

PERANCANGAN *INTERACTIVE STORY GAMES* SEBAGAI REFLEKSI *INNER CHILD* TERLUKA BAGI REMAJA PEREMPUAN

Adisty Octaviani¹, Rahmawati Rahmawati², Rizki Taufik Rakhman³

Pendidikan Seni Rupa, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta

E-mail: *adistyoct@gmail.com¹, rzhrahmawati@unj.ac.id², rizkitr@unj.ac.id³

ABSTRAK

Inner child merupakan sebuah konsep yang menggambarkan sifat dan sikap kekanak-kanakan yang dimiliki oleh seorang individu. Remaja perempuan merupakan kelompok yang rentan mengalami tekanan emosional akibat pengalaman masa lalu dan lingkungan sosial. Pada tahap ini, pengalaman emosional masa kanak-kanak atau *inner child* yang belum terselesaikan dapat memengaruhi kondisi psikologis individu, seperti kesulitan mengelola emosi dan memiliki kepercayaan diri yang rendah. Namun, pemahaman mengenai konsep *inner child* masih terbatas dan sering dianggap sulit untuk dibahas secara langsung. Oleh karena itu, diperlukan media alternatif yang bersifat reflektif dan mudah diterima oleh remaja akhir. Penelitian ini bertujuan untuk merancang sebuah *interactive story games* sebagai media refleksi *inner child* terluka bagi remaja perempuan. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan penciptaan berbasis *design thinking* yang meliputi tahap *empathize*, *define*, *ideate*, *prototype*, dan *test*. Pengumpulan data dilakukan melalui *In-Depth Interview*, yaitu wawancara secara mendalam. Data tersebut kemudian dituangkan menjadi sebuah rancangan *interactive story games* "Mindventure" yang mampu merepresentasikan pengalaman emosional masa kecil melalui alur cerita interaktif dan sistem pilihan bercabang.

Kata kunci

Interactive Story Games, Inner Child, Remaja Perempuan

ABSTRACT

Inner child is a concept that describes the childlike traits and attitudes within an individual. Female adolescents are a group that is vulnerable to emotional pressure resulting from past experiences and social environments. At this stage, unresolved childhood emotional experiences, or a wounded inner child, can affect an individual's psychological condition, such as difficulties in managing emotions and low self-confidence. However, understanding the concept of the inner child remains limited and is often considered difficult to discuss directly. Therefore, alternative reflective media that are accessible and easily accepted by late adolescents are needed. This study aims to design an interactive story game as a medium for reflecting on the wounded inner child among female adolescents. The research employs a qualitative method with a creative approach based on design thinking, which includes the stages of *empathize*, *define*, *ideate*, *prototype*, and *test*. Data was collected through in-depth interviews. The collected data were then developed into the design of an interactive story game entitled *Mindventure*, which represents childhood emotional experiences through interactive narratives and a branching choice system.

Keywords

Interactive Story Games, Inner Child, Female Adolescents

1. PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki kepribadian berbeda-beda yang terbentuk atas pengalaman yang mereka alami. Menurut John Dewey (1938), pengalaman adalah proses berkelanjutan yang dapat membentuk seseorang ketika berinteraksi dengan sekitarnya. Pengalaman tersebut dapat berupa positif maupun negatif, yang dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap psikologis dan emosional seseorang. Pengalaman-pengalaman tersebut diharapkan dapat diterima dan diproses secara positif bagi masing-

masing individu. Namun, sayangnya banyak orang, khususnya remaja yang belum bisa dengan penuh memproses setiap pengalaman secara positif sehingga hal tersebut meninggalkan luka batin seiring mereka bertumbuh. Pengalaman yang menimbulkan trauma serius yang dialami seseorang antara usia 5 hingga 10 tahun dapat meninggalkan jejak mendalam pada individu (Khusnul dan Wulan, 2023).

Satir (1972) memperkirakan hanya 5-20% anak yang tumbuh dengan menerima pengasuhan yang layak—yang berarti 80-95% anak tumbuh dengan tidak menerima cinta, bimbingan, dan pengasuhan yang diperlukan untuk membentuk hubungan sehat secara konsisten dan mengenali perbuatan apa yang baik atau tidak untuk diri mereka sendiri (Satir, 1972 dikutip dalam Whitfield, 1987). Akibat dari pengasuhan tidak sehat tersebut dan luka batin di masa kecil inilah yang kerap dikenal sebagai *inner child* yang terluka.

Inner Child adalah sebuah konsep yang menggambarkan sifat dan sikap kekanak-kanakan yang dimiliki oleh seorang individu (Surianti, 2022). Konsep *inner child* pertama kali diperkenalkan oleh psikolog asal Swiss, Carl Gustav Jung (1875-1961) dalam teori psikologi analitik. Jung menjelaskan bahwa *inner child* merupakan bagian dari arketipe dalam alam bawah sadar manusia dan berperan penting dalam membentuk pola pikir, emosi, serta perilaku seseorang di masa dewasa. Jung (1961) mengemukakan bahwa *inner child* adalah proses individuasi, yaitu proses seseorang dalam mencari jati diri yang utuh.

Setiap orang memiliki *inner child* yang berbeda-beda karena hal ini terbentuk dari pengalaman saat anak-anak. *Inner child* dapat digambarkan sebagai bagian dari tubuh seorang individu yang tetap menjadi anak-anak dan tidak bertumbuh, dikarenakan sosok tersebut menetap dan bersembunyi di dalam diri seseorang. *Inner child* seseorang menyerap dan menggenggam setiap ingatan dan emosi yang pernah dialami semasa kecil, entah yang baik ataupun yang buruk. *Inner child* yang sehat dapat memberikan kebahagiaan, rasa percaya diri, kontrol emosi yang baik, dan kreativitas dalam kehidupan seseorang (Siegel & Bryson, 2012). Namun, *inner child* yang tidak sehat dapat menjadi luka bagi individu yang merasakannya. Luka ini dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu ketika dewasa dalam kendali emosi, gangguan kesehatan mental, mengambil keputusan, serta menjalin hubungan dengan orang lain secara tidak sehat (Bradshaw, 1990).

Seiring perkembangan teknologi digital, media interaktif seperti *interactive story games* berpotensi menjadi sarana refleksi diri yang efektif. Permainan berbasis cerita memungkinkan pengguna terlibat secara emosional melalui alur naratif dan pilihan-pilihan yang merepresentasikan kondisi psikologis tertentu. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini berfokus pada perancangan *interactive story games* sebagai refleksi *inner child* terluka bagi remaja perempuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan rancangan permainan interaktif yang mampu membantu remaja perempuan mengenali, memahami, dan merefleksikan kondisi emosional yang berkaitan dengan pengalaman masa kecil.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan penciptaan didukung menggunakan *design thinking*. Kualitatif dipilih untuk menggali wawasan yang lebih dalam dari topik penelitian yang dibahas. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan tiga orang penyintas *inner child* yang terluka dan seorang psikolog, serta studi literatur. Narasumber penyintas *inner child* terluka yang dipilih berusia 20 tahun, 21 tahun, dan 45 tahun. *Design*

thinking dipilih karena pendekatannya yang berbasis *human-centered* dan memecahkan masalah secara kreatif serta inovatif. *Design Thinking* menggunakan 5 tahapan, yang peneliti gunakan sebagai berikut:

a. *Empathize*

Tahapan *empathize* atau berempati bertujuan untuk memahami kebutuhan pengguna dengan mengumpulkan data. Pada tahap ini, peneliti melakukan riset terhadap bagaimana *inner child* terluka dapat memengaruhi seorang individu ketika mereka beranjak dewasa. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, kuesioner, dan studi literatur terkait psikologi remaja dan konsep *inner child*.

b. *Define*

Tahapan *define* atau menentukan masalah bertujuan untuk menganalisis dan menemukan permasalahan utama. Peneliti melakukan wawancara dengan narasumber penyintas *inner child* yang terluka dan mentor kesehatan mental. Pada tahap ini ditetapkan fokus perancangan, tujuan karya, serta karakteristik pengguna.

c. *Ideate*

Tahapan *ideate* atau menciptakan ide bertujuan untuk mengembangkan gagasan kreatif berupa konsep permainan, alur cerita, karakter, mekanik interaksi, serta gaya visual melalui *brainstorming* dan *mind mapping*. Peneliti melakukan *brainstorming* atau mencari ide dengan melihat berbagai referensi permainan kartu yang ada di pasaran.

d. *Prototype*

Tahapan *prototype* atau membuat prototipe bertujuan untuk membuat model awal dan dibuat untuk diuji. Konsep yang telah disusun diwujudkan dalam bentuk *prototype* permainan. *Prototype* mencakup desain antarmuka, ilustrasi, naskah cerita, dan sistem pilihan interaktif.

e. *Test*

Tahapan *test* atau menguji *prototype* bertujuan untuk mendapatkan umpan balik dari pengguna. Evaluasi dilakukan melalui wawancara guna mengetahui efektivitas media.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Inner child adalah sebuah konsep yang menggambarkan sifat dan sikap kekanak-kanakan yang dimiliki oleh seorang individu (Surianti, 2022). *Inner child* yang terluka erat kaitannya dengan pengalaman tidak menyenangkan hingga traumatis yang dialami oleh individu di masa kecil mereka. Menurut LaBelle (2024), terdapat beberapa tanda *inner child* seseorang terluka, seperti: emosi yang belum terselesaikan, mengkritik diri sendiri secara berlebihan, rendah diri, mudah merasa bersalah, memiliki *coping mechanism* yang tidak sehat, mengalami PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*), dan masalah kesehatan lainnya. Ada beberapa hal yang dapat menyebabkan *inner child* seseorang terluka, diantaranya:

a. **Diabaikan**

Pengabaian anak adalah kegagalan memenuhi kebutuhan fisik dan emosional seorang anak. Menurut Stoltenborgh, dkk. (2013), hampir 1 dari 5 orang dewasa di seluruh dunia pernah mengalami pengabaian atau tak diacuhkan ketika mereka masih anak-anak.

Pengabaian atau tidak diacuhkan yang dialami oleh seseorang ketika anak-anak, dapat memengaruhi hubungan mereka dengan orang lain ketika dewasa. Hal ini dapat menyebabkan masalah pada kemampuan regulasi emosi seseorang secara efektif. Kemampuan mengendalikan emosi sangat penting dalam mengambil keputusan dan saat berhadapan dengan orang lain (Rahma dkk., 2024).

b. Kekerasan Fisik dan Emosional

Menurut Permendikbud Ristek, kekerasan fisik adalah perbuatan yang dilakukan dengan kontak fisik, baik menggunakan alat bantu ataupun tanpa menggunakan alat bantu. Bentuk kekerasan ini ditandai dengan segala bentuk perilaku yang melibatkan sentuhan tubuh maupun penggunaan alat bantu untuk melakukan tindakan tersebut.

Deputi Bidang Perlindungan Khusus Anak KemenPPPA, Nahar memaparkan bahwa SNPHAR (Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja) tahun 2023 yang dilakukan di 15.120 sampel di 189 Kabupaten/Kota menghasilkan sekitar 11,5 juta atau 50,78% anak usia 13-17 tahun pernah mengalami salah satu bentuk kekerasan atau lebih di sepanjang hidupnya.

Menurut *Psychology Today* (2019), kekerasan emosional adalah perilaku dimana pelaku menghina, memermalukan, dan menimbulkan rasa takut pada seseorang untuk mengendalikannya. Orang yang mengalami kekerasan emosional dapat mengalami kebingungan, ketakutan, rendah diri, jantung berdebar-debar, *anxiety*, insomnia, dan lain-lain. Menurut Jantz (2015), kekerasan emosional juga berpusat pada kontrol, manipulasi, isolasi, dan perilaku merendahkan atau mengancam.

c. Perundungan (*bullying*)

Bullying merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan oleh pihak yang lebih kuat kepada pihak yang lebih lemah (Coloroso, 2007 dikutip dari Shidiqi & Suprapti, 2013). *Bullying* dilakukan secara sadar dan dimaksudkan untuk melukai, menakuti, dan mengancam. Menurut Coloroso, *bullying* dikelompokkan menjadi tiga, diantaranya *bullying* verbal, yaitu menggunakan kata-kata untuk menindas atau menyakiti korban; *bullying* rasional, yaitu melemahkan harga diri korban melalui pengabaian, pengucilan, atau penghindaran secara terus menerus; *bullying* fisik, yaitu menggunakan kekerasan fisik untuk melukai korbannya (Shidiqi & Suprapti, 2013). Dikutip dari Unicef Indonesia, *bullying* pada kalangan remaja memiliki kaitan dengan meningkatnya resiko gangguan psikologis, proses pendidikan dan fungsi sosial yang buruk.

d. Konflik Keluarga

Seseorang yang tumbuh dalam keluarga yang bermasalah atau tidak harmonis cenderung tidak terpenuhi kebutuhannya yang menyebabkan perasaan menyakitkan bagi anak. Orang tua dan anggota keluarga lainnya cenderung tidak mampu mendengarkan, mendukung, menerima, dan menghormati Si Anak—bahkan seringkali mereka tidak memiliki seorangpun yang dapat diajak untuk berbagi perasaan (Whitfield, 1987).

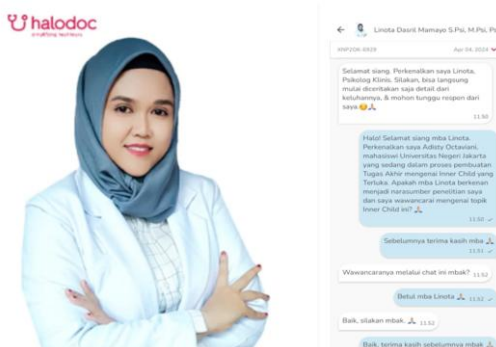
Menurut Jeremy Pollack (2019), terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan konflik dalam keluarga, seperti: uang, bisnis keluarga, konflik terkait mertua, konflik terkait acara keluarga, konflik antar saudara kandung, dan orang tua yang bercerai.

Berdasarkan wawancara yang sudah penulis lakukan dengan ketiga narasumber, yaitu GNF, SZA, dan Bu Ribka, dapat disimpulkan bahwa penyebab utama *inner child* ketiga narasumber terluka adalah orang tua mereka sendiri (KDRT, diabaikan, dibentak, dan konflik keluarga. Pengalaman-pengalaman tersebut menjadi sebuah trauma di dalam diri ketiga narasumber, sehingga menciptakan perilaku baru ketika mereka beranjak dewasa, seperti takut berbicara di depan umum karena takut diabaikan, *anger issue* yang tak terkendali sehingga menyakiti orang lain, menciptakan hubungan *toxic* dengan teman dan pasangan, hingga menimbulkan berbagai penyakit mental di dalam diri mereka. Ketiga narasumber menyadari bahwa mereka perlu menyembuhkan *inner child* mereka yang terluka ketika beranjak dewasa dan merasa perilaku mereka sudah tidak wajar. Mereka menyembuhkan *inner child* yang terluka tersebut dengan melakukan *journaling*, bercerita dengan orang lain, hingga meminta bantuan ke psikolog dan psikiater.



Gambar 1. In-Depth Interview dengan GNF, SZA, dan Bu Ribka

Wawancara dengan ahli, penulis lakukan dengan seorang psikolog bernama Linota Dasril Mamayo, S. Psi., M. Psi. Wawancara dilakukan via aplikasi Halodoc. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa *inner child* tak hanya membentuk kepribadian atau karakteristik seseorang, namun juga kondisi emosi serta pola pemikiran individu. Tanda yang paling jelas bahwa seseorang memiliki *inner child* yang terluka atau belum sembuh adalah individu sering melakukan sesuatu yang sebenarnya tidak ingin mereka lakukan/sebaiknya tidak perlu dilakukan.



Gambar 2. Wawancara dengan Psikolog

Berdasarkan data yang telah penulis kumpulkan, dihasilkanlah sebuah *interactive story games* yang mengangkat tema refleksi *inner child* terluka. Permainan ini dirancang untuk mempresentasikan pengalaman emosional masa kecil, konflik batin, serta proses penerimaan diri yang dialami oleh remaja perempuan. Produk akhir disusun dalam bentuk narasi interaktif dengan beberapa alur cerita bercabang yang memungkinkan pengguna menentukan jalannya cerita berdasarkan pilihan emosional yang diambil.

3.1 Proses

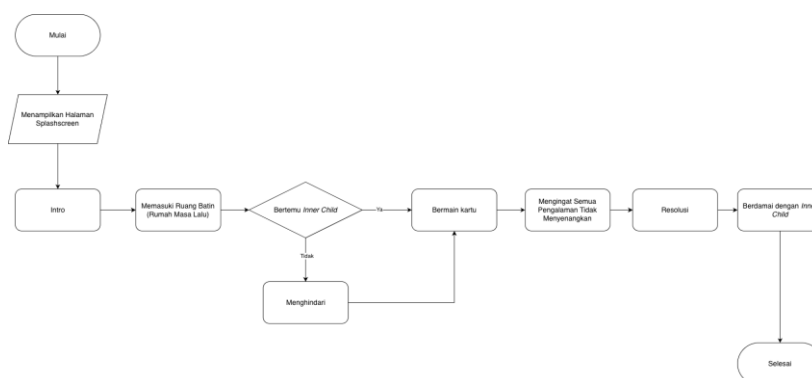
Pada tahap awal, peneliti melakukan studi literatur mengenai karakteristik remaja akhir, konsep *inner child*, hingga permasalahan psikologis yang dapat terjadi pada fase remaja akhir menurut ahli, peneliti juga melakukan wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan narasumber. Setelah itu, peneliti merumuskan permasalahan utama, yaitu minimnya media pengenalan dan reflektif berbasis seni yang mampu membantu remaja akhir mengenali dan memahami luka emosional masa kecil. Tahap selanjutnya adalah *brainstorming* atau mencari ide dengan melihat berbagai referensi mulai dari ilustrasi, *background* yang akan digunakan, hingga narasi, dan alur yang efektif agar

mudah dipahami oleh pengguna. Setelahnya, peneliti membuat sketsa, ilustrasi, *background*, dan *finishing*. Mindventure dibuat menggunakan *software* dan aplikasi Autodesk Sketchbook, Ibis Paint X, Capcut, dan Figma. Setelah selesai, Mindventure diperkenalkan ke calon pengguna. Setelah itu, dilakukanlah uji validasi pengguna agar didapatkan umpan balik tentang kekurangan dari *interactive story games* yang telah dibuat agar karya dapat disempurnakan lagi.

3.2 Visualisasi Karya

Interactive Story Games ini bernama “Mindventure” yang merupakan gabungan dari kata “*Mind*” dan “*Adventure*” yang berarti petualangan pikiran. Mindventure memiliki total 15 *scene* cerita yang saling berurutan. Permainan dirancang dengan sistem pilihan bercabang yang memberikan kebebasan kepada pengguna dalam menentukan respons terhadap situasi yang disajikan. Setiap pilihan merepresentasikan kondisi emosi tertentu, seperti rasa takut, kecewa, marah, atau penerimaan diri. Karakter utama dirancang sebagai representasi remaja perempuan yang sedang mengalami proses pencarian jati diri, sehingga mudah diidentifikasi oleh pemain.

Bercerita tentang “Aku” yang tiba-tiba saja kembali ke masa lalu dan bertemu dengan dirinya yang masih kecil atau disebut dengan “Aku Kecil”. Mereka berdua bertemu di rumah lama mereka. “Aku Kecil” mengajak “Aku” untuk bermain kartu yang berisikan trauma dan pengalaman masa kecil. “Aku” merasakan petualangan pikiran dan emosi selama permainan kartu berlangsung. *Interactive story games* berakhir dengan “Aku” yang menyadari bahwa ia harus menghadapi semua rasa trauma masa kecilnya dan memeluk diri kecilnya, bukan malah mengabaikan semua emosi tersebut.

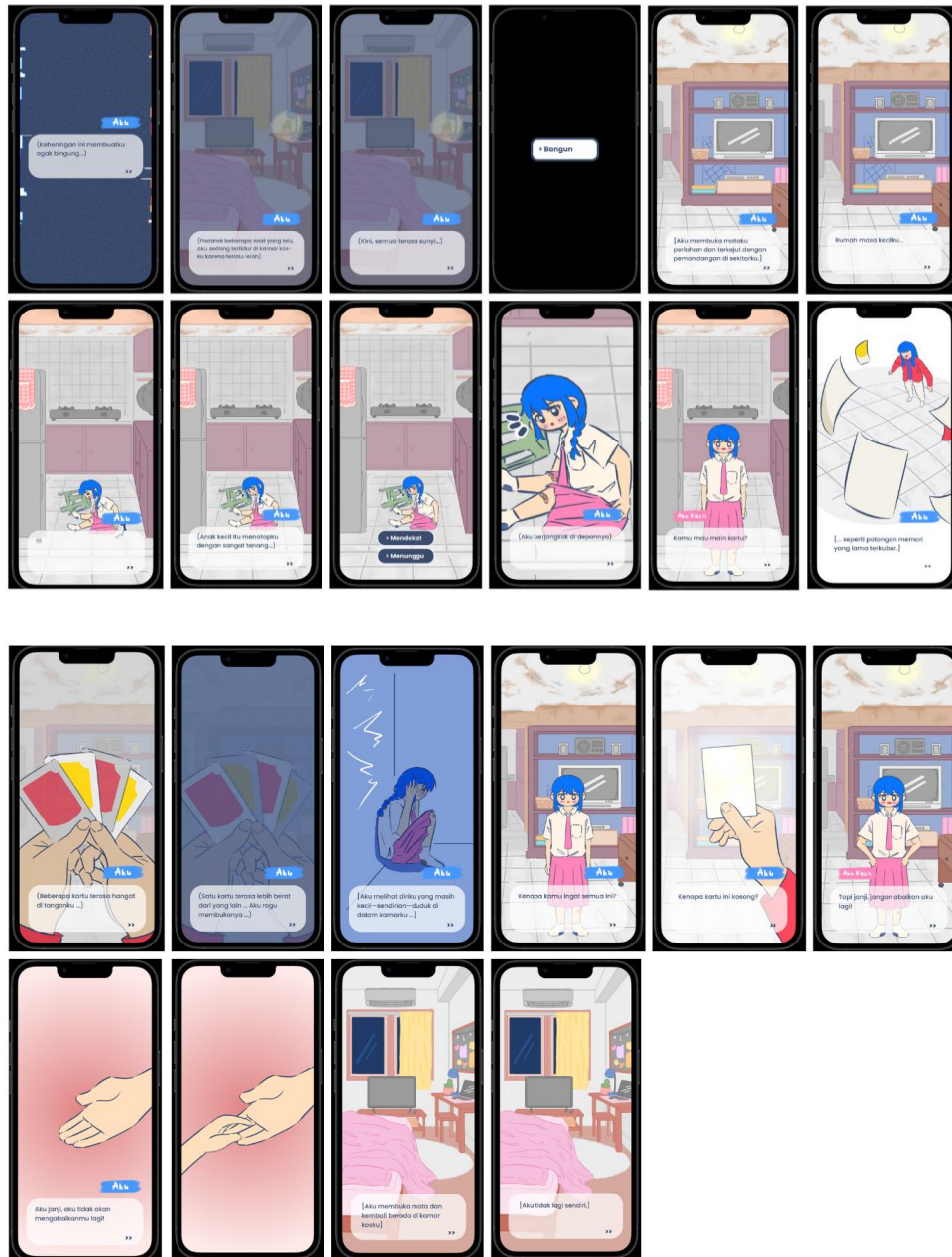


Gambar 3. Flowchart *Interactive Story Games* Mindventure

Mindventure menggunakan *art style* atau gaya ilustrasi semi realis. Pemilihan gaya ilustrasi ini cocok untuk media refleksi dan pengenalan kepada pemain, terlebih untuk remaja perempuan. Ilustrasi menggunakan elemen visual yang menarik dan ekspresif. Mindventure menggunakan 7 warna utama, yaitu merah, kuning, biru, merah muda, ungu, putih, dan hijau. Pemilihan warna cenderung menggunakan warna-warna yang kontras untuk memberikan kesan cerah. Menurut Eko Nugroho dalam buku *Teori Warna* (2008), psikologi warna membagi warna menjadi makna positif dan makna negatif. Warna merah memiliki makna positif kekuatan dan makna negatif kemarahan; warna merah muda memiliki makna positif simpati, polos dan makna negatif naif; warna kuning memiliki makna positif optimism, sukacita dan makna negatif tidak jujur, penakut; warna hijau memiliki makna positif semangat, stabil, keseimbangan dan makna negatif tidak berpengalaman; warna biru memiliki makna positif kelembutan, kepercayaan diri dan makna negative sedih, dingin, depresi; warna ungu memiliki makna positif kreativitas, kebijaksanaan dan makna negatif misteri; warna putih memiliki makna positif damai, suci

dan makna negatif hampa. Warna juga difungsikan sebagai pembeda kategori kartu agar memudahkan pengguna dalam memahami alur permainan.

Karya menggunakan jenis font *sans* serif dengan tiga macam font, yaitu Montserrat, Futura, dan Ginukginuk. Font *sans* serif dipilih karena bentuknya yang sederhana, mudah dibaca, memberikan tampilan yang lebih bersih dan modern, sehingga mendukung kenyamanan visual serta keterbacaan informasi (Kusumawati, 2018).



Gambar 4. *Interactive Story Games Mindventure*

3.3 Respon Pengguna

Hasil validasi pengguna yang dilakukan pada remaja perempuan secara langsung menunjukkan bahwa mereka merasa terhubung secara emosional dengan cerita yang disajikan. Menurut mereka, alur cerita dan karakter terasa relevan dengan pengalaman pribadi mereka. Mereka menilai, bahwa *interactive story games* ini membantu mereka

lebih memahami perasaan, mengingat kembali masa kecil, serta menyadari pola respons emosional yang sering muncul pada diri mereka. Untuk aspek visual, mereka menyukai gaya ilustrasi yang digunakan dan pewarnaan yang kontras dalam *games*. Mereka menilai, ilustrasi yang digunakan menggemaskan dan sangat cocok untuk remaja perempuan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, berikut adalah beberapa kesimpulan utama:

- a. *Interactive story games* Mindventure berhasil dirancang sebagai media refleksi *inner child* terluka bagi remaja perempuan. Melalui pendekatan *design thinking*, proses perancangan dilakukan secara sistematis dengan berfokus pada kebutuhan dan pengalaman pengguna.
- b. Hasil wawancara dengan penyintas dan psikolog menunjukkan bahwa luka emosional masa kecil memiliki pengaruh besar terhadap pola emosi, perilaku, dan hubungan sosial individu. Temuan ini menjadi dasar dalam penyusunan narasi, karakter, dan sistem interaksi dalam permainan.
- c. Hasil uji validasi pengguna menunjukkan bahwa Mindventure mampu membangun keterlibatan emosional, membantu pengguna mengenali pengalaman masa lalu serta meningkatkan kesadaran terhadap kondisi emosional pribadi.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Bradshaw, J. (1990) *Homecoming: Reclaiming and Healing Your Inner Child*. New York: Bantam.
- Jantz, G.L. (2015) 'What is emotional abuse?', *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/hope-relationships/201512/what-is-emotional-abuse>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (2024) Kemen PPPA rilis survei pengalaman hidup perempuan nasional (SPHPN) dan survei nasional pengalaman hidup anak dan remaja (SNPHAR) 2024. <https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTQzMw==>
- Khusnul, A. and Wulan, N. (2023) 'Pengalaman trauma masa kecil dan eksplorasi inner child pada mahasiswa keperawatan sekolah tinggi ilmu kesehatan Kuningan: studi fenomenologi', *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(1), pp. 33–40. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i01.684>.
- LaBelle, K. (2024) 'Meet your inner child', *Cleveland Clinic*. <https://health.clevelandclinic.org/inner-child>.
- Nugroho, E. (2008). *Teori warna*. Andi Offset.
- Pollack, J. (2019) '7 types of family conflict: why do families fight? (+examples)', *Pollack Peace Building*. <https://pollackpeacebuilding.com/blog/common-types-of-family-conflicts/>.
- Psychology Today* (2019) 'Emotional abuse', *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/basics/emotional-abuse>.
- Rahma, S.A., Ikhsan, A.P.P. and Yemima, D. (2024) 'Dampak pengabaian orang tua terhadap regulasi emosi anak', *Jurnal Psikologi*, 1(4), p. 18. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2649>.
- Shidiqi, M.F. and Suprpti, V. (2013) 'Pemaknaan bullying pada remaja penindas (the bully)', *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(2), pp. 90–98.

- Susanti, S. (2022) 'Inner child: memahami dan mengatasi luka masa kecil', MIMBAR: Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani, 8(2), pp. 10–15.
<https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i2.1239>.
- Whitfield, C.L. (1987) *Discovery and Recovery for Adult Children of Dysfunctional Family*. Florida: Health Communications, Inc.