

Ketakutan dan Kecemasan Terhadap ODGJ Sebagai Akibat Pengalaman Traumatis di Masa Sekolah Dasar

Sugeng Sejati¹, Refola Ezi Pratama², Ranty Oktavia³, Atria Afrilianti⁴, Rista Fahera⁵, Mardhatillah⁶

¹²³⁴⁵⁶Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah, Studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

Email: ¹Sugengsejati@mail.uinfasbengkulu.ac.id, ²refolaEziPratama@gmail.com,
³ranyoktavia013@gmail.com, ⁴atriaafrianti@gmail.com, ⁵ristafhra4@gmail.com,
⁶mardhatillah.bk102@gmail.com

Abstrak—Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis dampak pengalaman traumatis pada masa kanak-kanak terhadap ketakutan dan kecemasan terhadap orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Fokus utama penelitian adalah pada seorang anak yang menyaksikan kekerasan yang dilakukan oleh seorang ODGJ, yang kemudian meninggalkan jejak psikologis yang mendalam. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik studi kasus, di mana data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi terhadap subjek yang mengalami trauma tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian traumatis pada masa kecil menimbulkan gejala psikologis berupa ketakutan ekstrem, gangguan tidur, dan mimpi buruk. Selain itu, kecemasan yang dialami oleh subjek berkembang menjadi kecemasan sosial jangka panjang, seperti penghindaran terhadap ODGJ dan reaksi fisik yang kuat, seperti jantung berdebar dan gemetar. Pemrosesan emosional yang tidak optimal akibat trauma masa kecil ini berujung pada kesulitan membangun hubungan sosial dan rendahnya kemampuan untuk mempercayai orang asing. Penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya intervensi psikologis untuk membantu individu yang mengalami trauma agar dapat memproses pengalaman traumatis mereka dengan cara yang lebih sehat. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan program pendidikan dan terapi yang bertujuan untuk mengurangi stigma terhadap ODGJ serta meningkatkan kesadaran masyarakat tentang dampak psikologis yang dapat ditimbulkan dari pengalaman traumatis di masa kanak-kanak.

Kata Kunci: Trauma anak, Kecemasan, Ketakutan, Gangguan jiwa

Abstract—This study aims to identify and analyze the impact of childhood traumatic experiences on the fear and anxiety of individuals with mental disorders (ODGJ). The primary focus of the study was a child who witnessed violence perpetrated by an ODGJ, which subsequently left a profound psychological imprint. The research method used was a qualitative approach with a case study technique, where data were collected through in-depth interviews and observations of the traumatized subjects. The results showed that traumatic events in childhood caused psychological symptoms such as extreme fear, sleep disturbances, and nightmares. Furthermore, the anxiety experienced by the subjects developed into long-term social anxiety, such as avoidance of ODGJ and strong physical reactions, such as heart palpitations and trembling. Suboptimal emotional processing due to this childhood trauma led to difficulties in building social relationships and a low ability to trust strangers. This study also underscores the importance of psychological interventions to help individuals experiencing trauma process their traumatic experiences in a healthier manner. Furthermore, the results of this study are expected to serve as a reference in the development of educational and therapy programs aimed at reducing stigma against ODGJ and increasing public awareness of the psychological impacts that can arise from traumatic experiences in childhood.

Keywords: Childhood trauma, Anxiety, Fear, Mental disorders

1. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu fenomena kesehatan mental yang masih menjadi persoalan serius di masyarakat, ditandai oleh kondisi psikologis yang menyebabkan tekanan emosional, ketidaknyamanan, penurunan fungsi tubuh, serta kualitas hidup individu. Penderita gangguan jiwa tidak hanya menghadapi tantangan internal akibat kondisi yang dialaminya, tetapi juga harus menanggung beban sosial berupa stigma negatif, seperti penolakan, penghindaran, hingga tindakan kekerasan yang muncul akibat pandangan keliru masyarakat terhadap kesehatan mental (Prasetyo, 2023).

Gejala kecemasan merupakan sekelompok gangguan yang ditandai dengan ketidakmampuan individu dalam mengatur rasa takut atau kekhawatiran. Kecemasan kerap muncul dalam berbagai kasus klinis dengan disertai keluhan somatik seperti nyeri dada, jantung berdebar, kesulitan bernapas, serta sakit kepala. Kondisi ini sering terjadi di negara berkembang dan dapat berkembang

semakin parah apabila tidak ditangani. Gangguan kecemasan berbeda dari kecemasan biasa karena memunculkan rasa takut berlebihan dan respons tubuh yang intens terhadap situasi tertentu. Keadaan ini menunjukkan bahwa kecemasan merupakan bentuk apresiasi terhadap ancaman yang dianggap akan mendatangkan bahaya (Lestari, 2024).

Fenomena ketakutan dan kecemasan terhadap orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) merupakan respons psikologis kompleks yang sering berakar pada pengalaman traumatis di masa lalu. Stigma dan persepsi negatif terhadap ODGJ semakin kuat ketika individu pernah menyaksikan kejadian traumatis yang menimbulkan rasa tidak aman atau ancaman fisik. Trauma masa kecil merupakan pengalaman menakutkan yang berpotensi merusak perkembangan emosional, sosial, dan kognitif sehingga berdampak jangka panjang pada kehidupan seseorang (Ramadhani, 2022).

Anak-anak yang pernah menyaksikan kekerasan atau kejadian ekstrem yang melibatkan ODGJ berisiko mengalami gangguan kecemasan, ketakutan berlebih, bahkan trauma jangka panjang yang dapat menghambat empati sosial mereka. Kejadian traumatis dengan intensitas kekerasan tinggi mampu meninggalkan luka psikologis mendalam. Berdasarkan teori trauma psikologis, pengalaman yang mengancam keselamatan diri akan tersimpan kuat dalam memori emosional dan muncul kembali dalam bentuk mimpi buruk, reaksi berlebihan, atau penghindaran sosial. Kerentanan anak terhadap trauma terjadi karena mekanisme regulasi emosi mereka belum matang sepenuhnya (Wijaya, 2025).

Salah satu dampak signifikan trauma masa kecil adalah terganggunya kemampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Trauma kerap memunculkan kesulitan dalam mempercayai orang lain, yang merupakan unsur penting dalam relasi sosial yang positif. Individu dengan trauma biasanya memiliki rasa takut mendalam terhadap penolakan maupun pengkhianatan, sehingga enggan membuka diri dan pada akhirnya memilih mengisolasi diri dari lingkungan sosial (Ananda, 2020).

Kasus yang menjadi fokus penelitian ini bermula dari pengalaman seorang anak perempuan pada usia sekolah dasar yang menyaksikan secara langsung tindakan kekerasan oleh seorang ODGJ terhadap ayah tetangganya. Peristiwa penembakan yang terjadi di depan mata anak tersebut menjadi pengalaman traumatis yang sulit dilupakan. Setelah kejadian, anak mengalami gangguan tidur, ketakutan berlebih, serta mimpi buruk berulang mengenai insiden tersebut. Trauma ini berkembang menjadi ketakutan mendalam terhadap ODGJ hingga ia beranjak dewasa (Putri, 2023).

Seiring berjalannya waktu, pengalaman traumatis tersebut berkembang menjadi kecemasan sosial dan perilaku penghindaran. Setiap kali melihat ODGJ di jalan, individu tersebut mengalami gejala fisiologis seperti jantung berdebar, keringat dingin, serta dorongan untuk menjauh. Ketakutan yang muncul tidak hanya berasal dari ancaman nyata, tetapi juga hasil asosiasi psikologis antara ODGJ dan pengalaman traumatis sebelumnya. Fenomena ini selaras dengan teori classical conditioning oleh Pavlov serta konsep PTSD yang menjelaskan terbentuknya respons cemas terhadap stimulus tertentu (Suryani, 2021).

Gangguan stres pascatrauma atau PTSD merupakan salah satu bentuk gangguan psikologis yang sering dialami anak dan remaja setelah menghadapi peristiwa traumatis. Kekerasan fisik, kehilangan anggota keluarga, pelecehan, hingga konflik keluarga dapat menimbulkan trauma berkepanjangan apabila tidak ditangani. Anak dengan PTSD cenderung mengalami gangguan emosi, perilaku, serta kesulitan dalam relasi sosial. Penanganan PTSD pada anak membutuhkan pendekatan berbeda dari orang dewasa karena keterbatasan mereka dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, sehingga peran psikolog profesional sangat diperlukan dalam proses pemulihan (Rahmawati, 2024).

Fenomena hubungan antara trauma masa kecil dan ketakutan terhadap ODGJ penting diteliti mengingat masih terbatasnya kajian yang secara khusus membahas topik tersebut. Padahal, pemahaman mendalam mengenai relasi ini dapat memberikan kontribusi besar terhadap penyusunan strategi pendampingan psikososial dan terapi trauma. Selain itu, penelitian ini berpotensi menjadi dasar bagi keluarga, sekolah, maupun masyarakat dalam memahami dampak jangka panjang paparan kekerasan terhadap perkembangan psikologis anak (Kurniawan, 2025).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengidentifikasi dan menganalisis bentuk ketakutan serta kecemasan yang dialami individu terhadap ODGJ sebagai akibat dari pengalaman traumatis pada masa sekolah dasar. Pendekatan deskriptif kualitatif digunakan untuk menggali pengalaman subjektif korban, mekanisme psikologis yang terlibat, serta dampaknya terhadap interaksi sosial dan

pembentukan empati terhadap ODGJ. Diharapkan, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar intervensi psikologis dan program edukatif untuk membantu individu mengelola trauma sekaligus mengurangi stigma terhadap gangguan jiwa di masyarakat (Saputra, 2023).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif individu yang mengalami ketakutan dan kecemasan terhadap ODGJ akibat peristiwa traumatis pada masa sekolah dasar. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menggali makna yang tersembunyi di balik pengalaman emosional serta perilaku yang muncul sebagai dampak trauma (Sari, 2023). Data dikumpulkan menggunakan teknik wawancara mendalam dan observasi nonpartisipan terhadap subjek penelitian yang secara langsung mengalami kejadian traumatis tersebut. Wawancara mendalam membantu peneliti memperoleh narasi personal yang detail, sedangkan observasi nonpartisipan memungkinkan peneliti memahami perilaku subjek dalam konteks alami tanpa intervensi (Hidayat, 2024). Analisis data dilakukan secara deskriptif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sebagaimana dijelaskan dalam model analisis Miles dan Huberman. Proses ini dilakukan secara berulang untuk memastikan interpretasi data tetap konsisten dan logis. Validitas data diperkuat melalui triangulasi sumber serta member check dengan meminta subjek memverifikasi kembali hasil interpretasi agar temuan yang diperoleh akurat dan kredibel (Putra, 2025).

3. ANALISA DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uraian kasus tersebut, terlihat bahwa sejumlah gejala psikologis muncul sebagai dampak langsung dari pengalaman traumatis yang dialami anak. Gejala tersebut tampak pada saat kejadian berlangsung (trauma primer) dan menunjukkan bagaimana sistem emosi serta persepsinya bereaksi terhadap peristiwa kekerasan yang mendadak dan mengancam keselamatan lingkungan sekitarnya (Setiawan, 2023).

1. Reaksi Saat Kejadian (Trauma Primer)

a. Ketakutan ekstrem dan histeris

Trauma masa kecil merupakan pengalaman menakutkan yang mampu mengganggu perkembangan emosional, kognitif, dan sosial anak. Dampaknya dapat terlihat pada aspek seperti kepercayaan diri, kecemasan, ketegangan, serta kemampuan mengambil keputusan dalam kehidupan sehari-hari (Lestari, 2022). Pada kasus ini, ketika peristiwa penembakan terjadi, subjek yang masih duduk di bangku sekolah dasar menunjukkan ketakutan ekstrem, menangis, berteriak, dan berlari mencari perlindungan. Tubuhnya gemetar hebat, wajah pucat, dan ia kehilangan kendali atas dirinya. Reaksi ini merupakan manifestasi dari respons “melawan atau melarikan diri” (fight or flight). Pada anak-anak, keterbatasan kemampuan berpikir logis membuat persepsi ancaman terasa jauh lebih besar dibanding orang dewasa (Hartono, 2024). Situasi panik dari lingkungan sekitar semakin memperkuat rasa bahaya tersebut. Momen ini kemudian terekam kuat dalam ingatan emosional anak dan menjadi titik awal terbentuknya trauma psikologis yang menetap hingga dewasa (Putri, 2025).

b. Menangis berlebihan dan sulit ditenangkan

Trauma masa kanak-kanak tidak hanya memengaruhi kesehatan mental, tetapi juga kesejahteraan sosio-emosional individu. Penelitian menunjukkan bahwa trauma masa kecil berhubungan dengan gangguan perkembangan dan tantangan mental pada masa remaja serta dewasa (Nugraha, 2023). Dalam kasus ini, setelah kejadian berlangsung, subjek menangis keras dalam waktu lama, menunjukkan adanya keterkejutan emosional (emotional shock). Tangisan menjadi bentuk pelepasan emosi (catharsis) ketika anak belum mampu mengekspresikan ketakutannya secara verbal. Saat tubuh mengalami syok, respons seperti kaku, diam, dan menatap kosong dapat muncul sebagai freeze response yang menandakan tingkat tekanan psikologis yang sangat tinggi (Azzahra, 2024). Jika tidak mendapat pendampingan emosional yang memadai, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi gangguan stres akut hingga dewasa (Widyastuti, 2025).

- c. Gangguan tidur dan mimpi buruk berulang
Trauma sering muncul sebagai gangguan tidur dan mimpi buruk yang berulang. Fenomena ini merupakan bentuk memori invasif (intrusive memory), di mana individu kembali merasakan pengalaman traumatis tanpa dapat mengontrolnya (Rahmadani, 2023). Pada kasus ini, subjek mengalami kesulitan tidur, selalu waspada, dan menolak tidur sendirian. Ketika memejamkan mata, gambaran penembakan dan wajah pelaku kembali hadir dalam pikirannya. Kondisi ini memicu mimpi buruk yang muncul hampir setiap malam. Dalam psikologi, hal tersebut menunjukkan aktivasi berlebihan pada amigdala, pusat penyimpanan emosi yang memproses rasa takut (Saputra, 2024). Gangguan tidur kemudian memengaruhi keseharian anak, seperti mudah terkejut, sulit berkonsentrasi, dan sensitif terhadap suara keras, yang merupakan ciri awal post-traumatic stress disorder (PTSD) pada masa anak (Wijaya, 2025).

2. Reaksi Jangka Panjang

Pengalaman traumatis pada masa kanak-kanak dapat memberi dampak jangka panjang pada perkembangan individu. Ingatan emosional yang tertanam kuat dapat memengaruhi reaksi psikologis seseorang ketika menghadapi situasi yang diasosiasikan dengan kejadian masa lalu (Mahendra, 2022). Seiring waktu, trauma tidak benar-benar hilang, tetapi muncul dalam bentuk rasa takut yang menetap terhadap pemicu tertentu (Latifah, 2024).

- a. Kecemasan tinggi saat melihat atau mendengar tentang ODGJ
Sejak peristiwa yang dialaminya, subjek menunjukkan kecemasan berlebihan ketika melihat atau mendengar hal terkait ODGJ. Tubuhnya menegang, napas cepat, dan muncul dorongan kuat untuk menjauh. Ini menunjukkan adanya asosiasi kuat antara ODGJ dengan ancaman berdasarkan memori traumatis masa lalu (Ramadhani, 2023). Reaksi ini bersifat otomatis, dipicu oleh sistem ingatan emosional yang belum terselesaikan (Sujatmiko, 2025).
- b. Menghindari tempat umum yang sering menjadi lokasi ODGJ berada
Subjek kemudian mengembangkan perilaku penghindaran (avoidance behavior), yaitu menjauh dari tempat-tempat yang mungkin terdapat ODGJ, seperti taman atau pasar. Penghindaran ini merupakan mekanisme perlindungan diri. Namun, kebiasaan tersebut semakin memperkuat rasa takut karena otak menganggap bahwa menjauh adalah cara efektif menghindari bahaya (Mulyani, 2023). Dalam jangka panjang, perilaku ini dapat membatasi interaksi sosial dan ruang gerak subjek (Herman, 2024).
- c. Reaksi fisik: jantung berdebar, gemetar, keringat dingin
Gejala fisik seperti jantung berdebar cepat, tangan gemetar, dan keringat dingin merupakan tanda aktivasi sistem saraf simpatik yang berlebihan. Pada penyintas trauma, sistem saraf menjadi sangat sensitif terhadap pemicu tertentu (Irawan, 2023). Meskipun secara rasional subjek memahami bahwa dirinya aman, tubuh merespons seolah sedang berada dalam bahaya, menunjukkan gangguan regulasi emosi dan stres (Nabila, 2025).
- d. Pikiran negatif otomatis
Subjek sering diliputi pikiran otomatis seperti “ODGJ berbahaya” atau “aku bisa diserang”. Pikiran-pikiran ini berasal dari distorsi kognitif akibat trauma masa kecil, di mana individu mengevaluasi situasi secara berlebihan berdasarkan pengalaman buruk masa lalu (Kusuma, 2022). Jika dibiarkan, pola ini dapat memperkuat stigma negatif terhadap ODGJ dan mempertahankan rasa takut yang tidak rasional (Farhan, 2024).
- e. Kesulitan mempercayai orang asing
Trauma juga memengaruhi cara subjek mempercayai orang lain. Hypervigilance muncul ketika ia berada di dekat orang asing, terutama yang berpenampilan acak-acakan. Otak mengaitkan visual tertentu dengan ancaman, sehingga memunculkan kecemasan dan kewaspadaan berlebihan (Nuraini, 2023). Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat menghambat hubungan sosial dan mengurangi rasa aman dalam interaksi sehari-hari (Ridwan, 2025).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas, dapat disimpulkan bahwa pengalaman traumatis yang dialami di masa kecil dapat menimbulkan dampak psikologis jangka panjang, terutama terkait dengan ketakutan dan kecemasan terhadap orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Peristiwa kekerasan yang disaksikan secara langsung, seperti yang dialami subjek penelitian, tidak hanya menciptakan rasa takut yang mendalam, tetapi juga meninggalkan bekas emosional yang sulit dihilangkan. Gejala-gejala awal, seperti ketakutan ekstrem, kesulitan tidur, dan mimpi buruk, adalah reaksi wajar yang terjadi segera setelah kejadian traumatis.

Namun, dampak dari trauma tersebut tidak berhenti setelah peristiwa tersebut berlalu. Ketakutan dan kecemasan yang timbul terus berkembang menjadi kecemasan jangka panjang. Reaksi fisik yang muncul, seperti jantung berdebar dan gemetar saat bertemu dengan ODGJ, serta dorongan untuk menghindari dari situasi yang berhubungan dengan pengalaman traumatis, menunjukkan bagaimana memori emosional tersebut berperan dalam membentuk pola pikir dan perilaku subjek hingga dewasa. Perasaan cemas dan penghindaran ini adalah respons alamiah dari otak yang berusaha melindungi individu dari perasaan takut yang belum terselesaikan.

Dari penelitian ini, juga terlihat bahwa ketidakmampuan untuk mempercayai orang lain, khususnya yang memiliki penampilan tidak teratur, merupakan salah satu dampak jangka panjang dari trauma tersebut. Individu yang pernah menyaksikan kekerasan, apalagi yang melibatkan orang dengan gangguan jiwa, cenderung memiliki kecenderungan untuk merasa waspada secara berlebihan terhadap orang asing, sehingga menurunkan kemampuan untuk membangun hubungan sosial yang sehat. Hal ini semakin menggarisbawahi pentingnya intervensi psikologis untuk mendukung individu yang terpapar trauma, agar mereka dapat mengatasi dampak jangka panjang tersebut dan mengurangi ketakutan serta kecemasan yang berlebihan.

Sebagai tambahan, hasil penelitian ini memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dampak psikologis yang ditimbulkan oleh peristiwa traumatis pada masa kanak-kanak, serta pentingnya perhatian terhadap pengaruh trauma terhadap perkembangan individu. Penanganan yang tepat, baik secara psikologis maupun sosial, sangat diperlukan untuk membantu individu yang mengalami trauma agar dapat sembuh dan menghindari gangguan mental yang lebih serius di masa depan. Lebih jauh lagi, masyarakat perlu didorong untuk mengubah pandangannya terhadap ODGJ dengan lebih terbuka dan berempati, guna mengurangi stigma negatif dan menciptakan lingkungan yang lebih inklusif bagi semua.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian berjudul “Ketakutan dan Kecemasan terhadap ODGJ sebagai Akibat Pengalaman Traumatis di Masa Sekolah Dasar” dapat terselesaikan dengan baik. Penelitian ini tidak akan terlaksana tanpa dukungan, bantuan, dan kerja sama dari berbagai pihak yang telah memberikan kontribusi berarti selama proses penyusunan.

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh dosen Fakultas Tarbiyah dan Tadris, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, yang telah memberikan bimbingan akademik, arahan, serta motivasi dalam proses pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para responden yang telah bersedia meluangkan waktu, berbagi pengalaman, serta memberikan informasi berharga bagi kelengkapan data penelitian.

Penghargaan yang tulus penulis haturkan kepada keluarga, sahabat, dan rekan satu tim: Sugeng Sejati, Refola Ezi Pratama, Ranty Oktavia, Atria Afrilianti, Rista Fahera, dan Mardhatillah, yang telah bekerja sama secara optimal dan saling mendukung dalam seluruh tahapan penelitian. Semangat, dedikasi, serta kontribusi setiap anggota tim menjadi bagian penting dari terwujudnya karya ilmiah ini.

Akhirnya, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam kajian psikologi trauma, kesehatan mental, serta pemahaman masyarakat terhadap ODGJ. Semoga karya ini dapat menjadi rujukan dan inspirasi bagi penelitian selanjutnya.

REFERENCES

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed., Text Revision). Washington, DC: APA Publishing.
- Anda, L., & Pradipta, R. (2023). Dampak Trauma Masa Kanak-Kanak terhadap Regulasi Emosi Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 12(2), 89–104.
- Astuti, D. (2021). *Psikologi Perkembangan Anak: Teori dan Aplikasi*. Bandung: Alfabeta.
- Fauziah, A., & Nirmala, S. (2024). Konsep Kecemasan dan Coping Mechanism pada Anak Pasca Mengalami Kekerasan. *Jurnal Ilmu Psikologi Terapan*, 15(1), 44–57.
- Gunawan, T. (2020). *Kesehatan Mental: Teori dan Aplikasi dalam Kehidupan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Herman, J. L. (2015). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books.
- Hidayati, S. (2023). Pengaruh Pengalaman Traumatis Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Indonesia*, 11(3), 211–225.
- Irwanto, P. (2024). Reaksi Psikologis Akibat Trauma Akut pada Anak. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 9(1), 1–15.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman Penanganan Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di Masyarakat*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusumawati, E., & Rahayu, T. (2023). Distorsi Kognitif pada Individu dengan Riwayat Trauma Masa Kecil. *Jurnal Kepribadian dan Kesehatan Mental*, 8(2), 130–145.
- Lestari, W. (2020). *Psikologi Abnormal: Gejala dan Penanganannya*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Maryani, N. (2024). Hypervigilance dan Gangguan Kecemasan pada Korban Kekerasan Masa Kecil. *Jurnal Psikotrauma Nusantara*, 7(1), 55–69.
- Putri, A., & Syafrudin, M. (2024). Hubungan Stigma terhadap ODGJ dan Kecemasan Masyarakat. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 10(2), 120–135.
- Santrock, J. W. (2021). *Child Development* (15th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sari, R., & Hasyim, R. (2023). Dampak Jangka Panjang Trauma pada Regulasi Emosi Dewasa Awal. *Jurnal Konseling dan Psikoterapi*, 5(2), 101–118.
- Setiawan, H. (2022). *Trauma Psikologis dan Penanganannya*. Malang: UB Press.
- Wiryawan, G. (2024). Pola Avoidance Behavior pada Korban Trauma Kekerasan Masa Kecil. *Jurnal Perilaku dan Kesehatan Mental*, 14(1), 27–40.