang terbentuk akan mempengaruhi proses meraih kedewasaan dari perkembangan emosional untuk memiliki emosi yang matang. Kematangan emosi memuat pemberian dan penerimaan cinta, pengendalian emosi, toleransi pada frustrasi dan kemampuan mengatasi ketegangan remaja akhir rentang usia 18 tahun hingga 21 tahun sebagai proses penyesuaian diri di fase dewasa. Penelitian ini bertujuan mengetahui dinamika dampak pengalaman traumatis pada kematangan emosi remaja akhir. Subjek penelitian terdiri atas tiga orang terpapar oleh *single trauma*. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif metode fenomenologi melalui wawancara dan skala *Post Traumatic Stress Disorder Checklist for DSM-5*. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan kematangan emosi berdasarkan bentuk trauma dan rentang munculnya gejala trauma antara lain upaya menghindari suatu kondisi pemicu adanya rasa takut, meningkatnya rasa waspada atau curiga setiap saat, menutup diri terhadap dunia luar apabila tidak dapat meraih keinginan serta perubahan pandangan dan konsep terhadap kemampuan diri maupun hal yang berhubungan dengan pengalaman traumatis.

*Kata kunci: kematangan emosi, remaja akhir, trauma*

### **Abstract**

*Traumatic experiences such as violence, sexual harassment, war or accidents are events that cause fear and helplessness. These events cause emotional changes and affect intellectual, emotional and behavioral abilities in everyday life. The emotional picture of trauma sufferers is shown through the symptoms of post-traumatic stress disorder that appear in the dynamics of emotions before experiencing the trauma, at the time of the incident or after the traumatic event. The dynamics of emotions that are formed will affect the process of reaching maturity from emotional development to having mature emotions. Emotional maturity includes the giving and receiving of love, emotional control, tolerance for frustration and the ability to cope with tension in late teens from 18 to 21 years of age as an adjustment process in adult phase. This study aims to determine the dynamics of the impact of traumatic experiences on late adolescent emotional maturity. The research subjects consisted of three people exposed to a single trauma. The research used a qualitative approach with phenomenological methods through interviews and the post-traumatic stress disorder checklist for dsm-5 scale. The results of the study show differences in emotional maturity based on the form of trauma and the range of symptoms of the trauma, including efforts to avoid a condition that triggers fear, increasing a sense of alertness or suspicion at any time, closing oneself to the outside world if one cannot achieve one's desires and changing views and concepts of one's abilities themselves or related to the traumatic experience.*

*Key words: emotional maturity, late teens, trauma*