

**EKSPLORASI *ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES*
(ACES) DAN STRATEGI COPING MALADAPTIF PADA
ROLEPLAYER K-POP PERSPEKTIF INTERPRETATIF
PHENOMENOLOGY ANALYSIS (IPA) DI TELEGRAM**



SKRIPSI

Diajukan

Kepada Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Oleh:

Evi Dina Anggita

NIM. 22190036

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

**EKSPLORASI *ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES* (ACES) DAN
STRATEGI COPING MALADAPTIF PADA *ROLEPLAYER* K-POP
PERSPEKTIF INTERPRETATIF PHENOMENOLOGY ANALYSIS (IPA)
DI TELEGRAM**



**SKRIPSI
Diajukan
Kepada Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi (S. Psi)
Pada Program Studi (S-1) Psikologi Islam**

Oleh:
EVI DINA ANGGITA
NIM: 22190036

Pembimbing

1. Dr. Sri Susanti, M. A
2. Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2026**

NOTA PERSETUJUAN MUNAQASYAH

Skripsi oleh Evi Dina Anggita ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Ponorogo,
Pembimbing I



Dr. Sri Susanti, M. A
NIDN. 07270969901

Ponorogo,
Pembimbing II



Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi
NIDN. 0721098905



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS AGAMA ISLAM

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796, e-mail: akademik@umpo.ac.id,
Website: www.umpo.ac.id Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = A
(SK nomor 2150/SK/BAN-PT/Ak.S/PT/IV/2025)

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

1. Nama : Evi Dina Anggita
2. NIM : 22190036
3. Program Studi : Psikologi Islam
4. Judul Skripsi : Eksplorasi Pengalaman ACEs dan Strategi Coping Maladaptif pada *Roleplayer* K-Pop di Telegram Perspektif Fenomenologi
5. Pembimbing I : Dr. Sri Susanti, M. A
6. Pembimbing II : Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi
7. Daftar Konsultasi:

Tanggal	Paraf Pembimbing		Keterangan
	I	II	
10/12/25			Bimbingan Sempro.
17/12/25			Revisi sempro I
19/12/25			Revisi framework.
22/12/25			Acc proposal.
7/1/26			Konsultasi hasil wawancara.
9/1/26			Konsultasi hasil coding.
12/1/26			Revisi hasil coding.
19/1/26			Konsultasi hasil cross-case
20/1/26			Revisi hasil cross-case.
22/1/26			Konsultasi BAB IV
23/1/26			Revisi BAB IV
24/1/26			Konsultasi BAB V
27/1/26			Revisi BAB V.
28/1/26			Acc draft skripsi.

8. Tanggal selesai Penulisan Skripsi :
9. Tanggal selesai Bimbingan :

Pembimbing I,

Dr. Sri Susanti, M. A
NIDN. 0727096901

Pembimbing II,

Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi
NIDN. 0721098905

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Evi Dina Anggita

NIM : 22190036

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan bahwa “**Skripsi**” yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo, dengan judul: **Eksplorasi Pengalaman ACEs dan Strategi Coping pada Roleplayer K-Pop di Telegram Perspektif Fenomenologi** Adalah hasil karya saya sendiri, bukan “**duplikasi**” karya orang lain. Selanjutnya apabila dikemudian hari ada “**klaim**” dari pihak lain bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan atau Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tetapi tanggung jawab saya sendiri.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun

Ponorogo, 28 Januari 2020.



Evi Dina Anggita
NIM. 22190036

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”
(Q.S Al- Baqarah, ayat 286)*

“Behind every coping strategy lies a lived experience that once demanded survival.”



KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah berupa Skripsi ini.

Shalawat beserta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW beserta segenap keluarga, sahabat dan pengikutnya. Dialah sang revolusioner sejati utusan Allah sebagai Rahmat bagi semester alam. Merupakan suatu kebahagiaan dan rasa Syukur bagi peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Eksplorasi Pengalaman ACEs dan Strategi Coping Maladaptif pada *Roleplayer* K-Pop di Telegram Perspektif Fenomenologi” sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh Sarjana Psikologi (S. Psi) pada program studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Proses penelitian skripsi ini tidak lepas dari bantuan semua pihak. Oleh karenanya, peneliti ingin menyampaikan penghargaan setinggi – tingginya disertai ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M. Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Dr. Katni, M. Pd. I selaku Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi selaku Kaprodi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Dr. Sri Susanti, M. A dan Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi selaku dosen pembimbing dengan penuh kesabaran dan perhatian membimbing penulis hingga sampai pada titik ini. Terima kasih telah percaya, membantu dan memberikan semangat pada penulis untuk menyelesaikan tugas akhir.
5. Terkhusus penulis ucapkan terimakasih kepada kedua orang tua yang telah memberikan dukungan terbesar baik materil atau emosional pada penulis, terima kasih atas semua apresiasi yang diberikan dan segala pengorbanan yang menjadi motivasi terbesar penulis untuk menyelesaikan tugas akhir dengan tepat waktu. Dan adik tersayang, Alvi Nailal Anandhita, yang

kehadirannya memberikan rasa ternyaman dan dukungan emosional yang positif bagi penulis.

6. Kepada yang tersayang *Powerpals*, AE dan Riska, yang menemani penulis sejak awal perkuliahan hingga saat ini menyelesaikan tugas akhir bersama, dan InsyaAllah akan terus berlanjut. Terima kasih atas semua dukungan yang diberikan kepada peneliti. Terima kasih telah menjadi pendengar yang sabar dan seseorang yang selalu berdiri bersama peneliti disituasi apapun. *You're my sweetest light, a gentle sigh. Let me stroll beside you, as time drifts by.*
7. Kepada YZ, Rena dan AE yang memberikan kontribusi besar dalam perjalanan penelitian ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang terdalam atas semua bantuan dan pengertian yang diberikan. *May life bestow upon your way, Soft petals warm, in bright array. A tender touch, a gentle glow, where safety blooms and kindness flows.*
8. Kepada J. *the Dearest*, yang selalu menjadi penopang peneliti di segala situasi. Terima kasih untuk segala dukungan, pengertian dan kepercayaan yang diberikan, bahkan disaat peneliti meragukan diri sendiri. Terimakasih atas apresiasi dalam segala pencapaian besar atau kecil yang peneliti raih, dan rasa bahagia atasnya. Yang menjadi inspirasi dan motivasi peneliti dalam melakukan segala hal bermanfaat dan senantiasa belajar. *You are the greatest gift, A lesson in love so rare. Beloved, I'll always care. In shadows where love once bloomed, I wish you warmth amidst the gloom.*
9. Kepada diri sendiri, Terima kasih dan selamat sudah melewati segala pahit hingga sampai di titik ini. Terima kasih untuk membawa nyala mimpi itu melewati beribu dingin malam. *At least, you've bloomed.*

Ponorogo, Januari 2026



Evi Dina Anggita

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 04, Februari, 2026



Dr. Syarifan Nurjan, MA
NIDN: 0716077102

Penguji Utama



Dr. Sri Susanti, MA
NIDN: 072709691

Ketua Penguji



Yusuf Hamdani Abdi, M.Psi
NIDN: 0721098905

Sekretaris

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Mengetahui,
Kepala Program Studi Psikologi
Islam Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Dr. Katni M.Pd. I
NIK: 19830515 201709 12



Yusuf Hamdani Abdi M.Psi
NIK: 19890921 202303 13

DAFTAR ISI

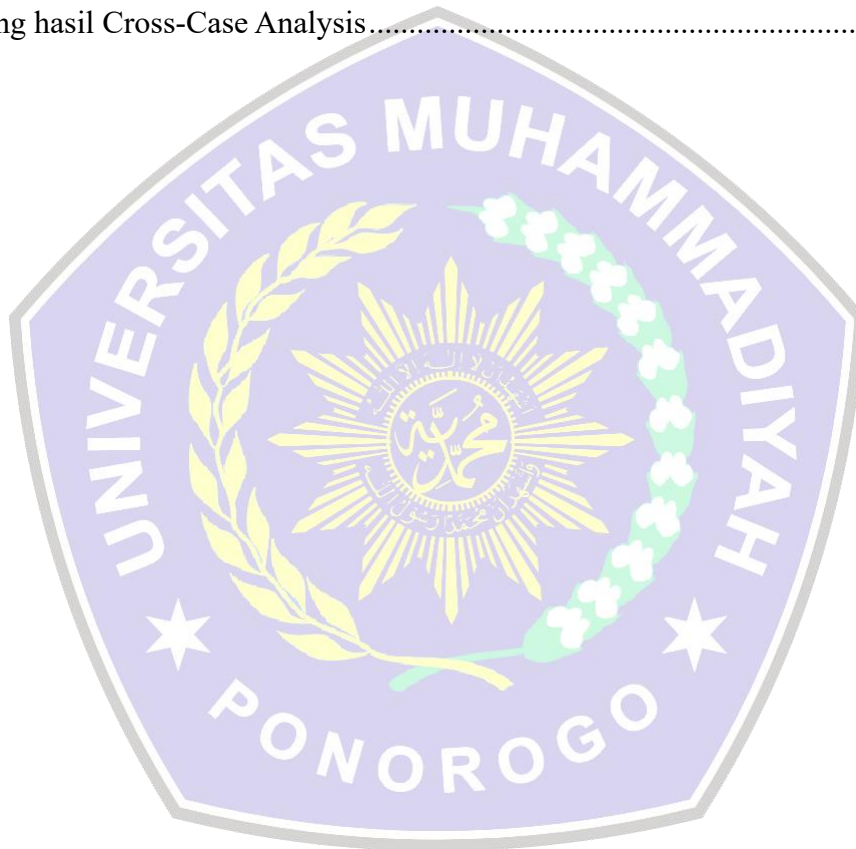
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
MOTTO.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Fokus Penelitian.....	6
Tujuan Penelitian.....	6
C.Manfaat Penelitian	7
D.Ruang Lingkup Penelitian.....	8
E. Definisi Istilah.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	17
A.Penelitian Terdahulu.....	17
B.Kerangka Berpikir.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A.Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	27
B.Kehadiran Peneliti.....	28
C.Lokasi Penelitian.....	28
D.Sumber Data.....	29
E. Teknik Pengumpulan Data	30
F. Teknik Analisis Data	30
G.Pengecekan Keabsahan Data.....	31
H.Tahap – Tahap Penelitian	31
BAB IV PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN	33

A.Paparan Data Penelitian dan Hasil Penelitian	33
B.Hasil Penelitian	36
C.Pembahasan.....	47
BAB V PENUTUP.....	68
A.Kesimpulan	68
B.Saran.....	68
C.Keterbatasan Penelitian.....	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN LAMPIRAN.....	73



DAFTAR GAMBAR

Framework penelitian ACEs dan Strategi Coping menurut teori Felitti, Lazarus & Folkman dan Kardefelt.....	26
Gambar: 1. Dokumentasi profile roleplay subjek P1	34
Gambar: 2. Dokumentasi profile Roleplay subjek P2.....	35
Gambar: 3. Dokumentasi profile roleplay subjek P3	36
Mapping hasil Cross-Case Analysis.....	47



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Panduan Wawancara	67
Lampiran 2. Transkrip Wawancara Sesi 1	70
Lampiran 3. Field Notes Wawancara Sesi 1	79
Lampiran 4. Naskah Verbatim Wawancara Sesi 2	83
Lampiran 5. Field Notes Wawancara Sesi 2	98
Lampiran 6. Naskah Verbatim Wawancara Sesi 3	100
Lampiran 7. Field Notes Wawancara Sesi 3	107
Lampiran 8. Naskah Verbatim Wawancara Sesi 4	109
Lampiran 9. Field Notes Wawancara Sesi 4	118
Lampiran 10. Naskah Verbatim Wawancara Sesi 5	120
Lampiran 11. Field Notes Wawancara	131
Lampiran 12. Initial Noting Subjek 1	133
Lampiran 13. Initial Noting Subjek 2	141
Lampiran 14. Initial Noting Subjek P3	148
Lampiran 15. Clustering Theme	157
Lampiran 16. Riwayat Hidup	164
Lampiran 17. Surat Keterangan Plagiasi	165

ABSTRAK

Evi Dina Anggita. 2026. SKRIPSI. Eksplorasi Pengalaman ACEs dan Startegi Coping Maladaptif terhadap *Roleplay* K-Pop di Telegram Perspektif Fenomenologi. Pembimbing 1: Dr. Sri Susanti, M. A. Pembimbing 2: Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi.

Kata Kunci: *Adverse Childhood Experiences* (ACEs), Strategi Coping maladaptif, *Roleplay* K-Pop, Telegram.

Fenomena *roleplay* K-Pop di Telegram berkembang pesat di Indonesia dan dapat berfungsi sebagai ruang kompensasi psikologis bagi pengguna dengan riwayat *Adverse Childhood Experiences* (ACEs). Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bagaimana ACEs membentuk strategi *coping* maladaptif dan dipengaruhi oleh dinamika komunitas Telegram. Penelitian menggunakan metode kualitatif *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) dengan tiga subjek berusia 22–23 tahun yang aktif dalam *roleplay* minimal satu tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan dokumentasi digital, dianalisis melalui tahapan IPA dan analisis lintas kasus.

Hasil menunjukkan subjek mengalami *adversity* berlapis (*abuse*, *neglect*, *household dysfunction*) yang membentuk kebutuhan psikologis inti berupa kontrol/agensi, validasi tanpa stigma, dan *belongingness* berisiko rendah. Konfigurasi *primary appraisal* tinggi dan *secondary appraisal* rendah mendorong dominasi *emotion-focused* dan *avoidant coping*, termasuk *freeze/dissociation*, kontrol rigid eksposur diri, dan *hyper-independence*. Platform Telegram menyediakan *affordances* kompatibel (anonimitas, fleksibilitas identitas, kedekatan tanpa tubuh, validasi instan) yang mentransformasi *survival strategies* menjadi kompensasi digital.

Konsekuensi bersifat ambivalen: regulasi emosi jangka pendek versus *maintenance loop* maladaptif berupa invisibilitas, fragmentasi identitas, dan distorsi relasi. Penelitian ini menegaskan pentingnya memahami *roleplay* sebagai praktik *coping* digital terkait riwayat *adversity*, serta perlunya pendekatan komunitas dan layanan kesehatan mental yang *trauma-informed*, *digitally-sensitive*, dan *culturally-appropriate*.

ABSTRACT

Evi Dina Anggita. 2026. THESIS. Exploration of ACEs Experiences and Maladaptive Coping Strategies towards K-Pop Roleplay on Telegram Phenomenological Perspective. Advisor 1: Dr. Sri Susanti, M. A. Advisor 2: Yusuf Hamdani Abdi, M. Psi.

Keywords: Adverse Childhood Experiences (ACEs), Maladaptive Coping Strategy, K-Pop Roleplay, Telegram.

K-Pop roleplay on Telegram has grown rapidly in Indonesia and can function as a compensatory psychological space for users with histories of Adverse Childhood Experiences (ACEs). This study explores how ACEs shape maladaptive coping strategies and how Telegram community dynamics influence them. The study employed qualitative Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) with three participants aged 22–23 years who had been actively engaged in roleplay for at least 1 year. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and digital documentation, analyzed through IPA procedures and cross-case analysis.

Findings indicate layered adversity (abuse, neglect, household dysfunction) shaped core psychological needs: control/agency, validation without stigma, and low-risk belongingness. The configuration of high primary appraisal and low secondary appraisal promoted dominance of emotion-focused and avoidant coping—including freeze/dissociation, rigid control of self-exposure, and hyper-independence. Telegram provides compatible affordances (anonymity, identity flexibility, closeness without physical presence, instant validation) that transform survival strategies into digital compensation.

Outcomes are ambivalent: short-term emotional regulation versus maladaptive maintenance loops characterized by invisibility, identity fragmentation, and relational distortions. This study underscores the importance of understanding roleplay as a digital coping practice linked to adversity history, and the necessity for community approaches and mental health services that are trauma-informed, digitally-sensitive, and culturally-appropriate.