

Gambaran Pemaafan Pada Dewasa Awal yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Masa Anak-Anak

Nindya Deva Chandra¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *The aim of this study is to see how the description of forgiveness in early adults who had domestic violence in childhood. The researcher used qualitative research method with case study approach. The researcher used purposive sampling technique and the data collection method in this research is an in-depth interview and observation that related to the four subjects who had domestic violence in childhood. On the first subject, MA, a man who had domestic violence in his childhood. MA was exposed to violence for 7 years. This makes MA feel the negative impact of domestic violence, but MA decides to forgive and no longer avoid his father. The second subject, YN, a man who had been exposed to domestic violence in his childhood for 6 years, YN felt hurt but still had the motivation to do good and wanted his family to return to harmony, which made him decides to forgive his father. The third subject, GD, a woman who has experienced domestic violence in childhood for 5 years, is still afraid and avoids her father, GD has desire to forgive but still feels unable to forgive wholeheartedly so GD still had an strange feeling with her father. The fourth subject, AZ, a woman who had also been exposed to domestic violence for 5 years felt the effects of domestic violence which made her feel unlike the other kid in his age. AZ saw her father sincerity when apologizing then she decided to forgive his father.*

Keywords: *forgiveness, domestic violence, early adult.*

ABSTRAK. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana deskripsi pengampunan pada orang dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga di masa kecil. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dan metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam dan observasi yang berkaitan dengan empat subjek yang memiliki kekerasan dalam rumah tangga di masa kanak-kanak. Pada subjek pertama, MA, seorang pria yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga di masa kecilnya. MA terkena kekerasan selama 7 tahun. Ini membuat MA merasakan dampak negatif dari kekerasan dalam rumah tangga, tetapi MA memutuskan untuk memaafkan dan tidak lagi menghindari ayahnya. Subjek kedua, YN, seorang pria yang telah terpapar dengan kekerasan dalam rumah tangga di masa kecilnya selama 6 tahun, YN merasa terluka tetapi masih memiliki motivasi untuk berbuat baik dan ingin keluarganya kembali ke keharmonisan, yang membuatnya memutuskan untuk memaafkan ayahnya. Subjek ketiga, GD, seorang wanita yang telah mengalami kekerasan dalam rumah tangga di masa kanak-kanak selama 5 tahun, masih takut dan menghindari ayahnya, GD memiliki keinginan untuk memaafkan tetapi masih merasa tidak dapat memaafkan dengan sepenuh hati sehingga GD masih memiliki perasaan aneh dengan ayahnya. Subjek keempat, AZ, seorang wanita yang juga telah terkena kekerasan dalam rumah tangga selama 5 tahun merasakan efek dari kekerasan dalam rumah tangga yang membuatnya merasa tidak seperti anak lain di usianya. AZ melihat ketulusan ayahnya ketika meminta maaf kemudian dia memutuskan untuk memaafkan ayahnya.

Kata kunci: pemaafan, kekerasan dalam rumah tangga, dewasa awal.

¹ Email: nindyachandrayna@yahoo.com

PENDAHULUAN

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan kekerasan yang paling banyak dialami oleh perempuan di Indonesia. Setelah jumlah kekerasan terhadap perempuan menurun dari tahun 2015 dengan 321.752 kasus menjadi 259.150 kasus pada tahun 2016, kekerasan terhadap perempuan kembali meningkat di tahun 2017 dengan 348.446 kasus. Kasus KDRT menunjukkan penurunan dari tahun 2015 sampai tahun 2017. Pada tahun 2015 jumlah kasus KDRT sebanyak 11.207, tahun 2016 sebanyak 10.205, dan tahun 2017 sebanyak 9.609 kasus. Meskipun kasus KDRT menurun setiap tahunnya, KDRT tetap menjadi jenis kekerasan terhadap perempuan yang paling tinggi. Bentuk kekerasan paling banyak di tahun 2015 sampai 2017 adalah kekerasan fisik diikuti bentuk kekerasan seksual, kekerasan psikis, dan kekerasan ekonomi (Komnas Perempuan, 2016; Komnas Perempuan, 2017; Komnas Perempuan, 2018). Angka kekerasan terhadap anak dari tahun ke tahun terus meningkat. Menurut data dari Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (Komnas PAI) terjadi peningkatan kasus kekerasan terhadap anak, dimana pada tahun 2013 jumlah kasus kekerasan pada anak meningkat 60% jika dibandingkan dengan tahun 2012. Pada tahun 2013, Komnas PAI mencatat, telah terjadi 1.620 kasus kekerasan pada anak. Dari jumlah itu terbagi menjadi 490 kasus kekerasan fisik (sebesar 30%), 313 kasus kekerasan psikis (sebesar 19%), dan yang terbanyak adalah kasus kekerasan seksual sebanyak 817 kasus (sebesar 51%).

Kekerasan dalam rumah tangga juga dapat mempengaruhi psikologis anak yang berada dalam lingkungan rumah tangga tersebut. Anak-anak membutuhkan lingkungan rumah tangga yang aman, bebas dari kekerasan, dan orang tua yang mencintai dan melindungi mereka sehingga ketika ada masalah dari luar, rumah adalah tempat yang nyaman, membantu dan mendukung anak tersebut. Banyak anak dalam lingkungan rumah tangga yang jauh dari tempat berlindung yang aman. Setiap tahun, ratusan juta anak terpapar kekerasan dalam rumah tangga di rumah, dan ini memiliki dampak yang kuat dan mendalam pada kehidupan dan harapan mereka untuk masa depan. Anak-anak ini tidak hanya melihat orangtua dengan kasar saling menyerang, mereka juga sering mendengar kata-kata yang tidak layak untuk didengar dalam lingkungan rumah tangga. Kekerasan dalam rumah tangga merupakan fenomena global yang tidak dibatasi oleh geografi, etnis, atau status (UNICEF, 2006).

Ketika terjadi konflik seperti pada kasus KDRT dapat timbul 3 jenis respon emosi. Pertama adalah perasaan positif yang cenderung diiringi sikap ramah, penuh cinta, dan perilaku yang membangun hubungan kembali terhadap pelaku KDRT. Kedua adalah perasaan tersakiti yang dicirikan sebagai perasaan takut dan khawatir. Ketiga adalah perasaan marah yang cenderung terlihat dalam bentuk penghinaan dan memikirkan pembalasan terhadap pelaku KDRT. Respon emosi kedua dan ketiga merupakan respon emosi yang umumnya timbul saat terjadi konflik pada KDRT dan berdampak pada anak. Perasaan tersakiti yang timbul akan menyebabkan seseorang menjauhi pelaku KDRT (*interpersonal avoidance*) sedangkan perasaan marah yang timbul akan menyebabkan usaha untuk membalas dendam. Pembalasan yang dilakukan oleh korban KDRT baik dari istri ataupun anak kepada pelaku mengindikasikan bahwasanya terdapat korban yang belum mampu memaafkan pelaku. Pemaafan merupakan jalan yang dilakukan untuk meredakan dorongan negatif yang dapat merusak hubungan (McCullough, 2000). Namun ketika pemaafan tidak dilakukan maka akan menimbulkan interaksi negatif terhadap pasangan seperti adanya penghindaran dan pembalasan kepada pelaku hingga menimbulkan konflik dan dampak dikemudian hari (Fincham, dkk., 2007) Adanya dorongan negatif akibat tidak dapat memaafkan dapat menjadikan korban sebagai pelaku KDRT di kemudian hari (Smith, 2010). Pemaafan didefinisikan sebagai perubahan motivasi seseorang terhadap pelaku KDRT, yang terdiri dari penurunan motivasi melakukan penghindaran, penurunan motivasi membalas dendam, dan peningkatan motivasi berbuat kebaikan (Orth, dkk., 2008). Teori ini menunjukkan pemaafan berperan penting dalam penyelesaian suatu konflik termasuk dalam KDRT dimana anak dapat terpapar baik hanya melihat atau mendengar kekerasan yang terjadi diantara kedua orang tuanya. Remaja yang lebih memaafkan dapat menurunkan tekanan darah, detak jantung, dan tubuh yang rentan terhadap stres. Orang yang memaafkan akan merasa lebih bahagia, kurang khawatir, dan lebih positif daripada orang yang tidak pemaaf (Sofia, Devi, Wahdaniah dan Pertiwi, 2018).

Ketika terjadi KDRT terhadap istri dan hubungan tersebut tetap bertahan, anak-anak akan melihat dan mendengar KDRT yang terjadi dalam lingkup keluarganya. Hal ini dapat menimbulkan dampak pada anak yang ada dalam lingkup keluarga tersebut seperti anak menjadi tunawisma akibat

meninggalkan rumah, terganggunya proses belajar, perilaku, kesehatan fisik dan kurangnya kesejahteraan, trauma, kurang mendapat asuhan dari ibu yang mengalami KDRT, mentransmisikan KDRT di generasi selanjutnya, dan menjadi pengalaman yang terus membekas pada anak (Campo, 2015).

Berdasarkan uraian masalah yang telah dipaparkan, fenomena KDRT yang terjadi di Indonesia menarik untuk diteliti karena selain pilihan untuk bercerai, korban KDRT memilih untuk bertahan dalam perkawinan dan anak harus ikut menjadi korban karena berada dalam lingkup keluarga tersebut dengan berbagai dampak yang telah disebutkan. Pemaafan diketahui dapat memperbaiki hubungan, sedangkan ketika korban KDRT tidak memaafkan ayahnya sebagai pelaku KDRT diketahui akan menimbulkan respon emosi negatif seperti adanya rasa marah yang mendorong korban untuk membalas dendam kepada pelaku. Sementara perasaan marah tersebut akan dapat berkurang ketika korban mampu memaafkan (Anderson dan Bullock, 2006). Berdasarkan hal tersebut maka penulis ingin memahami lebih dalam mengenai gambaran pemaafan pada dewasa awal yang mengalami KDRT pada masa anak-anak.

TINJAUAN PUSTAKA

Pemaafan

Anderson dan Bullock (2006) mendefinisikan pemaafan sebagai sebuah proses atau hasil dari proses yang melibatkan perubahan dalam emosi dan sikap mengenai seseorang yang bersalah, dimana hasil dari proses itu bertujuan untuk menurunkan motivasi individu untuk membalas ataupun menghindari dari orang tersebut. McCullough, dkk., (2003) juga mengungkapkan pendapat yang senada bahwa pemaafan merupakan motivasi untuk mengubah seseorang agar tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti. Berdasarkan penjelasan para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa memaafkan adalah *state of mind* yang melibatkan pikiran, perasaan, dan tindakan tertentu yang diawali dengan mengakui apa yang terjadi dan memberikan afek positif atas kejadian tersebut, serta tidak lagi ingin membalas dendam kepada orang yang telah bertanggung jawab atas kejadian menyakitkan tersebut.

Kekerasan dalam Rumah Tangga

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) adalah segala bentuk tindak kekerasan yang terjadi atas dasar perbedaan jenis kelamin yang mengakibatkan rasa sakit atau penderitaan terutama terhadap perempuan termasuk ancaman, paksaan, pembatasan kebebasan, baik yang terjadi dalam lingkup publik maupun domestik (Annisa, 2010). Pengertian KDRT menurut Undang-undang Nomor 23 Tahun 2004 adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga (Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia dan Presiden Republik Indonesia, 2004). Dari penjelasan Annisa dan DPRRI dapat disimpulkan bahwa KDRT merupakan segala bentuk tindakan kekerasan yang terjadi terhadap lawan jenis, namun biasanya perempuan lebih banyak menjadi korban daripada menjadi pelaku. KDRT mengakibatkan timbulnya penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau penelantaran rumah tangga pada korban KDRT. Anak-anak akan melihat dan mendengar KDRT yang terjadi dalam lingkup keluarganya. Hal ini dapat menimbulkan dampak pada anak yang ada dalam lingkup keluarga tersebut. KDRT dipandang sebagai fenomena sosial yang sulit untuk dihapuskan dan sulit terungkap, karena para korban menutup rapat masalah keluarganya karena mereka merasa bahwa permasalahan keluarga sangatlah intim dan ia merasa bahwa orang lain tidak bisa menghadapinya.

Menurut Mufidah (2008) bentuk-bentuk KDRT, meliputi: 1) Kekerasan fisik, 2) Kekerasan psikis, 3) Kekerasan seksual, dan 4) Kekerasan ekonomi. Dampak KDRT pada anak adalah anak menjadi tunawisma; proses belajar, perilaku, dan kesejahteraan yang buruk; mengganggu kesehatan fisik dan perkembangan anak; trauma; mendapat pola asuh yang buruk dari ibu; transmisi kekerasan antar generasi; dan pengalaman pada anak.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian kualitatif jenis *case study* (studi kasus) dimana peneliti menggali suatu fenomena tertentu (kasus) dalam suatu waktu dan kegiatan (program, proses, institusi atau kelompok sosial) serta mengumpulkan informasi secara terinci dan

mendalam dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data selama periode tertentu.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga pada masa anak-anak. Menurut Santrock (2012), individu yang berada pada tahap dewasa awal adalah yang berada pada rentang usia dimulai dari 20 tahun. Individu yang berusia di atas 20 tahun diharapkan telah mencapai kematangan, baik secara biologis, sosial, maupun psikologis (telah mampu memecahkan masalah yang kompleks dengan kapasitas berpikir abstrak, logis, dan rasional) seperti halnya semua subjek di dalam penelitian ini berusia diatas 20 tahun yang telah mencapai kematangan secara biologis, sosial dan psikologis. Penelitian ini dilakukan kepada empat orang subjek yang pernah mengalami KDRT pada masa anak-anak yaitu MA, YN, GD, dan AZ.

Subjek pertama berinisial MA, adalah seorang laki-laki berumur 22 tahun. MA adalah seseorang yang pernah mengalami KDRT di masa anak-anak. MA mengalami KDRT oleh ayahnya selama kurun waktu 7 tahun dari subjek berumur 7 tahun yaitu pada saat subjek duduk dikelas 2 SD sampai subjek berumur 14 tahun yaitu pada saat subjek duduk di kelas 3 SMP. MA mengalami kekerasan fisik dan juga verbal. Kekerasan fisik yang dialami MA berupa ditendang, ditampar dicekik, dan juga didorong oleh ayah subjek. Faktor yang mempengaruhi terjadinya KDRT terganggunya motif psikologis yaitu sikap ayah subjek yang memaksa ibu untuk menuruti perintah ayah untuk berhenti bekerja, ayah merasa ibu tidak dapat fokus mengurus rumah jika sambil bekerja. Ayah subjek terus memaksakan keinginannya kepada ibu subjek sehingga terjadi perkelahian dengan ibu subjek secara terus menerus, awalnya subjek hanya menyaksikan ayah memukul ibu subjek yang membuat subjek terkadang berusaha untuk menolong ibu tetapi subjek pun akhirnya menjadi sasaran kemarahan ayah.

Semakin lama subjek merasakan sikap ayah yang semakin tempramental dan ringan tangan kepada subjek meskipun karena hal sepele seperti terlambat pulang atau tidak membantu pekerjaan rumah. MA mengaku pernah merasakan perubahan yang terjadi dalam sikapnya MA merasa tidak betah berada dirumah, merasa trauma, hilangnya motivasi belajar, MA juga merasa takut kepada ayahnya dan seringkali menghindari ayahnya.

Selama 7 tahun MA mengalami KDRT, hal yang tak diduga kemudian terjadi, ayah MA mengeluh sakit di bagian dadanya yang membuatnya lalu dilarikan ke rumah sakit. Pada saat itu ayah didiagnosa mengidap penyakit jantung hal tersebut cukup membuat keluarga terkejut. Selama ayah dirumah sakit, ibu, MA serta kedua kakak MA menjaga dan merawat ayah selama bergantian, lalu ayah MA mengatakan bahwa ayah ingin berbicara hal penting kepada ibu dan anak-anak, ayah MA pada saat itu meminta maaf atas segala kesalahan dan kekhilafannya, ayah MA mengaku telah menyadari kesalahannya.

Kemudian MA menuturkan bahwa semakin lama MA dengan ayahnya pun sudah mulai berkomunikasi lebih intens lagi hal itu membuat MA lebih merasa tenang. Selain itu MA mengatakan bahwa dampak dari KDRT yang subjek alami membuatnya pernah merasakan sakit hati yang berujung kepada rasa dendam kepada sang ayah.

Semakin rendah motivasinya untuk membalas dendam maka proses pemaafannya juga akan lebih mudah dilakukan. Begitu juga sebaliknya, semakin individu termotivasi untuk membalas dendam maka akan semakin sulit juga pemaafan itu bisa tercapai tingkat perasaan dendam dan keinginan untuk menghindar akan menentukan seberapa banyak pemaafan yang akan diberikan oleh seseorang terhadap orang lain yang sudah menyakitinya.

Faktor-faktor yang berperan besar dalam pemaafan MA adalah kualitas hubungan MA dengan orang tua dan teman-teman khususnya ibu. Bagi MA, ibu berperan besar dalam melakukan pemaafan Ayah. Jika ibu tidak melakukan pemaafan ayahnya, MA tidak yakin bahwa dirinya akan dapat melakukan pemaafan ayah dan KDRT yang terjadi. MA juga dapat menilai dari sudut pandang ibu dimana sang ibu yang juga sebagai korban langsung namun dapat tetap kuat hingga melakukan pemaafan ayah hal tersebut membuat MA merasa sangat kagum dan bangga kepada ibu yang dianggapnya sebagai panutan MA, sedari kecil MA selalu menuruti nasihat dan perintah ibu, hal tersebut serupa dengan Bandura (1977) yang mengatakan bahwa keluarga terutama orang tua merupakan model bagi anak, Individu memiliki berbagai cara yang digunakan untuk mengembangkan perilakunya salah satunya adalah dengan cara mencontoh perilaku yang diamatinya. Individu mempelajari berbagai bentuk perilaku dengan jalan mengamati perilaku-perilaku yang nampak di tunjukkan oleh individu lain sebagai model. Dalam hal ini MA

mencontoh perilaku ibu yang telah memaafkan ayah dan menuruti perintah ibu untuk memaafkan ayah.

Subjek kedua yaitu YN, laki-laki berusia 23 tahun dengan pengalaman KDRT selama 6 tahun dimulai ketika subjek berusia 9 tahun saat YN duduk dibangku kelas 4 SD sampai pada saat subjek berumur 15 tahun yaitu pada saat YN dibangku kelas 1 SMA. KDRT yang terjadi berawal dari percekocokan yang terjadi antara kedua orang tua YN yang dilatar belakangi oleh masalah ekonomi di keluarga YN.

Sejak KDRT terjadi, hubungan YN dengan ayah menjadi tidak baik. YN malas berhubungan dan berinteraksi dengan ayah dan merasa tidak nyaman lagi dengan ayah. Selain itu, YN menjadi tidak betah dirumah dan menjadi orang yang tertutup dalam hal bergaul bahkan pada saat berumur 11 tahun yaitu pada saat YN duduk dikelas 6SD YN pernah melarikan diri dari rumahnya karena tidak tahan dengan perilaku ayahnya YN melarikan diri ke rumah tante selama seminggu dan hal tersebut membuat ibu YN sangat sedih dan khawatir, YN pergi dari rumah menggunakan angkutan umum dan membuat ibu YN sangat shock, ketika YN sampai kerumah tante YN pada saat itu tante YN langsung menghubungi ibu YN agar tidak merasa khawatir akhirnya ibu YN menjemput YN dirumah tante yang pada awalnya di tolak oleh YN karena mengaku masih merasa trauma, hingga akhirnya ibu YN memberikan waktu satu minggu kepada YN untuk menenangkan diri di rumah tante YN. YN merasa kecewa karena pada saat YN meninggalkan rumah ayah YN tiadak berusaha menjemput dan membujuk YN pulang, setelah YN pulang ke rumah pun ayah tidak menunjukkan banyak perubahan.

KDRT tersebut juga memberikan dampak bagi YN di sekolah, dimana YN menjadi malas belajar, membolos, tidak mengerjakan tugas dan sulit fokus untuk belajar sehingga nilai-nilainya pun menurun. YN juga sering mengurung diri dikamar untuk menghindari ayahnya dan merasa tidak bisa berkembang dengan baik dalam lingkungan keluarganya yang YN anggap kacau, YN kehilangan rasa percaya diri, merasa putus asa dan trauma dengan apa yang dilakukan ayahnya selama 6 tahun tersebut. Tetapi YN selalu berharap bahwa keluarganya kan kembali utuh dan dapat harmonis kembali sampai pada akhirnya ayah YN meminta maaf kepada YN dan ibunya pada saat YN berusia 15 tahun atau pada saat YN duduk di kelas 1 SMA.

Beberapa hal yang mempengaruhi pemaafan YN adalah rasa empati yang subjek miliki kepada

ayah dimana YN merasa luluh dan mencoba memahami perasaan bersalah ayah hal ini serupa dengan Hurlock (1978) yang mengungkapkan empati adalah kemampuan meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut serta untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain. Dengan kata lain empati merupakan kemampuan untuk menghayati perasaan dan emosi orang lain. Permintaan maaf ayah membuat YN berempati terhadap ayahnya dengan kondisi saat ini. Pandangan YN yang awalnya takut dan membenci ayah, perlahan-lahan berubah karena penilaian YN atas ayah yang berubah pula YN menyadari hal yang terjadi dulu bukan sepenuhnya menjadi kesalahan ayah YN merasa keadaan lah yang semakin mendukung perilaku KDRT dulu. YN pun memahami bahwa apa yang terjadi adalah pengalaman yang memang menjadi takdir Tuhan dan memiliki hikmah di balik semua kejadian tersebut.

Subjek ketiga yaitu seorang wanita berinisial GD. GD berusia 23 Tahun dan merupakan seorang mahasiswi, GD merupakan korban KDRT oleh ayahnya pada masa kanak-kanak dan GD mengalami KDRT tersebut selama kurun waktu 5 tahun yaitu pada saat subjek berusia 10 tahun yaitu pada saat kelas 5 SD sampai pada subjek berusia 15 tahun pada saat subjek duduk di kelas 1 SMA. KDRT yang terjadi berawal dari perseteruan yang terjadi antara kedua orang tua GD yang dilatar belakangi oleh masalah ekonomi. GD mengatakakan bahwa GD seringkali dijambak, ditampar, ditendang, serta didorong oleh ayah. GD sendiri merasa ayah sering memukul dan memarahinya karena alasan sepele dan hal tersebut membuat GD sakit hati dan marah kepada ayah.

GD mengaku KDRT yang terjadi pada dirinya selama 5 tahun menyebabkan beberapa dampak negatif pada saat itu seperti rasa tidak nyaman dan takut berada dirumah, penurunan minat untuk belajar, perubahan perilaku pada dirinya seperti sering merasa sedih, rendah diri dan merasa tidak diinginkan juga membuatnya merasa trauma. GD saat ini terlihat belum melengkapi ketiga aspek melakukan pemaafan dan hanya dapat menurunkan motivasi untuk membalas dendam namun belum sepenuhnya menurunkan motivasi untuk menghindari ayah dan juga belum melakukan motivasi untuk berbuat baik kepada ayah. Pada aspek pertama, yaitu motivasi melakukan penghindaran GD merasakan kemarahan kepada ayah dan berusaha menghindarinya. GD merasa

tidak nyaman ketika bertemu dengan ayah karena perasaan marah dan ketakutan kepada ayah.

GD memilih menghabiskan waktu dikamar karena tidak ingin berinteraksi dengan ayah GD juga terkadang menunjukkan kemarahannya dengan tidak merespon ayah akibatnya komunikasi dengan ayah pun berkurang hingga akhirnya GD merasa semakin jauh dengan ayah, GD mengatakan bahwa subjek orang yang cukup tertutup dan sering menyimpan perasaan sedih sendiri GD jarang bercerita dengan teman-temannya karena menganggap hal itu merupakan aib keluarga. GD mengaku malas berhubungan serta berinteraksi dengan ayah dan merasa tidak nyaman dengan ayah karena telah menyakitinya. GD sangat menyadari perubahan-perubahan negatif yang dirasakan dalam dirinya merupakan dampak dari KDRT yang terjadi. GD menyadari bahwa KDRT yang terjadi saat itu membuat dirinya sangat marah dan membenci ayah. Menurut Barker melalui Huraerah (2012) orang tua adalah panutan bagi anak. Perilaku buruk yang ditunjukkan oleh orang tua terhadap anak buruk menyebabkan pengaruh buruk bagi anak. Anak dapat mencontoh perilaku orang tua kepada teman sebayanya atau mental psikologisnya menjadi terganggu seperti ketakutan berlebihan.

Setelah 5 tahun terjadi KDRT GD akhirnya merasakan perubahan dan permintaan maaf ayah. Saat ayah meminta maaf GD mengaku ada perasaan lega dan merasa cukup bahagia, namun GD merasa masih sulit melakukan pemaafan karena rasa sakit hati yang begitu dalam ditambah kesulitan GD untuk percaya lagi kepada ayah. Dukungan sang ibu pun dirasakan GD untuk melakukan pemaafan terhadap ayah, namun hati GD terasa belum tergerak untuk melakukan pemaafan.

Pada aspek kedua melakukan pemaafan yaitu Motivasi membalas dendam GD merasakan bahwa pernah merasa dendam dan sakit hati yang mendalam kepada ayah, namun hal tersebut dapat reda setelah KDRT tidak terjadi lagi, saat ini GD merasa dapat meredakan dan menghilangkan motivasi untuk membalas dendam karena GD sendiri memiliki keinginan untuk melakukan pemaafan dan melupakan amarahnya dan mencoba berpikiran positif untuk memperbaiki hubungan dengan ayahnya.

Selanjutnya pada aspek ketiga melakukan pemaafan, yaitu motivasi berbuat kebaikan GD merasa memiliki keinginan untuk berbuat baik kepada ayah dengan cara kembali berkomunikasi dengan baik dan berinteraksi dengan ayah, namun

GD merasa GD masih belum bisa sepenuhnya melakukan hal tersebut. GD sebenarnya memahami bagaimana bahwa pemaafan harus dilakukan dan GD merasa sedang mencoba melakukannya. GD merasakan adanya dorongan membangun kembali hubungan baik dengan ayah namun ada sedikit penghalang yaitu perasaan trauma dan takut GD ketika mengingat perasaan saat terjadi KDRT dulu. Saat ini GD cukup bersyukur atas apa yang ada pada saat ini, GD bersyukur bahwa subjek telah melewati masa-masa saat KDRT terjadi, GD merasa suasana keluarganya telah cukup baik namun hal yang mengganggu adalah ketika subjek mencoba untuk membangun hubungan yang baik kembali namun masih ada rasa yang menggajal yang GD yakini membuat dirinya belum bisa tulus melakukan pemaafan. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh (Arthasari, 2010) yaitu tidak semua remaja mau dan mampu secara tulus melakukan pemaafan dan melupakan kesalahan orang lain khususnya kepada orangtuanya.

Beberapa hal yang mempengaruhi GD yang telah memasuki usia dewasa awal ini juga belum melakukan pemaafan adalah kurangnya kemampuan GD untuk mengesampingkan rasa marah yang dirasakan guna menumbuhkan rasa membutuhkan terhadap ayah untuk memberi pemaafan. Hal ini seperti yang dikatakan Erikson (dalam Schimel, 2002) pada Teori Psikososial tahapan kelima pada teori ini adalah seseorang individu akan memasuki jenjang berikutnya yaitu pada masa dewasa awal yang berusia sekitar 20-30 tahun. Masa dewasa awal (*Young adulthood*) ditandai adanya kecenderungan *intimacy vs isolation* dimana kecenderungan antara keintiman dan isolasi harus berjalan dengan seimbang guna memperoleh nilai yang positif yaitu cinta. Dalam konteks teorinya, cinta berarti kemampuan untuk mengenyampingkan segala bentuk perbedaan dan keangkuhan lewat rasa saling membutuhkan. Wilayah cinta yang dimaksudkan di sini tidak hanya mencakup hubungan dengan kekasih namun juga hubungan dengan orang tua, tetangga, sahabat, dan lain-lain. kurangnya empati dan atribusi terhadap ayah. Selain itu, GD belum bisa memahami rasa bersalah dan penyesalan ayah, GD merasa tingkat kelukaan atau sakit hati yang subjek rasakan cukup dalam sehingga prosesnya akan panjang dan subjek sedang dalam proses melakukan pemaafan itu. Namun GD yakin bahwa suatu hari nanti subjek pasti akan sepenuhnya melakukan pemaafan ayah.

Subjek keempat berinisial AZ, ialah seorang wanita berumur 22 tahun. AZ adalah seseorang yang

pernah mengalami KDRT di masa anak-anak. AZ mengalami KDRT oleh ayahnya selama kurun waktu 5 tahun yaitu ketika subjek berumur 10 tahun sampai 15 tahun. AZ mengalami kekerasan fisik dan juga verbal kekerasan fisik yang dialami subjek berupa ditampar, dijambak, dicubit hingga memar, dan ditendang. Faktor yang mempengaruhi terjadinya KDRT adalah sikap ayah subjek yang tempramental setelah nenek subjek meninggal. Ayah menjadi pemarah dan ringan tangan kepada ibu hingga AZ juga ikut menjadi korban. Saat terjadinya KDRT AZ mengaku merasakan permasalahan dari dampak KDRT yang terjadi padanya semasa anak-anak. AZ mengaku subjek merasa tidak betah berada di rumah sehingga ingin pergi meninggalkan rumah, merasa terenggutnya kebebasannya sebagai seorang anak, kurangnya kasih sayang dan perhatian hingga hilangnya motivasi belajar, ketika mendapat kekerasan dari ayahnya AZ merasa sangat sedih dan kecewa, hal ini membuatnya merasa takut kepada ayahnya. Selain itu ayah AZ juga sangat membatasi AZ dan sangat protektif kepada AZ, AZ tidak diperbolehkan keluar rumah selain untuk sekolah dan tidak diperbolehkan untuk terlambat pulang kerumah walaupun hanya terlambat 5 menit hal ini membuat AZ menilai ayahnya sangat keras dan sangat membatasi dirinya.

Hal ini seperti yang dikemukakan oleh (Santrock, 2007). Pengasuhan otoriter adalah gaya yang membatasi dan menghukum anak, di mana orang tua mendesak anak untuk mengikuti arahan mereka dan menghormati pekerjaan dan upaya mereka. Anak dengan pengasuhan otoriter sering kali tidak bahagia, ketakutan, minder ketika membandingkan diri dengan orang lain, tidak mampu memulai aktivitas, dan memiliki kemampuan komunikasi yang lemah.

Selama bertahun-tahun AZ sering mencari alasan untuk menghindari kontak dengan ayahnya. AZ sering mengunci diri di kamar sehingga sering sekali menangis karena kesepian tak jarang ibu AZ khawatir dengan apa yang terjadi kepada AZ. Namun AZ selalu berasalan subjek merasa lebih aman jika berada di kamar. Ketika ada kegiatan di luar rumah pun AZ merasa lebih aman karena tidak bertemu ayah, tak jarang AZ menjadi lebih sering mencari kegiatan di luar rumah yang merupakan usahanya melarikan diri dari kesedihannya contohnya saja mengikuti ekskul pramuka disekolahnya.

AZ sebenarnya merasa sedih dan bersalah saat harus terus-menerus menghindari ayah kekerasan

yang terjadi pada AZ berlangsung selama 5 tahun hingga pada saat AZ mengalami kecelakaan yang cukup parah ketika berusia 15 tahun kecelakaan yang terjadi cukup parah hingga AZ sempat mengalami masa yang bisa dibilang kritis, hal ini membuat semua keluarga terpukul begitu pula dengan ayah AZ. Setelah 2 minggu dirumah sakit dan keadaan AZ membaik akhirnya ayah AZ meminta maaf dan berjanji tidak lagi melakukan KDRT di rumah, AZ mulai bertekad untuk menurunkan motivasinya untuk menghindari ayah, ditambah lagi AZ melihat perhatian dari ayah yang merawat AZ dirumah sakit saat sedang sakit. Keinginan untuk tidak menghindari ayah dimulai dengan AZ yang lebih sering keluar kamar untuk melihat dan bertatap muka dengan ayah, lalu mulai menegur dan menyiapkan makan untuk ayah. Hal ini membuktikan bahwa AZ telah menurunkan motivasinya untuk menghindari ayah.

AZ pernah mengatakan KDRT yang dialaminya membentuk rasa sakit hati namun AZ mengaku tidak sampai menyimpan dendam kepada ayahnya hal ini membuat AZ merasa harus mencoba untuk menurunkan ego dan mengontrol amarah yang dirasakannya karena mengingat apapun yang dilakukan oleh ayah, hubungan mereka tidak akan pernah terputus sebagai ayah dan anak walaupun ayah telah berbuat kesalahan. Seperti halnya Enright (dalam Schimmel, 2002) mengatakan pemaafan sebagai suatu bentuk kesiapan melepas hak yang dimiliki seseorang untuk meremehkan, menyalahkan, dan membalas dendam terhadap pelaku yang telah bertindak tidak benar terhadapnya, dan diwaktu yang bersamaan mengembangkan kasih sayang dan kemurahan hati. Hal ini membuktikan bahwa AZ lebih memilih untuk berbuat hal positif daripada tetap mempertahankan amarahnya.

Dalam kasus ini subjek AZ dalam kehidupannya sekarang telah menjalani kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya. AZ mengaku hubungan yang subjek jalani sekarang cukup membaik karena keputusannya untuk memberikan maaf dan membuat hubungannya dengan ayah menjadi sehat dan terjalin kembali. AZ merasa melakukan pemaafan yang subjek pilih membawanya kepada kehidupan yang lebih baik dan membuat kehidupannya terasa lebih bermakna.

AZ memulainya dengan memotivasi dirinya sendiri untuk kembali berhubungan baik dan melakukan kebaikan kepada ayah, AZ merasa hal itu lebih tepat untuk memberi dukungan atas perubahan ayah, AZ menganggap AZ dan ayah saling

membantu membangun hubungan bukan hanya dari satu pihak saja. AZ sendiri merasa telah melakukan ketiga aspek pemaafan yaitu motivasi melakukan penghindaran, motivasi membalas dendam, dan motivasi berbuat baik. Dalam kehidupannya sekarang AZ mengaku banyak perubahan yang dapat subjek rasakan setelah melakukan pemaafan yaitu berkurangnya beban yang dirasakan, mendorong suasana hatinya lebih bahagia, dan kembali memiliki keluarga harmonis yang sangat diinginkannya. Yang terpenting baginya AZ menerima masa lalu bukan menutupinya, AZ merasa telah ikhlas menerimanya dan menjadikan hal itu sebagai pembelajaran agar tidak mengulangi KDRT dikemudian hari. AZ merasa semua yang terjadi merupakan takdir yang memang harus terjadi pada hidupnya sedangkan tugasnya adalah untuk terus memperbaiki diri. Hal ini menunjukkan bahwa AZ telah melakukan pemaafan karena telah melakukan ketiga aspek pemaafan yaitu motivasi melakukan penghindaran, motivasi membalas dendam dan juga motivasi berbuat kebaikan.

Faktor-faktor yang berperan besar dalam pemaafan AZ adalah rasa empati kepada ayah yang telah meminta maaf, karena pemaafan akan terjadi ketika individu berempati kepada individu yang melanggar atau yang melakukan kesalahan, seperti yang dikatakan McCullough (2000) bahwa empati memiliki kapasitas sebagai elemen yang sangat penting dalam kesuksesan pemaafan. Selain itu kualitas hubungan dan perasaan kasih sayang yang besar juga sangat mempengaruhi pemaafan yang dilakukan AZ, AZ merasa rasa kasihan, luh dan rasa sayang lah yang membuatnya mencoba untuk memberi kesempatan bagi ayah. Empati memungkinkan individu untuk memahami maksud orang lain, memprediksi perilaku mereka dan mengalami emosi yang dipicu oleh emosi mereka (Baron-Cohen dan Wheelwright, 2004) oleh karena itu AZ dapat menilai bahwa setiap perbuatan yang dilakukan memiliki sebab-akibat hal inilah yang mendukung AZ untuk memberi penilaian yang berbeda kepada ayah, AZ menganggap semua yang terjadi bukan hanya pada kesalahan ayah saja namun keadaan juga mendukung semuanya sehingga terjadi peristiwa KDRT, bagi AZ yang terpenting adalah permintaan maaf yang tulus dari ayah serta rasa bersalah untuk tidak mengulangi lagi hal tersebut telah cukup bagi AZ untuk melakukan pemaafan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Subjek MA telah melalui ketiga aspek pemaafan atas KDRT yang terjadi. Tahapan melakukan pemaafan yang dilalui MA dapat dilihat melalui proses yang dimulai dengan menurunkan motivasinya untuk menjauhi ayah Selanjutnya MA memiliki keinginan untuk menghilangkan rasa marah dan dendam yang pernah dirasakan, MA menyadari bahwa rasa dendam hanya menambah bebannya. Pada akhirnya, MA dapat merasakan bahwa cara agar dapat melakukan pemaafan adalah dengan membangun hubungan yang baik kembali dengan ayah, MA pada saat ini dapat melakukan hal-hal yang diinginkan, tidak lagi mengalami kesulitan untuk bergaul, dapat mengontrol emosi, sering merasa bersemangat dan bahagia dan tidak mudah terbawa perasaan. MA menganggap KDRT yang telah terjadi merupakan pembelajaran dalam hidupnya agar MA tidak mengalami dan tidak melakukan KDRT pada masa yang akan datang, Faktor pemaafan yang terjadi adalah kualitas hubungan MA dengan orang tua dan teman-teman, khususnya ibu. Bagi MA, ibu berperan besar dalam melakukan pemaafan Ayah. MA juga dapat menilai dari sudut pandang ibu dimana sang ibu yang juga sebagai korban langsung namun dapat tetap menjalani hidup dengan kuat hingga melakukan pemaafan ayah. Selain itu MA juga menunjukkan empati yang besar terhadap sang ayah. Selain itu faktor atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya bagi MA cukup berpengaruh karena MA selalu berusaha memosisikan dirinya menjadi ayahnya dan berpikir segala perbuatan pasti ada penyebabnya yang menyebabkan MA memiliki penilaian yang lebih baik terhadap ayah.
2. Subjek YN menilai kehidupannya menjadi lebih baik setelah melakukan pemaafan ayah atas KDRT yang terjadi. Melakukan pemaafan tersebut dimulai ketika YN menyadari perasaannya ketika ayah meminta maaf. Kemudian, YN merasa luh dan merasa ini adalah kesempatan baginya untuk kembali membangun hubungan yang baik dengan ayah YN juga memiliki keinginan untuk berbakti pada orang tua. YN memulai meyakinkan dirinya untuk komunikasi dan kembali bersedia tidak menghindari ayah setelah memahami bagaimana rasa bersalah ayah. YN juga berusaha untuk

menghilangkan rasa marah dan dendamnya dengan selalu berpikiran positif dan memotivasi dirinya sendiri bahwa YN memang harus melakukan pemaafan karena keharmonisan keluarga memang hal yang didambakannya. Akhirnya, YN memahami bahwa dengan melakukan pemaafan, dirinya dapat menjadi lebih baik dan merasa lebih tenang dalam menjalani hidup. Pemaafan ini dipengaruhi oleh kualitas hubungan dengan orang tua, Empati yang subjek miliki serta penilaian yang berubah menjadi positif terhadap ayah. Pandangan YN atas ayah yang berubah pula membuat YN menyadari hal yang terjadi dulu bukan sepenuhnya menjadi kesalahan ayah, YN merasa keadaan lah yang semakin mendukung perilaku KDRT dulu. YN pun memahami bahwa apa yang terjadi adalah pengalaman yang memang menjadi takdir Tuhan dan memiliki hikmah di balik semua kejadian tersebut.

3. Subjek GD merasa kehidupan yang dijalani sekarang terasa lebih baik walaupun masih ada beberapa hal yang mengganjal dalam hidupnya perihal belum melakukan pemaafan. GD menyadari bahwa hal tersebut telah berlalu namun rasa trauma dan kurangnya kepercayaan kepada ayah membuat GD belum dapat melakukan pemaafan. GD sendiri sangat tahu pentingnya melakukan pemaafan bukan hanya untuk ayah namun untuk ketenangan hidupnya. Dukungan positif serta dorongan melakukan pemaafan dari ibu dan kakak GD dirasa belum bisa menggerakkan hati GD untuk mencoba membangun hubungan yang baik seperti sebelum terjadi KDRT. GD merasa masih menyimpan amarah sehingga sulit untuk melepaskannya. Saat tidak terjadi KDRT lagi GD pun mulai berharap agar semuanya dapat berjalan dengan baik dan GD dapat melakukan pemaafan. GD sering merasa sedih karena belum bisa sepenuhnya kembali dekat dengan ayah namun suatu hari nanti GD yakin akan membuat keadaan menjadi lebih baik ketika telah melakukan pemaafan. Hal ini menunjukkan bahwa GD belum melakukan pemaafan karena kurangnya kualitas hubungan yang erat antara GD dan ayah. Kurangnya pemahaman GD terhadap perubahan dan rasa bersalah ayah merupakan hal yang membuat kurangnya tercipta empati terhadap ayah, GD tidak berpikir dari perspektif ayah sehingga tidak dapat memahami perasaan ayah. GD juga mengaku belum bisa menghilangkan sikap untuk

menghindari ayah karena adanya rasa trauma yang masih subjek rasakan walaupun GD merasa hal tersebut sudah berkurang.

4. Subjek AZ telah melakukan pemaafan karena telah melewati ketiga aspek pemaafan yaitu Motivasi melakukan penghindaran (menurunkan motivasi untuk menghindari pelaku), Motivasi membalas dendam (menurunkan motivasi untuk membalas dendam kepada pelaku) dan motivasi berbuat kebaikan yaitu meningkatkan motivasi berbuat baik kepada pelaku. AZ awalnya menyadari dampak negatif KDRT yang dialami dan sering merasa sedih ketika memikirkannya. Hingga akhirnya 5 tahun berlalu dan ayah meminta maaf kepada AZ dan keluarga. Setelah itu AZ menjadi lebih lega dan bahagia dibandingkan sebelumnya. AZ perlahan melakukan pemaafan ayah dengan cara mulai membuka diri kepada ayah AZ menginginkan semuanya dapat berjalan dengan baik termasuk mengembalikan keharmonisan keluarganya. Setelah mencoba memahami posisi ayah sebagai seseorang yang telah berubah dan meminta maaf, AZ merasa kasihan kepada ayah. Rasa empati membuat AZ memutuskan untuk kembali berkomunikasi dan menghapuskan rasa marah dan sakit hatinya kepada ayah, AZ memahami bahwa apa yang terjadi pada saat itu adalah kekhilafan ayah dan yang paling penting ayah tidak mengulanginya kembali AZ juga merasa segala yang terjadi didalam hidupnya merupakan takdir yang harus subjek jalani untuk mendewasakan dan pembelajaran diri. Menurut AZ melalui melakukan pemaafan, AZ menemukan tujuan hidup dan dapat membantu diri sendiri dalam menemukan ketenangan diri. Pemaafan ini dipengaruhi oleh kualitas hubungan AZ dengan orang tua dan teman-teman, empati dan penilaian terhadap ayah, AZ lebih dapat memahami perasaan ayah serta pikiran positif yang menjadikan AZ lebih tenang dalam menjalani hidup.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dikemukakan di atas, saran yang dapat penulis berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi anak korban KDRT dari orang tua agar dapat lebih menguatkan diri dan berpikir positif dalam menghadapi masalah yang terjadi. Anak yang menjadi korban KDRT juga diharapkan lebih sering berbicara dan terbuka atas perasaan

yang dialami kepada orang tua, dan dengan orang yang dipercaya serta mengikuti kegiatan positif untuk menyalurkan emosi negatif yang dirasakan seperti bergabung dalam komunitas yang disenangi sesuai minat.

2. Bagi orang tua agar dapat dengan bijak memperlakukan dan mendidik anak tanpa kekerasan, sebaiknya orang tua membicarakan segala permasalahan yang terjadi kepada anak dengan jelas dan kepala dingin agar tidak terjadinya kekerasan serta memberikan hukuman bagi anak sewajarnya ketika anak berbuat salah agar anak merasakan kasih sayang dan pola asuh yang benar dari orangtua serta orang tua dapat memberikan dukungan kepada anak yang menjadi korban KDRT terutama bagi ibu karena di dalam penelitian ini dukungan dan motivasi dari ibu sangat berpengaruh bagi proses pemaafan pada anak.
3. Bagi peneliti selanjutnya, yaitu agar dapat mencari variabel lain seperti penyesuaian diri, strategi koping, ataupun resiliensi untuk melengkapi penelitian tentang dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga pada masa anak-anak. Serta dapat membangun hubungan atau komunikasi yang baik agar penelitian yang dilakukan berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, N., & Bullock, M. (2006). *Forgiveness: a sampling of research result*. Washington DC: Office of International Affairs.
- Annisa, R. (2010). *Kekerasan terhadap perempuan berbasis gender*. Yogyakarta: The Global Fund for Women.
- Arthasari, D. P. (2010). *Perbedaan Antara Forgiveness dengan Trait Kepribadian Big Five Factors pada remaja korban perceraian di Bumi Serpong Damai Tangerang*.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy and health behaviour. *Cambridge handbook of psychology, health and medicine*, 160-162.
- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of autism and developmental disorders*, 34(2), 163-175.
- Campo, M. (2015). *Children's exposure to domestic and family violence*. Melbourne: Child Family Community Australia (CFCA), Australian Institute of Family Studies.
- Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia dan Presiden Republik Indonesia. (2004). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Diakses dari http://www.depkop.go.id/uploads/media/03._U23th2004penghapusan_kekerasan_dalam_rumah_tangga_01.pdf.
- Fincham, F. D., Beach, S. R., & Davila, J. (2007). Longitudinal relations between forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 21 (3), 542-545.
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan anak*. Erlangga.
- Komnas Perempuan. (2016). *Catatan tahunan tentang kekerasan terhadap perempuan*. Diakses dari <https://www.komnasperempuan.go.id/read-news-catatan-tahunan-tentang-kekerasan-terhadap-perempuan-2016>.
- Komnas Perempuan. (2017). *Catatan tahunan tentang kekerasan terhadap perempuan*. Diakses dari <https://www.komnasperempuan.go.id/read-news-catatan-tahunan-kekerasan-terhadap-perempuan-2017>.
- Komnas Perempuan. (2018). *Catatan tahunan tentang kekerasan terhadap perempuan*. Diakses dari https://www.komnasperempuan.go.id/file/pdf_file/2018/Publikasi/Catatan%20Tahunan%20Kekerasan%20Terhadap%20Perempuan%202018.pdf
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of social and clinical psychology*, 19(1), 43-55.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. A. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: the temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of personality and social psychology*, 84(3), 540.
- Mufidah, C. (2008). *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*.
- Orth, U., Berking, M., Walker, N., Meier, L. L., & Znoj, H. (2008). Forgiveness and psychological adjustment following interpersonal transgressions: A longitudinal analysis. *Journal of Research in Personality*, 42(2), 365-385.

- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa hidup: edisi ketigabelas, jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Schimmel, S. (2002). *Wounds not healed by time: The power of repentance and forgiveness*. Oxford University Press.
- Smith, G. C. (2010). Psychotherapy. In *Encyclopedia of Stress* (pp. 302-307). Elsevier.
- Sofia, L., Devi, A. J., Wahdaniah, W., & Pertiwi, G. A. (2018). Musik Tingkulan Dalam Emotional Healing Therapy Sebagai Upaya Meningkatkan Authentic Happiness. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 7(1), 1-10.
- UNICEF. (2006). *Behind closed doors the impact of domestic violence on children*. Diakses dari <https://www.unicef.org/media/files/BehindClosedDoors.pdf>.