

Proses Pemaafan Remaja Dari Orang Tua Bercerai

Fitriani^{1*}, Hafnidar¹

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 - Indonesia
e-mail: fitrianiapel@gmail.com

*CorSubjekce

Abstract:

This study aims to describe forgiving in adolescents from divorced parents in North Aceh Regency. The picture of forgiving studied is the forgiving process, forgiving factors and the impact of forgiving on adolescents from divorced parents. This research uses a qualitative research design with a phenomenological approach. The data collection method uses purposive sampling techniques through interviews, observations and documentation. The Subjects in this study were five teenagers who experienced parental divorce. The results showed that out of the five Subjects in the study, only four Subjects had done forgiving and one Subject had not done forgiving. The four Subjects went through several forgiving processes. There are several reasons or factors that cause Subjects to decide to forgive. One of the Subjects chose to forgive because he wanted to make peace with himself and was tired of the situation. In addition, all three Subjects chose to forgive due to economic factors. After forgiving, the four Subjects felt positive impacts such as feeling happy, relieved heart, calmer and feeling less depressed, while one Subject who had not done forgiving still felt depressed until now.

Keywords: *forgiving, adolescence, parental divorce*

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pemaafan pada remaja dari orangtua bercerai di Kabupaten Aceh Utara. Gambaran pemaafan yang diteliti yaitu proses pemaafan, faktor-faktor pemaafan dan dampak pemaafan pada remaja dari orangtua bercerai. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode pengumpulan data menggunakan tehnik purposive sampling melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah lima orang remaja yang mengalami perceraian orangtua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari lima Subjek penelitian hanya empat Subjek yang sudah melakukan pemaafan dan satu Subjek belum melakukan pemaafan. Keempat Subjek melalui beberapa proses pemaafan. Terdapat beberapa alasan atau faktor yang menyebabkan Subjek memutuskan untuk melakukan pemaafan. Salah satu Subjek memilih memaafkan karena ingin berdamai dengan diri sendiri dan lelah dengan keadaan. Selain itu, ketiga Subjek memilih memaafkan karena faktor ekonomi. Setelah melakukan pemaafan keempat Subjek merasakan dampak positif seperti rasa senang, hati lega, lebih tenang dan merasa tidak tertekan lagi, sedangkan satu Subjek yang belum melakukan pemaafan masih merasa tertekan sampai sekarang.

Kata kunci: pemaafan, remaja, perceraian orangtua

1. Pendahuluan

Aceh Utara memiliki 27 Kecamatan yang dimulai dari krueng Mane hingga Bahtia, Aceh utara sendiri merupakan salah satu kabupaten yang memiliki angka perceraian tertinggi. Menurut

Mahkamah Syariah Aceh Utara di tahun 2020 angka perceraian di Aceh utara terus meningkat sebanyak 707 kasus. Adapun penyebab perceraian di Kabupaten Aceh Utara tertinggi dikarenakan perselisihan dan pertengkaran terus menerus sebanyak 586 kasus, kemudian meninggalkan salah satu pihak sebanyak 88 kasus, ekonomi sebanyak 24 kasus, dan dikarenakan permasalahan dihukum penjara sebanyak 6 kasus, madat 2 kasus dan KDRT 1 kasus. Sehingga dari 23 kabupaten/ kota yang ada di Aceh, Kabupaten Aceh utara dilaporkan paling banyak memiliki kasus perceraian.

Meskipun demikian pada dasarnya semua pasangan suami istri menginginkan kehidupan rumah tangga yang harmonis. Menurut Gunarsa (2000) keluarga yang harmonis merupakan keluarga yang ditandai dengan adanya rasa bahagia pada semua anggota keluarga, berkurangnya ketegangan, kekecewaan, serta adanya penerimaan diri yang baik. Dariyo (2004) mengatakan bahwa tidak ada pasangan suami istri yang menginginkan perceraian, melainkan perceraian merupakan peristiwa yang tidak direncanakan dan tidak dikehendaki oleh kedua individu yang sama-sama terikat dalam perkawinan. Apapun alasan perceraian, Rich & dolgin (2008) mengatakan bahwa anak merupakan salah satu pihak yang paling besar terkena dampak psikologis dari perceraian kedua orangtuanya. remaja merupakan pihak paling besar mengalami dampak psikologis akibat dari perceraian kedua orang tuanya, hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa perubahan atau transisi dari masa anak- anak ke masa dewasa dimana kematangan terjadi begitu pesat yang mengakibatkan terjadi perubahan dalam diri baik perubahan psikologis, kognitif dan emosional. bahwa pada kasus perceraian orangtua, remaja dapat menggoreskan luka batin yang dalam serta memicu ketidakstabilan emosi dan stress yang mengakibatkan sering mengalami ketakutan, kecemasan hingga depresi. Kondisi-kondisi tersebut diakibatkan oleh rasa sakit hati yang berasal dari rasa marah, benci, dan kesedihan yang timbul sebagai dampak dari perceraian. Dengan demikian anak dituntut untuk paham dan menerima peristiwa perceraian orangtuanya. Oleh karena itu menurut Nasri dkk (2018) mengatakan pemaafan pada remaja sangat diperlukan dengan tujuan untuk menghilangkan rasa kecewa dan sakit hati.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan dengan pendekatan fenomenologi. Lokasi penelitian di Kabupaten Aceh Utara. Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah *purposive sampling*, yang berjumlah 5 orang remaja yang mengalami perceraian orangtuanya di kabupaten Aceh Utara. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah anak dari orangtua bercerai di Aceh Utara, Remaja yang berada di Kabupaten Aceh Utara, usia 15 sampai 20 tahun dan kedua orangtua masih hidup. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis tematik sedangkan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber dan teknik.

3. Hasil

Setiap responden mengalami beberapa fase dalam proses pemaafan. Pemaafan merupakan proses yang berjalan secara bertahap, yaitu ada 4 fase untuk pemberian maaf. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dari 5 responden penelitian hanya 4 responden yang sudah memberi pemaafan kepada orangtuanya sedangkan satu responden lagi belum bisa menerima perceraian orangtuanya dan belum mampu untuk memberi pemaafan. Responden yang telah memberi pemaafan melalui fase yang sama yaitu 1) fase pengungkapan (*uncovering phase*), 2) fase keputusan (*decision phase*), 3) fase tindakan (*work phase*) dan 4) fase pendalaman (*outcome phase*), sedangkan satu responden yang belum memberi pemaafan hanya melalui fase pengungkapan saja seperti yang akan dijelaskan berikut ini:

1) Fase pengungkapan

Salah satu fase yang mempengaruhi pemaafan yaitu fase pengungkapan. Berdasarkan hasil wawancara bahwa semua responden melalui fase pengungkapan, Namun demikian semua responden memiliki perbedaan di fase pengungkapan. CN merasakan sedih, tertekan batin, tidak semangat belajar, gelisah dan khawatir ketika pertama kali mengetahui orangtuanya berpisah. Seperti yang terungkap dalam kutipan wawancara berikut ini:

(belajar tidak semangat dan tertekan) “dari 8 bulan sampek kelas lima, tapi kak habis dari kelas 6 sedih kak udah dari pesantren pindahlah ke SMP, SMP pun gak nyaman juga karena bawaan gangguan orang tua kita juga kan, belajar pun jadi gak semangat gini tekanan lah..habis tu ya udah emm dari SMP tu pindah lah lagi ke SMP balek ke batam pas SMA baru balek lagi ke sini” (CN,W1:26-29)

(Sedih, menangis dan tekanan batin) “ya pasti sedih lah kak, kan kemaren sempat pesantren tiga tahun kan di jabal nur kan kita merasa kek gini kawan- kawan kita di jenguknya lengkap ayahnya mamaknya enggak kalo aku sendiri pas dijenguk pisah mamak, mamak, ayah, ayah emmm... kawan pun gak tau karena gimana ya gimana ya berusaha buat sembunyiin ditanya kenapa mamak sama ayah gak pergi nya bareng jawabnya gini ayah kerja dibanda jadi ayah seminggu sekali ayah ke sini jadi kek gitu, kadang sedih liat kawan kek gini ada juga kadang nangis- nangis tekanan batin kan belajar pun gak enak enggak semangat habistu tapi dah lama- lama dah alhamdulillah dah terbiasa tapi masih sedih tapi alhamdulillah sampek tamat kawan belum ada tau kalo orangtua pisah karena niatnya emang mau disembunyiin biar gak ada yang tau, biar taunya kalo udah diluar pesantren kalo dipesantren kan di omongin ini ini...pasti gak enak rasanya” (CN,W1:55-65)

(Gelisah, khawatir, pendam sendiri) “emmm...iya gelisah khawatir ada juga rasa pengen kek kawan – kawan yang lain mereka punya orangtua lengkap orangtua

jenguk anaknya satu keluarga kita enggak kadang juga enggak gimana ya..emmmm pengen teriak gitu ada yang kita salurkan emosinya ke orang tapi gak ada tempat curhat gitu jadi apa- apa pendam sendiri””(CN,W1:69-72)

Dari transkrip wawancara diatas dapat diketahui bahwa CN merasa sedih, tertekan batin, gelisah, sering menangis, khawatir dan tidak semangat belajar pada saat pertama kali mengetahui orangtuanya berpisah. Pada saat wawancara berlangsung CN terlihat sedih saat menceritakan permasalahan orangtuanya (CN,O1/14/7/21). Berdasarkan penjelasan dari responden CN diatas sesuai pernyataan dari A yang merupakan teman satu pesantren CN. A mengatakan bahwa CN sering menangis sendiri dan bahkan CN pernah bolos dari sekolah dan pesantren karena kepikiran orangtuanya yang bercerai. seperti yang diungkapkan pada kutipan wawancara berikut:

(mengetahui saat kawanya nangis dan bolos sekolah) *“Ia kak dia pernah bolos dari pesantren waktu itu tapi ketika ustazah tau dia bolos dari pesantren ustazah langsung menelpon mamaknya untuk memberitahu...mungkin karena kepikiran orangtua ya.. dia menutupi masalahnya dan ia sebetulnya sering menangis pada saat sendiri””(W, A, 16/7/21)*

Responden kedua yaitu P merasa sedih dan merasa hancur perasaanya saat mengetahui orangtuanya berpisah. Seperti yang terungkap dalam kutipan wawancara berikut ini:

(Merasa sedih) *“siapa sih yang gak sedih ...ia sedih soalnyaakan semua orang pengen punya keluarga lengkap tapi kalo sekarang lebih enak gak ada ayah karena mama bisa kok walaupun gak ada ayah mamak bisa cari rezeki.. kami pun udah besar gak lagi bergantung sama ayah atau orang tua , apalagi aku yang udah sekarang ini udah kuliah dapat bidikmisi jadi gk lagi bergantung sama ayah cuman tetap ada minta tapi gak penuh lagi yang sayangnya itu cuman adek,adek yang paling kecil..karena adek yang paling kecil terakhir itu umurnya hamper sama sama adek tiri ayah sama mamak baru....jadi dia kan sedih liat umurnya itu hamper sama tapi dia hidup dengan wow..dia gak sedangkan adek ku itu biasa aja.” (P,W1: 81-89)*

(merasa hancur) *“ancurlah soalnya ayah miskin dulu gak ada apa- apa ialah baju, baju mama dipakai celana mama jelek lagi dah mama setahun udah alhamdulillah udah punya rumah, bisa buat rumah walaupun dari kayu udah bisa belik mobil tapi dah jaya dia sama yang lain siapa yang gk ancur”(P,W1:116-119)*

Dari kutipan wawancara diatas dapat dilihat bahwa P merasa sedih dan merasa hancur perasaanya saat mengetahui orangtuanya bercerai. Hasil wawancara diatas juga didukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa P terlihat sedih dan menangis ketika mengingat dan

menceritakan masalah perceraian orangtunya (P, O1,8/07/21)

Responden AN juga merasakan hancur perasaanya, marah, bahkan juga sampai merasa Allah tidak adil padanya, khususnya ketika orangtunya bercerai. seperti yang terungkap dalam kutipan wawancara berikut ini:

(Merasa paling hancur, merasa Allah tidak adil) “hancur kali- kali emmm.. paling berat paling hancur itu pas kelas 6 SD itu lagi masa emang hancur- hancurnya ada masalah keluarga juga di sini tempat ayah juga lagi ada masalah jadi kayak emmm... ngerasa gimana ya sempat ngerasa Allah itu gak adil sama kali kenapa orang lain keluarganya gak pisah kenapa kami pisah kek tu lah emmm,, di situ mungkin Allah kasih emmm.. berkah lain disitu kami belajar untuk mandiri belajar arti kehidupan yang betul – betul kehidupan jadi bisa diambil pelajaran juga untuk sekarang baru bisa ngerti kalo Allah punya rencana lain untuk sikap kita ya kita iku aja kek mana kemauan orangtua kek mana kemauan orangtua yang bisa buat bahagia.”(AN,W1: 114-122)

Dapat dilihat dari kutipan wawancara diatas bahwa AN merasa hancur perasaanya dan merasa Allah tidak adil baginya ketika mengetahui orangtunya bercerai, apalagi AN mengetahui orangtunya bercerai karena ayah AN berselingkuh dengan perempuan lain. Berdasarkan penjelasan dari responden AN diatas sesuai dengan pernyataan dari A yang merupakan kakak kandung AN mengatakan bahwa saat mengetahui orangtunya berpisah karena ayah berselingkuh AN marah terhadap ayah bahkan tidak mau berbicara lagi dengan ayah kami semua sedih dan menangis pada saat orangtua bercerai. seperti yang diungkapkan pada wawancara berikut:

(dulu adek merasa hancur dan tidak mau berbicara sama ayah) “Dulu dek,, adek kakak itu pada saat awal- awal ayah kami itu berpisah kami waktu itu sangat hancur ya apalagi mereka berpisah karena ayah berselingkuh di belakang mamak kami, itu sih paling sedih adek ya apalagi pada saat itu adek masih kecil sampai pada saat itu adek dia gak mau gnomon lagi...baru- baru berapa tahun ini lah dia mau ngomong lagi sama ayah” (W1,A,20/7/21)

Hal ini juga dirasakan oleh responden S yaitu merasa hancur perasaannya, ingin bunuh diri, tertekan, dan permasalahannya terasa berat, seperti hasil wawancara berikut ini:

(Merasa hancur dan mau bunuh diri) “hak hancur lah pastinya kak sarah sempat gak mau mikir lagi hampir mau bunuh diri kak” (S,W1: 315- 316)

(Tertekan)“sama mamak tiri jadi rasa tertekan itu sampek saat ini pun masih sarah rasakan dan sarah gak tau sampek kapan sarah bisa terbebasa dari rasa tertekan ini” (S,W1: 378- 379)

(merasa berat permasalahannya)“ia masih terasa berat sampai hari ini pun kan

sarah masih tinggal sama ayah”(S,W1: 376)
“(mengonsumsi obat-obatan) bodrek gitu ken, paramek gitu ken itu emang ada stoknya gitu ken kadang di bilang sama kawan jangan sering mengonsumsi kek gitu itu gak baik tapi di saat stress sarah gak tau mau meluap kan bukan stress hal lain tertekan ini kan batin kita sarah gak bisa meluap kan sarah orangnya gak suka bercerita , kalo mau cerita itu di tulisan itu sarah suka menulis apapun yang sarah rasakan sarah tulis situ kadang kalo orang menemukan diary sarah pun semua perjalanan hidup sarah tau orang gitu karena kan suka menulis kalo gak sanggup sarah luap kan di tulisan ya udah sarah minum obat gitu untuk meminumkan obat gitu untuk menenangkan pikiran sering sarah minum” (S,W1: 627- 635)

Dari transkrip wawancara diatas dapat diketahui bahwa S merasa hancur perasanya, merasa tertekan batin, ingin bunuh diri dan S mengatakan tidak sanggup menahan semua beban karena perceraian orangtuanya. Hasil wawancara diatas juga didukung oleh hasil observasi. Hasil observasi menunjukkan bahwa ketika S sudah tidak sanggup lagi berfikir ia langsung meminum obat sakit kepala dan S juga menghantam kepalanya kelantai, selain itu hasil observasi terlihat bahwa ada beberapa table obat sakit kepala yang disimpang oleh S untuk diminum. Pada saat S menceritakan perceraian orangtuanya S menangis dari dari awal wawancara sampai akhir wawancara (R4, O1,18/07/21). Hasil wawancara ini juga di dukung oleh hasil dokumentasi saat responden sedang minum obat sakit kepala.



Gambar 4.3.1 responden sedang minum obat saat sakit kepala

Berbeda dengan responden MZA ketika pertama kali mengetahui orangtuanya bercerai ia merasa bingung, namun setelah ia mengetahui perceraian orangtuanya yang ke tiga kali ia merasakan marah, kesal, stress hingga akhirnya MZA mengalami depresi. Seperti hasil wawancara di bawah ini:

(kesal, marah) *“emm.... yang pertama- tama mungkin muncul rasa kesal atau marah ya cuman makin lama- kelamaan harus lebih apa ya.. menanggapi itu kayak harus lebih tenang gitu gak bisa kita menyalahin pihak mamak atau pihak ayah ken kita*

harus cari tau juga kan mungkin kenapa ni atau kenapa ayah gini pisah dan mungkin hal itu gak bisa misalnya gak bisa di sambungkan lagi gak bisa di sat ukan lagi ya udah gak apa- apa terima aja gitu jadi pada intinya mencoba kuat aja sih nyampek akhirnya terbiasa dan pas denger perceraian orangtua dah gak ngerasa sakit lagi seolah- olah dah makanan sehari- hari gitu” (MZA,W1: 78- 85)

(merasa bingung) *“bingung kok ayah gak ada lagi dirumah ni, ayah kemana ni mamak pas yang pertama itu mamak bilang ayah kerja, ayah kerja gak balek yang ke dua pas ditanyak gitu mamak marah ayah udah gak ada lagi udah lagi gitu ken sama istri baru gitu ken, yang ke tiga gitu juga jadi kalo ayah di tanyak ya udah pulang sama ayah sana” (MZA,W1: 31- 34)*

(merasa stress) *“pas bilang gini kan ayah kenapa dulu gini kan kenapa dulu gini kan bisa selingkuh mamak kenapa gitu ken pokonya mamak selalu... berhubung saya anak pertama cowok kan dan mamak tu selalu bilang saya gak tau dan pulang aja sama ayah mu dan akhirnya kata- kata itu bikin sakit hati gitukan seolah- olah mamak melampiaskan kemarahannya terhadap saya gitu berhubung saya mirip ayah gitu, padahal itu kan dua hal yang berbeda dan akhirnya kata- kata mamak itu malah bikin terngiyang dan akhirnya kayak muncul stress- stress dan akhirnya gak percaya lagi sama keluarga gitu” (MZA,W1: 113- 119)*

(depresi) *“habis itu gak ada sih karena mungkin yang paling sakit dirasakan itu doang depresi dan akhirnya coba keluar dari depresi itu benar- benar berat gitu kayak tenggelam dalam depresi itu pokoknya kayak jati diri kita hilang gitu pokonya, kalo saya dulu kan orangnya ektrovet dan akhirnya dengan hal itu saya menjadi pendiam dan akhirnya introvert gitu dan kalo di keramaian saya tiba- tiba merasa sunyi dan gelisa gitu” (MZA,W1: 131- 136)*

Dari transkrip wawancara diatas menunjukkan bahwa saat pertama kali mengetahui orangtua bercerai merasa kesal dengan orangtuanya. Hasil wawancara diatas juga didukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa S terlihat kesal dan sedih saat menceritakan permasalahan orangtuanya yang bercerai (MZA, O1, 05/08/21

Berdasarkan kutipan wawancara di atas menunjukkan bahwa responden P dan responden CN merasa sedih, menangis dan merasa tertekan ketika mengetahui orangtuanya bercerai. Responden P dan CN juga orang yang suka memendam sendiri ketika ada masalah. Selain itu CN merasa khawatir, gelisa, dan tidak semangat belajar disebabkan karena orangtuanya bercerai. Selain itu, responden AN dan S mengatakan sangat hancur sekali ketika orangtuanya berpisah. AN merasa sangat berat ketika menghadapi orangtuanya berpisah bahkan AN sempat merasa Allah tidak adil kepada dirinya sehingga Allah membereikan cobaan

begitu berat, sedangkan S pada saat orangtunya bercerai ia sempat mau bunuh diri dan sudah tidak sanggup lagi untuk menjalani hidupnya. Sedangkan responden MZA merasa kesal, marah, stress dan depresi ketika orangtuanya bercerai. tetapi ia mencoba untuk kuat dan terbiasa dengan keadaanya.

Semua responden merasakan emosi negatif ketika orangtunya bercerai. Responden merasakan perasaan marah, sedih, menangis, tertekan batin, tidak semangat, kesal, hancur, stres bahkan ada yang ingin bunuh diri saat orangtua mereka bercerai. Hal ini merupakan bentuk pengungkapan emosi negatif dari responden, dimana mereka mengetahui bahwa adanya emosi negatif dalam dirinya ketika orangtua mereka bercerai.

Tabel 1

Rangkuman fase pengungkapan responden

P	CN	AN	S	MZA
Merasa sedih	Sedih	Merasa hancur	Hancur	Merasa bingung
Merasa hancur	Tertekan batin	Merasa Allah Tidak adil Kepada dirinya	Tertekan	Kesal
	Tidak semangat Belajar Gelisah Khawatir		Mau bunuh diri	Marah
				Stress Depresi

2) Fase Keputusan (*Decision Phase*)

Hasil wawancara menunjukkan bahwa keempat responden sudah mampu untuk memberikan maaf kepada orangtunya. Saat pertama kali mengetahui orangtua mereka bercerai, responden merasakan perasaan negatif, karena mereka menyadarinya perasaan negatif tersebut tidak baik untuk responden, maka dari itu keempat responden tersebut memilih untuk memberikan pemaafan kepada orangtua mereka. Namun demikian setiap responden memiliki proses, waktu dan cara yang berbeda-beda dalam memaafkan orangtua mereka.

Responden P Membandingkan dirinya dengan anak lain yang mengalami perceraian juga. tetapi ia masih mendapatkan nafkan ekonomi walaupun orangtunya sudah berpisah. P memiliki keputusan memaafkan saat duduk dibangku SMA. Seperti yang diuraikan dalam hasil wawancara di bawah ini:

(memaafkan) *“udah bisa tapi memaafkan perilaku maksudnya memaafkan perilakunya bukan perilaku dari perceraian tapi perilaku dia menafkahi dia dari anaknya, itu yang gak suka itu yang belum karena untuk anak yang disana penuh yang disini gak itu semua anak pasti merasakan hal ini karena.”*
 (P,W1:197-200)

(membutuhkan waktu untuk memaafkan) *“waktunya yang tepatnya gak tau tapi seiring berjalannya waktu dari SMA akhir SMA itu udah bisa karena itukan udah dewasa udah 17 tahun sekian”* (P,W1:373-374)

(membandingkan diri dengan orang lain) *“ia...begini bandingkan jadi saya saya punya abang sepupu jadi dia broken home dia tinggal sama maamnya nisa buat perbandinga ayah nisa uang dikasih lah sering kerumah kalo sakit pun opname dijenguk tapi kalo ayah abang itu abang sepupu nisa itu uang gak dikasi kalo sesekali itu bisa dibilang gak di kasih sakit gak ada dijenguk pokonya bedalah sama ayah nisa dari situlah memaafkan kenapa bisa menerima karena tidak semua ayah kek ayah nisa masih bisa kasih uang pulang kerumah sesekali”* (P,W1:209-215)

Dari transkrip wawancara diatas diketahui bahwa P sudah mampu memaafkan ayahnya, terbukti P sudah berhubungan baik lagi dengan ayahnya. Hasil wawancara diatas juga didukung oleh hasil observasi yang menunjukkan bahwa P sudah sudah berhubungan baik lagi dengan ayahnya. Hasil observasi menunjukkan bahwa Ayah P pulang kerumah untuk menjenguk P dan memberikan uang (P,O2,10/07/21).

Hal ini berbeda dengan responden CN pertama kali ia berusaha memaafkan orantuanya membutuhkan proses secara perlahan- lahan dan sedikit- demi sedikit ia berdo'a sama Allah dan membutuhkan waktu beberapa bulan hingga akhirnya kelas satu SMP ia mampu untuk memaafkan orantuanya yang telah beecerai.

Hasil wawancara diatas juga didukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa ketika CN sudah memutuskan memaafkan orantuanya ia merasa senang sudah tidak sedih lagi hal ini terlihat dari hasil observasi dari peneliti lakukan (CN,O1,14/07/21). Namun berbeda dengan responden AN yang membutuh waktu tiga tahun untuk memaafkan ayahnya sedangkan untuk memaafkan ibu lebih cepat dibandingkan ayah.

(memaafkan) *“ehemmm kalo misalnya memaafkan untuk mamak cepat untuk dimaafkan karena mungkin kita liat penderitaan mamak kek mana dibuat gitu sama ayah ya kalo ayah telat bisa maafinnya”* (AN,W1: 151-153)

Dari hasil wawancara di atas dapat diketahui bahwa AN sudah memaafkan ayahnya, ketika AN sudah memaafkan ayah ia sudah mau berkomunikasi dan mengangkat telpon dari ayah dan ia sering berbicara dengan ayahnya. Hasil wawancara diatas juga didukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa AN terlihat sedang berbicara dengan ayahnya lewat telpon (AN,O1,14/07/21)

Hal ini juga berbeda yang dialami oleh responden MZA, ia mengalami depresi selama 6 bulan setelah orantuanya bercerai. setelah ia mampu keluar dari depresi, ia berusaha untuk menerima diri sendiri, lingkungan dan keadaan. Hingga akhirnya ia mampu untuk menerima dan memaafkan orantuanya. Seperti yang diuraikan dalam hasil

(depresi) *“cuman meledak saat SMA saat umur 16 tahun SMA meledak itu emang gak bisa ngontrol diri sendiri kayak gak makan gak tidur, pokonya ibadah juga ketinggalan pokonya dah bodoh amat tentang semua tu , bodoh amat pokonya tentang itu pokonya mentingin diri sendiri gitu, ya nyampek pokonya orangtua tu ribut lagi karena ayah bilang ini salah mamak, mamak bilang ini salah ayah gitu dan akhirnya nambah lagi depresi ke depresi terus nyampek sekolah ya gak sekolah juga kan pokonya ribu- ribut dan akhirnya gak tahan gitu ken gak tahan tiga bulan terakhir itu sebelum sembuh dari depresi itu, coba lah keluar dari situ ken pertama pinda dulu, pindah dulu ikut ayah bentar ken sebulan di sana habis tu dah mulai agak tenang gitu ken dah mulai jernih pikiran balek lagi ke sini balek ke aceh ,balek ke sini kayak misalnya ada kawan – kawan lama yang betul penting gitu ken, selama 6 bulan tu gak pernah ketemu siapa- siapa kalo kita bilang itu no life, no life betul- betul gak ada kehidupan gitu” (MZA,W1: 144-156)*

Dari transkrip wawancara di atas dapat diketahui bahwa MZA sudah mampu memaafkan orangtuanya yang bercerai setelah keluar dari rasa depresi tersebut. Hasil wawancara di atas juga didukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa MZA sudah bisa tersenyum dan sudah bisa berbicara lembut dengan kedua orangtuanya bahkan MZA sudah tidak mengurungkan diri lagi di dalam rumah ia sudah berinteraksi lagi dengan teman- temanya (MZA, O2,10/08/21)

Dari hasil kutipan wawancara di atas terlihat keempat responden sudah bisa memaafkan orangtuanya. Tetapi dari keempat responden yang telah memaafkan orangtuanya, mereka memerlukan waktu yang berbeda-beda, hingga mereka mampu untuk memaafkan orangtua mereka yang bercerai. Responden P membutuhkan waktu beberapa tahun untuk bisa memaafkan tetapnya saat ia masuk sekolah SMA responden P sudah bisa memaafkan ayahnya. responden CN membutuhkan waktu beberapa bulan sehingga tepatnya kelas I SMP CN baru mampu untuk memaafkan orangtuanya. Responden AN membutuhkan waktu 3 tahun untuk mampu memberikan maaf sedangkan responden MZA butuh waktu 6 bulan untuk keluar dari depresi, baru kemudian ia mampu memaafkan orangtua mereka yang bercerai. Keempat responden membutuhkan waktu yang lama dan perlahan- lahan untuk memberikan maaf kepada orangtua mereka yang bercerai. sedangkan responden S belum bisa memaafkan dan masih merasa tertekan.

Tabel 2
 Rangkuman fase keputusan responden

Uraian	P	CN	AN	MZA	S	
Waktu	Memaafkan saat masuk SMA	Memaafkan saat kelas 1SMP	Butuh waktu 3tahun untuk memaafkan	Setelah keluar dari deprsei selama 6 bulan baru memaafkan	Masih merasa tertekan sampai sekarang	
Proses memaafkan	Perlahan-lahan menerima dan ikhlas	Dari kecil-kecilan perlahan sedikit-sedikit berdoa sama Allah	proses kecil-kecilan butuh waktu 3 tahun	Perlahan-lahan butuh waktu 3 tahun	Setelah keluar dari depresi	-

3) Fase Tindakan (*Work Phase*)

Responden yang sudah memaafkan, mereka sudah mampu membangun hubungan baik kembali dengan orangtua mereka masing-masing. Responden P sudah sering bicara lagi dengan ayahnya dan sudah mau pergi kerumah ayahnya. seperti yang diuraikan dalam kutipan wawancara berikut ini:

(sudah sering bicara lagi sama ayah) “*sering ngomong sama ayah gini...emmm kemaren ayah suruh pulang kesana kalo lebaran kan udah beberapa tahun yang lalu kami pisah tapikan pulangnya udah beberapa tahun yang lalu bearti udah bisa menerima sekarang udah dikasih izin pulang ketempat ayah kalo dulu gak dikasih izin*” (P,W1:175-178)

(sudah mau pulang ke rumah ayah) “*oh bearti lebaran puasa tahun lalu, lebaran haji, habis itu lebaran tahun lalu pas akikah adek yang ketiga yg kemarin bulan puasa tiga kali baru pigi kesana*” (P,W1:151-152)

Dari transkrip wawancara di atas dapat diketahui bahwa ketika P sudah memaafkan ia sudah sering berbicara lagi dengan ayahnya bahkan P sudah mau pulang ke rumah ayahnya. Hasil wawancara diatas juga di dukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa terlihat P sedang berbicara dengan ayahnya melalui telpon (P,O1,08/07/21)

Berbeda dengan responden CN yang lebih memaafkan dengan cara menghormati kedua orangtuanya dan pasangannya masing- masing dari orangtuanya. Seperti hasil wawancara berikut ini:

(sudah mau menghormati) *“lebih menghormati ayah sama mamak walaupun orang itu udah lebih menghormati orang itu pasangan mereka masing masing supaya misalnya kalo kita ada masalah dengan pasangan orang tu jadi mereka gak sedih kok anaknya bisa masalah sama istrinya atau sama suaminya jadi mereka gak enak jadinya mereka kecewa pasti sedih kalo anaknya bersikap seperti itu”* (CN,W1:159-163)

Hasil wawancara diatas juga di dukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa terlihat CN sedang berbicara dengan sopan dengan ayah tirinya (R2,14/07/21)

Hal ini berbeda dengan responden yang ketiga ketika memaafkan orangtuanya, AN sudah mau mengangkat telpon, berbicara dan sudah akrab lagi dengan ayahnya. Seperti hasil wawancara berikut ini:

(sudah mau menggak telpon dari ayah) *“telponan sama ayah paling emmm karena kami sama ayah ada belajar- belajar bahasa inggris sama sama suka bahasa inggris kolo ngomong sering bahasa inggris belajar berdua pakek bahasa inggris emm.. habis itu nanyak sehat ada perlu apa ada perlu uang ayah selalu nanyak”* (AN,W1: 244- 247)

Dapat dilihat dari hasil kutipan wawancara diatas bahwa AN sudah memaafkan ayahnya ia sudah mau berbicara dan mengangkat telpon dari ayahnya. Hasil wawancara di atas juga didukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa AN terlihat sedang menerima telpon dari ayah dan terlihat tersenyum ketika berbicara (AN,O1,14/07/21). Hasil wawancara di atas juga di dukung oleh hasil dokumentasi bahwa AN sudah mau berkomunikasi dan berbicara lagi dengan ayah melalui Watshapp.

Hal ini juga berbeda yang dilakukan oleh responden MZA ketika ia sudah bisa memaafkan, responden MZA sudah bisa berbicara santai, lepas dengan orangtua tanpa emosional seperti dulu. Hal ini terlihat dari hasil wawancara berikut ini:

(sudah bisa bicara santai dan bercanda dengan orangtua) *“saat bicara dengan orangtua sih kalo dulu kan saat bicara dulu kan emosi karena mamak dan ayah gitu saat bicara dulu kan kayak ngegas gitu kan kalo sekarang gak kalo sekarang kayak bicara lebih santai gitu kan kayak kawan betulan kawan gitu kan udah bisa kayak bercanda- bercanda gitu udah gak terikat lagi kalo saya pribadi ya ...”* (MZA,W1: 213- 216)

Dapat dilihat dari kutipan wawancara di atas bahwa MZA mengaku bahwa ketika sudah memaafkan orangtuanya ia sudah bisa bicara santai dengan orangtua dan tanpa harus menggunakan suara yang besar saat berbicara dan sekarang ia sudah bisa bicara tanpa emosi dengan orangtua. Dari hasil observasi terlihat MZA berbicara lembut dan sopan dengan orangtua (MZA,O2,10/12/21).

Tabel 3
 Rangkuman fase tindakan responden

P	CN	AN	MZA	S
Sering bicara dengan ayah	Menghormati orangtua	Sudah mau Mengangkat telpon dari ayah	Sudah bisa bicara Tanpa emosi sama Orangtua	Belum Memaafkan
Sudah berkunjung/ pergi ke rumah ayah	Menghormati kedua Pasangan orantuanya	Sudah dekat lagi Dengan ayah	Sudah bicara lepas Seperti teman	
		Sudah sering bicara sama ayah	Sudah bisa bicara Lembut sama orangtua	

Hasil wawancara di atas juga di dukung oleh hasil observasi yang peneliti lakukan pada seluruh responden. Hasil observasi menunjukkan bahwa keempat responden yang telah memaafkan mereka sudah berhubungan baik kembali dengan orangtuanya. seperti responden AN terlihat menerima telpon dari ayahnya, sudah mau berbicara lagi dengan ayahnya, sudah mau bertemu dengan orangtua dan tidak lagi menghindari ayah ketika berbicara atau menelpon. Saat observasi berlangsung terlihat responden AN sedang mengangkat telpon dari ayah untuk berbicara, berbeda dengan responden CN memaafkan dengan cara menghormati orangtua dan pasangan orangtuanya masing - masing dengan berbicara sopan kepada mereka hal ini terlihat saat observasi sedang berlangsung CN berbicara sopan kepada ayah tirinya. Peneliti juga melakukan wawancara kepada orang terdekat subjek seperti kakak dan kawan terdekat subjek. Yang mengatakan bahwa subjek sudah mau berbicara, bertemu dengan orang tuanya lagi bahkan subjek P sudah mau pulang ke rumah ayahnya. Begitu juga dengan responden MZA yang sudah mau berbicara, bercerita dan mengizinkan kedua orangtuanya untuk datang ke rumahnya. sedangkan responden AN sudah mau berhubungan lagi dengan ayahnya dan menjenguk ayah saat ditahanan.

4) Fase Pendalaman (*Outcome Phase*)

Memaafkan adalah salah satu jalan terbaik untuk menerima dan mengiklaskan semua yang

telah terjadi. Selain itu memaafkan dapat memberi dampak positif bagi responden dan orangtua mereka. Seperti yang dirasakan oleh responden P ketika ia sudah memaafkan. P merasakan hati lega, tidak marah-marah lagi, tidak tertekan lagi dan mampu menerima dengan ikhlas. Seperti yang diuraikan dalam hasil kutipan wawancara berikut ini:

(membuat hati lega, tidak marah-marah lagi dan ikhlas) *“lebih lega, lebih gak marah marah, kalo sekarang udah bisa menerima ikhlas lebih lega alah pikiran kita pun kepala kita pun lebih plong lebih cerah gak tertekan lagi kita, kalo kita sering memikirkan kesedihan itu tertekan udah bisa menyimpulkan masalah lain”* (P,W1:367-369)

“alhamdulillah karena udah belasan tahun yang lalu” (P,W1:371)

Ketika sudah memaafkan responden CN merasakan senang, sudah tidak gelisah lagi, bisa berdamai dengan diri sendiri dan sudah bisa menerima apa yang terjadi dikeluarganya. Seperti yang diuraikan dalam hasil kutipan wawancara berikut ini:

(sudah senang dan sudah tidak gelisah lagi) *“lebih kek ...kemana ya senang juga udah bisa berdamai dengan diri sendiri udah gak gelisah lagi udah gak ada rasa yang gak enak dalam diri sendiri”* (CN,W1:358-360)

Berbeda dengan responden yang AN yang merasakan tidak menyesal ketika sudah memaafkan. Memaafkan memang jalan terbaik sehingga ia merasakan lega, hilang unek-unek dan lebih tenang setelah memaafkan. Seperti hasil wawancara berikut ini. Setelah memaafkan perasaan positif juga dirasakan oleh responden MZA. Ia merasakan hatinya benar-benar lega dan dada lapang ketika sudah mampu untuk memaafkan orangtua yang bercerai. Seperti hasil kutipan wawancara berikut ini:

(dada lapang) *ehh.. pertama menerima keadaan menerima diri sendiri, menerima lingkungan keluarga oh ternyata lingkungan keluarga saya begini gak bukan gak bisa di usahain lagi tapi emang itu gak berguna walaupun gak berguna ya udah gak pa-pa akhirnya terima-terima, terima keadaan lama-lama terima itu jadi seolah olah dada tu lapang setelah menerima seolah-olah OHHH.. dah gak apa-pa dan akhirnya bisa senyum tu walaupun akhirnya tetap bercerai itu gak masalah gitu, (MZA,W1: 225- 230)*

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa keempat responden yang telah memberi maaf kepada orangtuanya. Merasakan perasaan yang positif seperti perasaan lega, senang, sudah tidak gelisah lagi dan bahkan sudah ikhlas, hal ini menunjukkan bahwa ketika seseorang telah memberi maaf maka mereka merasakan lebih baik dan dampak positif.

Tabel 4
 Rangkuman fase pendalaman responden

P	CN	AN	MZA	S
Hati lega	Senang	Tidak merasa Menyesal telah Memaaf memaafkan	Merasa hati benar- benar Lega setelah memaafkan	Masih merasa Tertekan sampai sekarang
Tidak marah- marah lagi	Tidak gelisah lagi	Memaafkan jalan Terbaik	Merasa dada lapang	
Tidak tertekan Lagi	Sudah bisa Berdamai dengan Diri sendiri	Merasa lega		
Pikiran lebih Tenang	Sudah bisa menerima apa yang terjadi dikeluarga	Hilang unek- unek		
Lebih tenang				

5) Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari lima responden penelitian hanya empat responden yang sudah mengalami proses pemaafan sedangkan satu responden lagi belum memaafkan. Responden yang sudah melakukan pemaafan melewati empat fase yaitu: 1) fase pengungkapan, 2) fase keputusan, 3) fase tindakan, dan 4) fase pendalaman. Hasil penelitian ini sesuai yang dikemukakan oleh Enright (2002) bahwa setiap individu yang melakukan pemaafan akan melewati empat fase yaitu: fase pengungkapan, fase keputusan, fase tindakan dan fase pendalaman, secara berurutan. Lebih lanjut Enright (2002) mengatakan bahwa pada fase pengungkapan dimana seseorang merasa sakit hati, kecewa dan dendam ketika disakiti, tetapi individu tersebut pada fase keputusan mampu melakukan pemaafan melalui berbagai tindakan.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pada fase pengungkapan semua responden memiliki perasaan negatif seperti sedih, merasa hancur perasaannya, tertekan batin, merasa gelisah, khawatir, marah, kesal dan bahkan ada yang ingin bunuh diri akibat dari perceraian orangtuanya. Hal ini sesuai yang diungkapkan oleh Ramadhani (2019) bahwa ketika orangtua bercerai anak merasa marah, tidak aman, merasa tertekan bahkan depresi. Lebih lanjut Ramadhani

(2019) mengatakan bahwa perceraian juga mengakibatkan anak merasa kehilangan arti sebuah keluarga, kualitas dengan orangtua menurun, membenci orangtua, merasa tidak aman, sedih yang mendalam, kesepian dan menyendiri, sehingga menyebabkan perubahan kepribadian dimana orangtua seharusnya dapat memberi kasih sayang dan rasa aman pada anak.

Hal ini juga dirasakan oleh salah satu responden dimana sebelumnya responden berkepribadian ekstrovert seperti suka bergaul, ramah, dan terbuka pada orang lain. Namun akibat dari perceraian orangtuanya responden berubah menjadi pendiam, suka mengurung diri dan menyendiri. Hal ini sejalan yang dikemukakan oleh Ramadhani (2019) bahwa perceraian orangtua dapat memberi dampak negatif terhadap anak. Perceraian merupakan beban tersendiri bagi anak sehingga berdampak pada psikis anak. Reaksi anak terhadap perceraian orangtua sangat dipengaruhi oleh cara orangtua berperilaku selama perceraian. Perceraian orangtua dapat memberikan dampak yang buruk bagi anak baik fisik maupun psikologis.

Pada awalnya keempat responden yang telah sampai ke tahap pemaafan, mereka merasa sulit memaafkan orangtuanya bercerai. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Safitri (2017) bahwa pada dasarnya setiap anak pasti menginginkan keluarga yang lengkap tidak ada anak yang menginginkan orangtuanya berpisah, akan tetapi karena permasalahan orangtuanya yang tidak bisa diselesaikan sehingga menyebabkan perceraian sehingga anak merasa dampak akibat perceraian orangtua seperti rasa sedih dan sakit hati.

Hal ini juga sejalan seperti yang dikatakan oleh Ismiati (2019) bahwa perceraian tidak hanya merugikan pihak yang terlibat yaitu suami-istri, akan tetapi anak merupakan orang yang paling merasa dampak dari perceraian orangtuanya. Anak membutuhkan kasih sayang dari keluarga lengkap. Keluarga merupakan tempat bagi anak untuk menghabiskan sebagian waktu dalam kehidupannya. Disaat keluarga menjadi konflik anak adalah korban pertama yang mendapatkan dampak psikologis.

Sementara itu masing-masing responden memiliki alasan tersendiri dalam memutuskan melakukan pemaafan, seperti orangtua sendiri harus dimaafkan, merasa kasihan atau empati terhadap orangtua sehingga membuat responden memaafkan. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Umar 2020 kasus perceraian dapat menyebabkan dampak negatif pada anak sementara pemaafan adalah salah satu upaya untuk memperbaiki antara anak dan orangtua dan salah satu faktor terbesar yang mempengaruhi pemaafan adalah empati. Terdapat hubungan positif antara empati dan pemaafan pada remaja yang mengalami perceraian orangtua. Hal ini berarti semakin tinggi empati yang dimiliki seorang anak pada orangtua yang telah bercerai akan semakin tinggi pemaafan seorang anak pada orangtua yang bercerai.

Selain hal tersebut responden memaafkan karena cenderung berfikir rasional seperti khawatir menjadi anak durhaka, memaafkan ayah karena faktor ekonomi. Oleh karena itu keempat responden sampai ke fase keputusan melakukan pemaafan pada orangtua yang telah bercerai. Proses perubahan pikiran yang dilakukan oleh responden sehingga sampai ke tahap pemaafan,

menurut Pritiwi (2018) mengatakan bahwa kemampuan berfikir rasional sangat dibutuhkan dan penting dalam kehidupan sehari-hari dalam memecahkan masalah.

Setelah responden sampai ke tahap memaafkan orangtua, mereka sudah menjalin hubungan baik kembali dengan orangtuanya seperti sudah berbicara lagi dan mendekati diri lagi, bahkan mereka tidak menjauh lagi dari orangtuanya. Hal tersebut merupakan salah satu tahap dari proses pemaafan yang disebut fase tindakan. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Nasri dkk (2018) mengemukakan bahwa individu yang telah memaafkan dapat memberikan hubungan yang baik antara responden dan orangtua. Kedekatan hubungan tersebut membuat responden lebih memahami orangtuanya, lebih menerima kondisi keluarganya sehingga lebih mudah untuk memaafkan.

Keempat responden yang telah memberi maaf kepada orangtuanya. Responden menyadari bahwa memaafkan merupakan salah satu jalan terbaik untuk menghilangkan kekecewaan, dan memaafkan dapat memberi dampak positif bagi responden. Dampak yang baik yang dirasakan oleh responden merupakan tahap proses pemaafan yang terakhir merupakan fase pendalaman. Hal tersebut sesuai yang dikemukakan oleh Noshori Fuad (2011) bahwa memaafkan dapat memberi dampak positif yang dapat meningkatkan kualitas hidup. Seperti mendapatkan rasa ketenangan dalam hidupnya bahwa orang yang memaafkan jauh lebih tenang hidupnya selain itu juga memaafkan dapat mengendalikan diri dari rasa marah.

Namun hal ini berbeda dengan salah satu responden yang belum memaafka. Responden yang belum memaafkan hanya melewati satu fase saja yaitu fase pengungkapan. Hal ini sesuai yang dikatakan oleh Safitri (2017) bahwa proses pemaafan merupakan tahapan yang berjalan secara perlahan yaitu dapat berbeda dari satu individu dengan individu yang lain. Dari kelima responden dalam penelitian ini S merupakan responden yang mengalami rasa kecewa paling berat dan masih berada di fase sulit menerima dan mengiklaskan orangtuanya bercerai.

6) Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari lima responden penelitian hanya empat responden yang sudah memaafkan dengan rangkaian fase mulai dari pengungkapan, keputusan tindakan memaafkan dan pendalaman. Sedangkan satu responden belum mampu memaafkan khususnya pada ayahnya, responden masih tertekan dalam lingkungan keluarga yang kurang harmonis. Kepada responden yang sudah melakukan pemaafan disarankan agar mempertahankannya perilaku pemaafan yang sudah dilakukan serta lebih meningkatkan lagi hubungan dengan kedua orangtua dengan cara bersikap terbuka menerima apa yang sudah terjadi dengan ikhlas serta bersikap positif pada orangtuadengan cara mampu memilah antara masalah pribadi orangtua dengan kewajiban responden terhadap orangtuanya.

Daftar Pustaka

- Engright R.D. (2000). *Forgiveness is A Choice : As-By-Step process foResolving Anger And Restoring Hope*. America Psychology Assosiation.
- Hafnidar, H., & Junita, N. (2019). The Development Procedure of a Acehese Forgiveness Scale. *International Journal of Advances in Social and Economics*, 1(5). <https://doi.org/10.33122/ijase.v1i5.144>
- Ismiati. (2018). Perceraian Orang Tua Dan Problem Psikologis Anak. *At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1). <http://dx.doi.org/10.22373/taujih.v1i1.7188>
- Nasri, S. A., Nisa, H., & Karjuniwati, K. (2018). Bagaimana Remaja Memaafkan Perceraian Orang Tuanya: Sebuah Studi Fenomenologis. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(2), 102–120. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v1i2.11574>
- Nashori, F. (2011). Meningkatkan Kualitas Hidup Dengan Pemaafan. *Jurnal Unisia*,. *Jurnal Unisia*, xxxlll, 75. <https://doi.org/10.20885/unisia.vol33.iss75.art1>
- Nashori Fuad & Yogi Kusprayogi. (2016). Kerendahhatian dan Pemaafan pada Mahasiswa. *Penelitian Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.20885/unisia.vol33.iss75.art1>
- Rich, F.P., & dolgin, K. G. (2008). *the Adolescesnt: development, relationship and culture*. In pearson internasional Edition.
- Safitri, A. M. (2017). Proses Dan Faktor Yang Mempengaruhi PerilakuMemaafkan Pada Remaja Broken Home. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 152–161. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.963>