YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN : 2808-2346
e-ISSN : 2808-1854

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v4i5.3605

HUBUNGAN ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE (ACE) DENGAN PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI PADANG

The Relationship Between Adverse Childhood Experiences (ACE) and Psychological Distress Among Students at Universitas Negeri Padang

Azizah Islami & Rinaldi
Universitas Negeri Padang
azizahislami39@Gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jul 30, 2024	Aug 2, 2024	Aug 5, 2024	Aug 8, 2024

Abstract

As a student, students are required to be able to complete the lecture level with satisfactory grades. In reality, many students are not only responsible for studying but also have other responsibilities such as organisations, work and family. Common demands experienced by students such as getting good grades, getting a job, building a career and some are also required to get married immediately. Demands that exceed the limits of the ability of students will trigger the onset of psychological distress. Psychological distress is a condition or unpleasant feeling that is felt subjectively by individuals. Distress can be caused by situational factors, namely adverse childhood experience. This study aims to determine the relationship between Adverse Childhood Experience (ACE) and Psychological Distress in Padang State University Students. This study uses quantitative research methods with a correlational approach. Sampling using purposive sampling technique with a total of 100 respondents. Data analysis using product moment correlation. The results showed that ACE and psychological distress had a positive relationship with a p value of 0, 00> 0.05 with a pearson correlation value of 0.587.

Jurnal Yasin is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Keywords: Adverse childhood experience (ACE); Psychological Distress; College Students

Abstrak: Sebagai pelajar, mahasiswa dituntut untuk bisa menyelesaikan jenjang perkuliahan dengan nilai yang memuaskan. Pada kenyataannya banyak mahasiswa yang tidak hanya bertanggung jawab untuk berkuliah saja namun juga memiliki tanggung jawab lain seperti organisasi, pekerjaan dan juga keluarga. Tuntutan yang umum dialami mahasiswa seperti mendapatkan nilai yang bagus, mendapatkan pekerjaan, membangun karir serta juga ada yang dituntut untuk segera menikah. Tuntutan yang melebihi batas kemampuan dari mahasiswa akan memicu timbulnya *psychological distress*. *Psychological distress* merupakan suatu keadaan atau perasaan kurang menyenangkan yang dirasakan secara subjektif oleh individu. *Distress* dapat disebabkan oleh faktor situasional yaitu *adverse childhood experience*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Adverse Childhood Experience* (ACE) dengan *Psychological Distress* Pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah subjek 100 responden. Analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ACE dan psychological distress memiliki hubungan positif dengan nilai p 0, 00 > 0,05 dengan nilai *pearson correlation* 0,587.

Kata Kunci : *Adverse Childhood Experience (ACE), Psychological Distress*, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Mahasiswa menjadi cukup rentan mengalami gangguan psikologis dikarenakan berbagai faktor seperti gaya hidup, keluarga, demografi (jenis kelamin, pendidikan, dll), trauma masa kecil dan mengalami kekerasan saat remaja (Prasetio & triwahyuni, 2022). *Psychological distress* sendiri muncul dikarenakan adanya perasaan negatif yang muncul akibat dari stress berat. *Psychological distress* terbentuk dari kecemasan, kesedihan, mudah marah, emosional yang rentan, dan lainnya (Azzahra, 2017). *Psychological distress* sendiri dapat memberikan berbagai dampak negatif pada individu yang mengalaminya seperti berkemungkinan bunuh diri, gangguan tidur, buruknya perawatan diri, akademik menurun, kurang percaya diri, dan berkemungkinan mengkonsumsi alkohol dan obat terlarang.

Berdasarkan survei penelitian data awal yang disebarkan kepada 20 mahasiswa UNP berbagai jurusan ditemukan data bahwa banyak mahasiswa tertekan karena masalah ekonomi dimana orang tua mereka kesulitan membayar UKT dan mengirim uang untuk sehari-hari. Selain itu rata-rata mahasiswa juga merasa tertekan ketika mengerjakan banyak tugas proyek kerja lapangan yang banyak, maupun tugas yang sulit. Ada juga yang merasakan tertekan dengan lingkungan pertemanan perkuliahan yang cenderung berkelompok. Rata-rata mahasiswa merasakan cemas ketika presentasi di kelas, dan juga cemas ketika bertanya maupun menjawab pertanyaan ketika diskusi maupun presentasi. Mahasiswa merasakan gejala depresi

seperti kehilangan semangat dikarenakan kegagalan yang dihadapinya, maupun saat merasa dunia perkuliahan berat. Ada beberapa dari mereka tidak mendapatkan dukungan keluarga maupun dukungan teman sebaya.

Mirowsky dan Ross (2017) mendefinisikan *psychological distress* sebagai keadaan dan perasaan kurang menyenangkan yang dirasakan secara subjektif oleh individu. Mirowsky dan ross berpendapat bahwa *psychological distress* terdiri dari dua aspek yaitu depresi dan kecemasan. Matthew (2000) menyatakan terdapat dua faktor yang dapat mengakibatkan *psychological distress* yaitu faktor interpersonal dan faktor situasional. Faktor situasional pada penelitian ini adalah *adverse childhood experience* (ACE). Orang yang mengalami *psychological distress* bisa disebabkan oleh pengalaman yang tidak menyenangkan, tantangan yang berat dalam mencapai tugas-tugas perkembangan dan kehadiran riwayat masa lalu. Salah satu pengalaman kurang menyenangkan yang individu alami selama tahap perkembangan adalah *adverse childhood experience* (ACE). *Adverse childhood experience* (ACE) didefinisikan sebagai kejadian kurang menyenangkan atau menyengsarakan yang terjadi pada anak-anak usia sebelum 18 tahun (WHO, 2018).

ACE yang terjadi pada anak-anak cenderung menetap dan terbawa sampai dewasa. Pada mahasiswa ACE akan memiliki dampak negatif seperti nilai yang rendah di universitas, menjadi hambatan untuk keberhasilan akademik, merasa cemas, cenderung kesepian di universitas, cenderung berkeinginan untuk bunuh diri dan masalah kesehatan mental lainnya (Wenny et al., 2022). Pada penelitian sebelumnya dipaparkan bahwa mahasiswa di asia cenderung mengalami setidaknya satu ACE dikarenakan berbagai faktor, namun faktor budaya, norma-norma dan kecenderungan pembiasaan penggunaan kekuatan fisik sebagai bentuk pendisiplinan menjadi faktor meningkatnya resiko terjadinya ACE (Ho et al., 2020).

Kebanyakan orang yang pernah mengalami ACE cenderung mengalami *psychological distress*, asumsi ini sejalan dengan penelitian Zhang (2020) dimana individu yang pernah mengalami ACE di china rentan untuk melakukan perilaku bunuh diri, mengalami kecemasan, depresi, stress, kesepian, dan gangguan kejiwaan seperti PTSD (*post traumatic syndrome disorder*). Depresi dan kecemasan sendiri adalah aspek dari *psychological distress* yang menunjukkan bahwa ACE dapat menyebabkan terjadinya *psychological distress*. Berdasarkan hasil penjabaran fenomena yang didapatkan oleh peneliti dan didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya. Fenomena yang peneliti temukan bahwa ACE dapat menyebabkan seseorang mengalami *psychological distress*. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan peneitian yang berjudul "Hubungan

Adverse Childhood Experience (ACE) dengan *Psychological Distress* pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa dan mahasiswi yang berkuliah di Universitas Negeri Padang. Dikarenakan populasi pada penelitian ini cukup banyak karena mengambil data mahasiswa. Maka peneliti menggunakan sampel yang diambil dari populasi. Teknik penarikan sampel Pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *non-probability sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling.* Azwar (2018) mendefinisikan *purposive sampling* sebagai teknik penentuan sampel berdasarkan karakteristik tertentu sesuai dengan kebutuhan peneliti dimana kriteria sampelnya yaitu:

1. Pernah mengalami salah satu dari pengalaman kurang menyenangkan dibawah ini saat berusia kurang dari 18 tahun:
    a. Orang tua berpisah, baik cerai hidup, maupun cerai karena kematian.
    b. Mengalami bullying/ perisakan dapat berupa kata hinaan ataupun kekerasan fisik.
    c. Mengalami kekerasan secara seksual
    d. Kurang perhatian dan kasih sayang orang tua
    e. Anggota keluarga memiliki gangguan mental, depresi dan pernah mencoba untuk bunuh diri.

Untuk jumlah sampelnya, peneliti menggunakan teknik penarikan *Quota sampling* dimana pengambilan data tercukupi saat sample memenuhi kuota yang ditentukan oleh peneliti. Jumlah sampel pada penelitian ini 100 responden. Uji hipotesis menggunakan uji *correlation pearson* dengan bantuan SPSS. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian yaitu angket berupa *Google form.* ACE diukur dengan menggunakan skala yang diadaptasi oleh Rahapsari (2021). *Psychological distress* diukur dengan memodifikasi alat ukur dalam skripsi Aini (2023).

HASIL

Hipotesis dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan ACE dan *psychological distress*. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*, dasar pengambilan keputusan dari uji hipotesis ini adalah jika nilai signifikansi p<0,05 berarti terdapat korelasi atau hubungan antar variabel. Jika nilai signifikansi p>0,05 berarti tidak terdapat adanya hubungan antar variabel.

Tabel 1 Uji Hipotesis

Variabel	*Pearson Correlation*	Sig	Keterangan
ACE* dan *Psychological Distress	0,587	0,00	Terdapat Hubungan

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antar variabel dimana nilai signifikansi 0,00 dimana p <0,05. Hubungan antar variabel ini bersifat positif dimana semakin sering seseorang mengalami ACE maka semakin tinggi pula *psychological distress*. Tingkat keeratan variabel ACE dan *psychological distress* berada pada tingkat keeratan hubungan yang sedang dengan nilai *pearson correlation* 0,587.

Tabel 2 Total ACE yang dimiliki responden

Total ACE	F	Percentase
1	28	27,7%
2	27	26,7%
3	14	13,9%
≥ 4	32	31,7%

Pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa 101 responden setidaknya memiliki 1 ACE, dimana 28 responden memiliki 1 ACE. 27 responden memiliki 2 ACE, 14 responden memiliki 3 ACE. Dan 32 responden memiliki ACE ≥4. Kategorisasi dibuat berdasarkan total ACE dikarenakan ACE tidak bisa dikategorikan tingkat keparahan dari rendah ke sedang dikarenakan ACE bisa menimbulkan efek berbeda tergantung dari individunya.

Tabel 3 Kategorisasi *Psychological Distress* Mahasiswa UNP

Interval Kecenderungan	**Skor**	**Kategori**	**F**	**%**
X ≥ M + 1,5 SD	≥ 65	Sangat Tinggi	15	14,9%
M+0,5 SD <X <M + 1,5 SD	**55-64**	**Tinggi**	**30**	**29,7%**
M-0,5 SD <X<M +0,5 SD	**45-44**	**Sedang**	**30**	**29,7%**
M-1,5 SD <X<M -0,5 SD	35-44	Rendah	19	18,8%
X ≤ M -1.5 SD	≤ 34	Sangat Rendah	7	6,9%
Jumlah			101	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas dari 101 responden penelitian terlihat bahwa rata-rata *Psychological Distress* yang dimiliki oleh responden berada pada kategori sedang ke tinggi, dengan kategori sedang berjumlah sebanyak 30 orang (29,7%), tinggi 30 orang (29,7%). 15 responden berada dalam kategori sangat tinggi (14,9%). 19 responden berada pada kategori rendah (18,8%). Dan 7 responden berada pada kategori sangat rendah (6,9%).

PEMBAHASAN

Penelitian ini Bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ACE dan *Psychological distress* pada mahasiswa Universitas Negeri Padang. ACE memiliki dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kesehatan mental seperti peningkatan resiko depresi dan kecenderungan bunuh diri, penelitian ini relevan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara ACE dan *Psychological distress*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi positif yang sedang antara ACE dan *Psychological distress* sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana terdapat peningkatan tekanan psikologis dengan skor ACE yang lebih tinggi, individu dengan skor ACE yang lebih tinggi memiliki tingkat tekanan psikologi yang lebih tinggi dari yang tidak memiliki ACE (Shafer & Easton, 2021).

Pada penelitian Agbaje et al., (2021) ditemukan hasil kemungkinan mengalami tekanan psikologis meningkat jika total ACE juga meningkat. Peningkatan tekanan psikologis karena ACE dapat disebabkan individu yang mengalami distress pada tahap-tahap awal perkembangan cenderung memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap distress di masa dewasa. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui teori proliferasi stress, yang mengemukakan

bahwa pengalaman stress awal dapat memicu mekanisme psikologis yang memperkuat respon stress di kemudian hari (Manyema, Norris & Ricthter, 2018).

Hubungan yang positif ini dapat disebabkan oleh ACE yang dapat mempengaruhi cara individu memandang diri mereka sendiri dan dunia sekitar mereka. Pengalaman buruk dapat menyebabkan pembentukan keyakinan negatif tentang diri sendiri, seperti merasa tidak berharga atau tidak mampu. Keyakinan ini dapat meningkatkan risiko *psychological distress*, selain itu dukungan sosial yang rendah dan hubungan interpersonal yang buruk menjadi faktor pemicu meningkatnya *distress* pada individu (Teicher & Samson, 2016) .

Dalam penelitian ini kriteria subjek yaitu memiliki setidaknya satu ACE maka dipastikan 101 partisipan mengalami ACE. Adanya ACE ini pada 101 partisipan ini dapat disebabkan oleh rendahnya kesadaran dan persepsi yang relative buruk dari orang tua mengenai apa yang menyebabkan rasa trauma pada anak. Di asia sendiri cenderung adanya hukuman emosional dan hukuman fisik dengan dalih pendidikan yang bertujuan mengendalikan atau menghukumnya anak-anak, ditambah sistem pelaporan mengenai kasus ACE juga rendah sehingga belum maksimal untuk menangani masalah ACE (Thai et al., 2020).

Analisis terhadap responden penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *Psychological distress* secara umum cenderung berada pada kategori sedang hingga tinggi. antara responden yang mengalami *Psychological distress* kategorisasi sedang (29,7% dengan 30 responden) dan tinggi (29,7% dengan 30 responden). Hasil temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar partisipan dalam penelitian ini mengalami tekanan psikologis yang cukup signifikan. Individu yang mengalami tekanan psikologis ini berkemungkinan besar merasakan gejala-gejala kecemasan dan depresi yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Kondisi uni perlu diperhatikan secara serius karena akan memiliki dampak di berbagai aspek kehidupan individu.

Ada faktor lain yang mungkin menyebabkan *psychological distress* seseorang yang mengalami ACE menjadi tinggi hal ini dapat disebabkan oleh status sebagai mahasiswa itu sendiri. Dimana mahasiswa kebanyakan mengalami tekanan psikologis yang didapatkan dari beban tugas, ujian, masalah masa depan, tekanan dari keluarga, dari lingkungan pertemanan serta dari lingkungan sosial masyarakat. Serta kurangnya perhatian, dukungan dari orang tua dan teman yang menyebabkan seseorang mengalami *distress* (Ahmed, Riaz & Ramzan, 2013).

Psychological distress yang tinggi juga berdampak pada akademik mahasiswa, dimana akan muncul perilaku negatif seperti penurunan konsentrasi, peningkatan absensi, dan penurunan

motivasi belajar. Stress akademik seperti beban tugas yang berat, ujian yang menekan serta masalah keuangan dapat memperburuk *distress* yang telah ada dan mempengaruhi hasil akademik secara keseluruhan (Pritchard & Wilson, 2003). Strategi coping yang efektif seperti dukungan emosional dan penggunaan teknik manajemen stress dapat membantu mengurangi dampak negatif dari ACE dan *psychological distress*.

KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan mengenai hubungan ACE dan psychological distress pada mahasiswa UNP memiliki hubungan yang positif, yang berarti semakin sering seseorang mengalami ACE maka semakin tinggi juga psychological distressnya. Mayoritas responden mengalami *psychological distress* sedang ke tinggi dan mengalami setidaknya satu *Adverse childhood experience (ACE)*.

DAFTAR PUSTAKA

Agbaje, O. S., Nnaji, C. P., Nwagu, E. N., Iweama, C. N., Umoke, P. C. I., Ozoemena, L. E., & Abba, C. C. (2021). Correction to: Adverse childhood experiences and psychological distress among higher education students in Southeast Nigeria: an institutional-based cross-sectional study (Archives of Public Health, (2021), 79, 1, (62), 10.1186/s13690-021-00587-3). *Archives of Public Health*, *79*(1), 1–15. https://doi.org/10.1186/s13690-021-00625-0

Ahmed, U., Riaz, A., & Ramzan, M. (2013). Assessment of stress & stressors: A study on management student. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Bussiness*, 4(9), 687-699.

Azwar, S. (2018). Metode penelitian psikologi edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Azzahra, F. (2017). Pengaruh resiliensi terhadap distres psikologis pada mahasiswa. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 5(1), 80-96.

Hou, H., Zhang, C., Tang, J., Wang, J., Xu, J., Zhou, Q., Yan, W., Gao, X., & Wang, W. (2022). Childhood Experiences and Psychological Distress: Can Benevolent Childhood Experiences Counteract the Negative Effects of Adverse Childhood Experiences? *Frontiers in Psychology*, *13*(February), 1–10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.800871

Manyema, M., Norris, S. A., & Richter, L. M. (2018). Stress begets stress: The association of adverse childhood experiences with psychological distress in the presence of adult life stress. *BMC Public Health*, *18*(1), 1–12. https://doi.org/10.1186/s12889-018-5767-0

Mirowsky, J. & Ross, C. E. (2017). *Social causes of psychological distress*. Routledge : Transaction Publishers.

Prasetio, C. E., & Triwahyuni, A. (2022). Gangguan Psikologis pada Mahasiswa Jenjang Sarjana: Faktor-Faktor Risiko dan Protektif. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, *8*(1), 56. https://doi.org/10.22146/gamajop.68205

Rahapsari, S., Puri, V. G. S., & Putri, A. K. (2021). An Indonesian Adaptation of the World Health Organization Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (WHO ACE-IQ) as a Screening Instrument for Adults. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, *7*(1), 155–130. https://doi.org/10.22146/gamajop.62623

Shafer, K., & Easton, S. D. (2021). Adverse Childhood Experiences, Psychological Distress, and Fathering Behaviors. *Journal of Marriage and Family*, *83*(4), 1076–1098. https://doi.org/10.1111/jomf.12759

Teicher, M. H., & Samson, J. A. (2016). Annual Research Review: Enduring neurobiological effects of childhood abuse and neglect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 57*(3), 241-266. doi:10.1111/jcpp.12507

Thai, T. T., Cao, P. L. T., Kim, L. X., Tran, D. P., Bui, M. B., & Bui, H. H. T. (2020). The effect of adverse childhood experiences on depression, psychological distress and suicidal thought in Vietnamese adolescents: Findings from multiple cross-sectional studies. *Asian Journal of Psychiatry*, *53*(April), 102134. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102134

Wenny, B. P., Indriani, Z., & Yeni, F. (2022). Hubungan Adverse Childhood Experiences (ACEs) Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Program A S1 Keperawatan Universitas Andalas. *REAL in Nursing Journal*, *5*(3), 144. https://doi.org/10.32883/rnj.v5i3.2064

World Health Organization. (2018). Adverse Childhood experiences international Questionnaire. https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/activities/adverse_childhood_experiences/en/

Zhang, L., Mersky, J. P., & Topitzes, J. (2020). Adverse childhood experiences and psychological wellbeing in a rural sample of Chinese young adults. Child Abuse and Neglect, 108(March), 104658. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104658