

## Gambaran Pemaafan Pada Korban Perundungan

Putri Hanifah<sup>1</sup>, Lisda Sofia<sup>2</sup>, Ayunda Ramadhani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Departement of Psychology, Mulawarman University, Indonesia

Email: <sup>1</sup>putrihanifah55@gmail.com, <sup>2</sup>lisda.sofia@fisip.unmul.ac.id,

<sup>3</sup>ayunda.ramadhani@fisip.unmul.ac.id

---

### Article Info

#### Article history:

Received 20/05/2022

Revised 07/06/2022

Accepted 14/06/2022

---

#### Keywords:

Forgiving;

Bullying;

Early adulthood

---

### ABSTRACT

*This study aims to determine the background of bullying experienced by victims, the stages of forgiving, factors that affect forgiving, and the impact experienced by victims. The subjects in this study were early adults who had experienced bullying. Type of qualitative research with the method of interpretive phenomenological analysis. The data collection methods used are interviews and observations. The subjects of the study were selected using purposive sampling techniques. The data analysis techniques used are by preparing data, reading the entire data, coding data, applying coding results, presenting themes in the form of narratives, and interpreting/interpreting data. The results showed that RD, FZ, LK, and SM subjects experienced bullying in physical, verbal, social, and cyber/electronic forms. The stages of forgiving passed by the subject are avoidance motivation, revenge motivation, and benevolence motivation. Factors affecting the forgiving in the subject are the religiosity factor and the relationship quality factor. The impact of bullying experienced by the subject is in the form of psychological problems, physical problems, physiological problems, and the impact of connecting problems.*

---

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui latar belakang perundungan yang dialami oleh korban, tahapan pemaafan, faktor yang mempengaruhi pemaafan, serta dampak yang dialami oleh korban. Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal yang pernah mengalami perundungan. Jenis penelitian kualitatif dengan metode analisis fenomenologis interpretatif. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Subjek penelitian dipilih dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik Analisa data yang digunakan yaitu dengan mempersiapkan data, membaca keseluruhan data, meng-coding data, menerapkan hasil coding, menyajikan tema-tema dalam bentuk narasi, dan melakukan interpretasi/memaknai data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek RD, FZ, LK, dan SM mengalami perundungan dalam bentuk fisik, verbal, sosial, dan cyber/elektronik. Tahapan pemaafan yang dilalui oleh subjek adalah avoidance motivation, revenge motivation, dan benevolence motivation. Faktor yang mempengaruhi pemaafan pada subjek adalah faktor religiusitas dan faktor kualitas hubungan. Dampak perundungan yang dialami oleh subjek berupa permasalahan psikologis, permasalahan fisik, permasalahan fisiologis, dan dampak permasalahan hubungan.

---

### Kata kunci

Pemaafan;  
Perundungan;  
Dewasa awal

Copyright (c) Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi

---

### Corresponding Author :

Siti Latifah Tou

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Mulawarman

Email: tifahtou@gmail.com



## LATAR BELAKANG

Perundungan kerap kali terjadi di lingkungan sekitar kita. Kasus perundungan dapat kita temui pada lingkungan pergaulan, pendidikan, maupun pada lingkungan kerja. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni (FBS) Universitas Negeri Surabaya menunjukkan mahasiswa yang menjadi korban perundungan memiliki persentase 61 % dari total 307 responden (Hapsari, dkk 2016).

Masyarakat sering terlena oleh kesan 'remeh' mengenai fenomena perundungan, sehingga mengesampingkan akibat dan dampak yang akan dialami oleh korban, pelaku, maupun dampak yang lebih luas lagi terhadap masyarakat di lingkungan tersebut (Hidayati, 2012). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Klomek dalam Tumon (2014) beberapa korban perundungan mengalami perasaan cemas, rendah diri, kesulitan membina hubungan interpersonal dimasa dewasa, meningkatnya risiko psikopatologis dan depresi yang dapat mengarah pada tindakan bunuh diri, terutama pada wanita.

Menurut Hidayati (2012) korban yang mampu menghadapi perundungan dan resilien menghadapi permasalahan tersebut bisa jadi masih bergulat dalam *inner distress* dalam diri mereka. Studi longitudinal yang dilakukan oleh Lereya dkk (2015) pada anak yang mengalami perundungan (kekerasan fisik, emosional, pelecehan, dan pola asuh maladaptif) mengalami resiko permasalahan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, *self harm*, dan kecenderungan untuk bunuh diri pada usia dewasa awal.

Pengalaman korban perundungan yang telah memaafkan pelaku perundungan bukanlah suatu pengalaman sederhana, pemaafan tidak dapat terjadi tanpa niat dan kemauan yang kuat dari individu untuk memaafkan (Syarifah, dkk 2018). Ketika individu memberikan pemaafan maka terjadi dimensi intrapsikis dimana individu tidak lagi merasa marah atau dendam, beberapa

orang dapat memaafkan ketika orang orang lain tidak mampu memaafkan begitupun sebaliknya bergantung pada kepribadian seseorang (Koc, dkk 2016).

Beberapa perilaku yang menyakitkan akan membekas dan menimbulkan luka yang mendalam pada korban perundungan. Individu yang memilih untuk tidak memaafkan dapat diperkuat oleh faktor seperti menyalahkan, merasa tidak berdaya, memiliki keinginan untuk balas dendam (Akhtar, dkk 2016). Hasil penelitian yang dilakukan Kaleta (2018) individu dewasa awal menunjukkan tingkat pemaafan yang paling rendah dibandingkan dengan dewasa menengah ke usia lanjut.

Menurut Bernard (2013) proses pemaafan akan memunculkan emosi positif dan memungkinkan individu melakukan penyesuaian terhadap peristiwa negatif. Individu menjadi terbuka terhadap pengalaman hidup sehingga pemahaman individu semakin meningkat. Sebuah meta-analisis yang dilakukan oleh Baskin dalam Akhtar (2016) dengan memaafkan, individu dapat mengurangi depresi, kecemasan, dan juga stres, sementara itu pada penelitian lainnya diperoleh hubungan yang positif antara pemaafan dan kepuasan hidup.

Sebuah penelitian menunjukkan individu yang memiliki tingkat pemaafan tinggi akan mengalami rasa sakit emosional yang lebih rendah, hal ini menunjukkan bahwa pemaafan dapat digunakan individu untuk mengurangi perasaan terluka akibat perundungan yang diterima (Sari dkk, 2015). Ketika korban perundungan telah memaafkan, maka korban akan mengalami penurunan dampak negatif dari perundungan yang pernah dialami, individu juga dapat merasakan emosi positif dan kondisi psikologis yang lebih baik.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis fenomenologis

interpretatif. Menurut Smith (2014) pendekatan dengan analisis fenomenologis interpretatif berusaha mengeksplorasi pengalaman personal serta lebih menekankan pada persepsi atau pendapat seorang individu tentang objek dan peristiwa.

Subjek pada penelitian ini adalah dewasa awal yang pernah mengalami perundungan. Dalam penelitian ini data diperoleh secara langsung melalui wawancara. Dalam menetapkan subjek, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Peneliti menggumpulkan data dengan melakukan wawancara dan observasi terhadap korban perundungan.

## HASIL PENELITIAN

### Latar Belakang Perundungan

RD telah mengalami perundungan selama sebelas tahun. Perundungan yang paling dominan ialah perundungan verbal dan fisik. RD juga mengalami perundungan sosial berupa pengasingan dari kelompok. Perundungan yang dialami RD berlanjut hingga di perguruan tinggi. Setiap kali berkumpul dengan keluarga besar RD mendapat hinaan karena penyakit yang dideritanya. RD mengalami kekerasan fisik dan verbal dari orang tuanya. Meskipun dirinya mengalami perundungan namun RD berusaha menghentikan perundungan yang ada disekitarnya. RD menolong teman-temannya di sekolah yang juga mengalami kesulitan karena pelaku perundungan.

FZ mengalami perundungan selama sepuluh tahun, perundungan yang pertama kali dialami FZ terjadi di sekolah dasar. Perundungan yang paling dominan dalam bentuk verbal dan sosial. FZ diasingkan oleh teman-temannya, mendapat ancaman, dan diperlakukan secara kasar. FZ mendapatkan fitnah dan tuduhan dari lingkungan sekitar yang menanggung dirinya menjadi beban keluarga dan hanya bermain-main selama berkuliah.

LK mengalami perundungan selama tujuh tahun, perundungan yang paling dominan dialami LK adalah fisik dan sosial. Ketika berada di sekolah LK diserang secara berkelompok sehingga tidak mampu untuk melawan. LK dicegat dan dipukul ketika pulang sekolah dan saat bermain bersama. Pelaku perundungan menyebarkan keburukan LK kepada orang disekitarnya. Setelah kejadian tersebut LK mendapat ancaman dan hinaan melalui social media. LK juga dirundung oleh rekan kerjanya selama beberapa tahun.

Perundungan juga dialami oleh SM selama sembilan tahun. Perundungan yang dominan dialami SM ialah bentuk verbal dan sosial. Karena bentuk tubuhnya SM mendapat julukan yang tidak menyenangkan di sekolah. Pada saat berada di SMA, teman-teman di kelas menakuti SM hingga dirinya memiliki trauma terhadap serangga. Pelaku perundungan lainnya juga menyebarkan fitnah dan kebohongan mengenai SM.

### Tahapan Pemaafan

Pemaafan yang dialami RD berada pada tahapan *avoidance motivation* karena RD cenderung menghindari anggota keluarganya. RD mengalami tahapan *revenge motivation* terhadap pelaku perundungan di sekolah dan mantan pacarnya. Saat pelaku perundungan di sekolah mengolok-olok dirinya RD berusaha melawan dan melaporkan ancaman yang diterima ke kantor polisi. RD mengalami tahap pemaafan *benevolence motivation* terhadap teman-teman yang menghina dirinya, RD dapat kembali berteman tanpa khawatir akan mendapatkan perundungan setelah teman terdekatnya meminta maaf dan menyadari perbuatannya.

Tahap pemaafan yang dialami FZ ialah *avoidance motivation* terhadap pelaku perundungan di sekolah dasar. FZ berusaha menjaga jarak dan tidak memberikan respon pada tindakan pelaku yang menyakiti

dirinya. FZ mengalami tahapan pemaafan *revenge motivation* pada pelaku yang mempermalukan dirinya didepan umum. FZ menyimpan kemarahan meski perundungan telah terjadi beberapa tahun yang lalu, perundungan tersebut mengakibatkan kondisi traumatis bagi FZ. Tahap pemaafan *benevolence motivation* dialami FZ terhadap tetangga lingkungan sekitar yang menyebarkan kabar buruk mengenai dirinya. FZ mampu bertegur sapa dan bercengkrama meski pada awalnya selalu menghindari pelaku.

Tahap pemaafan yang dialami LK ialah *avoidance motivation*. LK menghindari kontak dengan pelaku, dan tidak memiliki keinginan untuk memperbaiki hubungan. Tahap pemaafan kedua yang dialami LK adalah *revenge motivation*, LK memiliki keinginan untuk membalas kekerasan yang telah dilakukan pelaku. Meskipun hal tersebut tidak terwujud namun LK tidak ragu membalas dendam jika pelaku kembali mengulangi perbuatannya. Tahap pemaafan *benevolence motivation* dialami LK pada rekan kerjanya di kantor. Rekan kerja LK pada awalnya mengasingkan dan memfitnah dirinya. Hubungan LK dan rekan kerja menjadi semakin baik setelah LK mendapatkan promosi jabatan.

Tahapan pemaafan pertama yang dialami SM adalah *avoidance motivation*, SM menghindari pelaku penyebar fitnah dan rekan-rekannya. SM tidak bertegur sapa dengan pelaku perundungan disekolah selama satu tahun sejak perundungan terjadi. SM mengalami tahap pemaafan *revenge motivation*, yaitu keinginan membalas dendam, dan berusaha menegur pelaku. Tahap *benevolence motivation* yang dirasakan SM terjadi setelah beberapa tahun, SM merasa harus memaafkan pelaku perundungan karena hubungan keluarga yang mereka miliki. Meski telah memutuskan untuk memaafkan, namun SM lebih memilih untuk menjaga jarak.

### **Faktor yang Mempengaruhi Pemaafan**

RD berharap dapat memaafkan pelaku perundungan seperti dalam ajaran agama yang diyakininya. RD merasa kesulitan untuk memaafkan anggota keluarganya yang melakukan perundungan. RD mampu memaafkan teman-teman terdekatnya namun merasa kesulitan memaafkan anggota keluarganya karena tidak memiliki kedekatan emosional.

FZ hanya dapat berdoa meminta pertolongan kepada Tuhan agar diberikan kekuatan dalam menghadapi sikap pelaku. Sebelum mengalami perundungan FZ memiliki hubungan yang cukup baik dengan pelaku. Meskipun saat ini pelaku bersikap ramah kepada dirinya, namun FZ menganggap hal tersebut hanya untuk meredakan kecanggungan diantara mereka.

Menurut LK dirinya mampu meredakan kebencian terhadap pelaku perundungan seiring berjalannya waktu. Hal tersebut dilandasi oleh ajaran agama Islam yang diyakini LK bahwa dirinya harus dapat memaafkan. LK memandang perundungan dari perspektif pelaku agar dapat memahami sikap dan perbuatan pelaku perundungan dengan lebih baik.

SM berusaha memahami perbuatan pelaku kepada dirinya, saat pelaku perundungan menyadari kesalahan yang dilakukannya maka SM akan berusaha untuk memaafkannya. SM ingin memaafkan pelaku karena memegang teguh ajaran agama yang mengharuskan dirinya untuk memaafkan. Hubungan keluarga antara SM dan pelaku juga memperkuat keputusan SM untuk memaafkan. Meskipun begitu SM merasa tidak perlu memperbaiki/mempererat hubungannya dengan pelaku perundungan.

### **Dampak Perundungan yang Dialami Subjek**

RD merasa tidak berharga, berusaha melukai tubuhnya sendiri, serta berpikir untuk bunuh diri sejak beberapa tahun yang lalu. Setelah mengunjungi psikolog RD

menyadari dirinya mengalami psikosomatis karena terus memendam perasaannya. Dalam beberapa tahun terakhir RD mengalami gangguan makan dan kesulitan mengatur waktu tidur. Saat menghadapi permasalahan RD lebih mudah tersinggung dan sulit mengontrol perasaannya. RD kesulitan berbaur dengan kelompok sosial yang baru ditemuinya.

FZ dipermalukan didepan umum yang mengakibatkan perasaan cemas, tertekan, dan sakit kepala setiap kali berada pada situasi yang sama. Dampak yang juga dirasakan FZ ialah perasaan tidak nyaman untuk bergaul dengan orang baru, serta menghindari lingkungan sosial. FZ juga mengalami kesulitan tidur di malam hari, sakit kepala, dan tidak dapat menjalani aktifitas dengan baik selama beberapa bulan hingga perundungan mengenai dirinya berkurang.

Dampak yang dirasakan LK ialah terus teringat mengenai kejadian perundungan yang dialaminya saat berada di sekolah. LK berusaha melakukan diet ketat dan membentuk otot tubuhnya agar orang-orang tidak meremehkan dirinya. LK membatasi dirinya dalam berteman dan cenderung menilai seseorang berdasarkan kesan pertama, tanpa ingin mengenal lebih jauh orang tersebut. Selama mendapat perundungan dari rekan kerjanya LK merasa tertekan, kelelahan, dan sakit kepala setiap harinya.

SM mengalami kecemasan dalam kurun waktu dua tahun sejak pelaku perundungan menyebarkan fitnah mengenai dirinya. SM merasa ketakutan dan tidak tenang setiap kali membuka social media karena pelaku sering menyebarkan kebohongan dan ujaran kebencian pada unggahan SM. Selama mendapatkan fitnah dari anggota keluarganya SM lebih sering menangis, merasan tertekan, dan sakit kepala terus-menerus. SM khawatir orang-orang yang mengenal dirinya akan menyebarkan kebohongan seperti yang

dilakukan oleh pelaku. SM menutup diri dan tidak ingin membangun hubungan pertemanan dengan orang baru.

## **PEMBAHASAN**

Subjek dalam penelitian ini merupakan dewasa awal yang pernah mengalami perundungan. Subjek terdiri dari tiga orang subjek perempuan dan satu orang subjek laki-laki dengan rentang usia 20-25 tahun. Keempat subjek pertama kali mendapatkan perundungan dari lingkungan sekolah. Perundungan yang dialami subjek dalam bentuk hinaan, nama panggilan khusus, kekerasan fisik, mendapatkan fitnah, perusakan barang pribadi, dan diasingkan dari kelompok pertemanan maupun lingkungan sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Sufriani (2017) bahwa beberapa guru menganggap perilaku mengejek dan mengganggu yang dilakukan oleh siswa di sekolah merupakan kenakalan yang wajar dimiliki anak pada usianya, beberapa guru tidak mengetahui tentang bentuk perundungan di sekolah sehingga tidak teridentifikasi sebagai masalah yang perlu dicegah. Hal ini menyebabkan perundungan terus berlangsung selama bertahun-tahun tanpa penanganan.

Subjek RD mengalami kesulitan memaafkan dan memahami pelaku karena telah mengalami perundungan dalam jangka waktu yang lama. Menurut McCollough dalam Ariyani dkk (2018) bahwa tingkat kelukaan akan mempengaruhi pemaafan, semakin dalam perasaan sakit yang dirasakan maka pemaafan akan semakin sulit terwujud.

Menurut Khasan (2017) seseorang yang memaafkan kesalahan pelaku dapat dilandasi oleh komitmen yang tinggi dalam hubungan mereka. Pada wanita penghayatan/intensitas keparahan sebuah peristiwa menjadi elemen penting dalam pemaafan, tingkat kelukaan dan trauma

yang dialami oleh korban dapat menjadi faktor yang mempengaruhi pemaafan (Sutipyo, 2013).

Subjek RD, FZ, dan SM mengalami perundungan yang menimbulkan dampak psikologis, permasalahan fisik, dan fisiologis dan permasalahan hubungan. Penelitian yang dilakukan oleh Barcacia dkk (2017) bahwa wanita menunjukkan tingkat depresi, kemarahan, dan permasalahan perilaku yang lebih berat daripada laki-laki yang juga menjadi korban perundungan/kekerasan.

Menurut Rigby dalam Wahab dkk (2017) dampak yang dirasakan korban perundungan antara lain *psychological well-being* yang rendah, penyesuaian sosial yang buruk, *psychological distress*, *physical unwellness*, dan masalah fisiologis yang membutuhkan diagnosis medis sebagai penyakit/*symtom* psikomatis. Seperti halnya yang dialami oleh keempat subjek, muncul perasaan cemas, tidak nyaman, menutup diri dari lingkungan sosial, dan muncul beberapa gangguan fisiologis yang mengganggu subjek meskipun sudah tidak mengalami perundungan

Keempat subjek mengalami permasalahan dalam membangun hubungan pada lingkungan sosial baru. Subjek cenderung membatasi diri dari lingkungan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Delara (2018) menunjukkan bahwa perundungan masa kanak-kanak dapat menghalangi keinginan atau kemampuan menjalin hubungan setelah beranjak dewasa, korban perundungan menjadi lebih waspada dalam membentuk hubungan yang baru, perasaan tidak berdaya saat anak-anak memicu rasa tidak percaya pada orang lain.

Faktor yang mempengaruhi subjek dalam memaafkan ialah faktor religiusitas. Subjek RD, FZ, LK, dan SM mengetahui bahwasannya ajaran agama islam yang mereka yakini mengutamakan seseorang untuk bersabar dan berbesar hati kepada seseorang yang telah menyakiti dirinya.

Menurut Sutipyo (2013) dalam religiusitas islam memaafkan merupakan hal utama saat menghadapi konflik, dengan kesadaran religius seseorang tidak mudah marah, tersinggung, dan dapat membina hubungan yang baik dengan sesama.

Subjek RD, LK, dan SM berusaha menghadapi perundungan seorang diri dan tidak meminta pihak lain untuk menyelesaikan permasalahan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Bjereld dkk (2019) ketika korban mengungkapkan perundungan yang mereka hadapi, orang yang lebih dewasa tidak dapat memahami perspektif korban perundungan, orang dewasa cenderung melihat dari perspektif pelaku dan menyalahkan korban. Respon yang tidak sesuai/tidak membantu kebutuhan korban akan membuat korban menutup diri.

Dalam kesehariannya subjek LK dan SM tidak lagi memiliki hubungan dengan pelaku perundungan. Subjek merasakan perubahan kondisi psikologis yang lebih baik selama berjauhan dengan pelaku perundungan. Menurut Kelly (2011) berhubungan kembali dengan orang dari masa lalu dapat menyebabkan kebencian lama yang belum terselesaikan muncul kembali, membawa kembali perasaan buruk yang telah lama ditinggalkan.

Subjek RD, FZ, LK, dan SM mengalami tahapan *avoidance motivation*, *revenge motivation*, dan *benevolence motivation*. Sebuah penelitian longitudinal yang dilakukan oleh McCullough (2003) menjabarkan bahwa individu menunjukkan kecenderungan mengalami pengurangan motivasi menghindar dan membalas dendam dari waktu ke waktu, tetapi tidak mengalami peningkatan yang signifikan dalam motivasi berbuat baik kepada pelaku.

Keempat subjek merasakan berkurangnya kemarahan dan perasaan sakit hati akibat perbuatan pelaku, subjek juga lebih tenang dalam menghadapi ingatan perundungan. Berdasarkan

penelitian yang dilakukan oleh Barcacia dkk (2017) individu yang melepaskan kemarahan dan menjalani proses memaafkan (*avoidance dan revenge*) dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis. Penelitian selanjutnya mengatakan bahwa pemaafan meningkatkan emosi positif secara umum (Akhtar dkk, 2016)

Subjek RD, FZ, LK, dan SM mengalami tahapan *avoidance motivation, revenge motivation, dan benevolence motivation* dalam beberapa tahun. Korban membutuhkan waktu yang panjang dalam menjalani proses pemaafan terhadap pelaku perundungan. Meskipun pada tahap pemaafan yang berbeda, namun keempat korban perundungan mengalami dorongan pemaafan dari arah yang negatif untuk berperilaku ke arah yang lebih baik. Korban mengalami penurunan keinginan menjaga jarak dari pelaku dan berkurangnya keinginan membalas dendam. Menurut Abdat (2016) pemaafan ditandai dengan rendahnya dorongan untuk menghindari, membalas dendam, dan bertambahnya dorongan untuk membina hubungan kembali.

## KESIMPULAN

Tahapan pemaafan yang dialami keempat subjek ialah *avoidance motivation, revenge motivation, dan benevolence motivation*. Faktor religiusitas mempengaruhi subjek dalam memaafkan pelaku perundungan karena ajaran Agama yang mengharuskan individu untuk saling memaafkan. Faktor kualitas hubungan antara subjek dan pelaku perundungan dapat mempengaruhi tahapan pemaafan. Perundungan memberikan dampak secara psikologis, fisik, fisiologis, dan permasalahan dalam menjalin hubungan. Dampak yang menonjol pada keempat subjek ialah rendahnya kesejahteraan psikologis, rendah diri, kesulitan dalam membangun hubungan,

dan berusaha membatasi diri dari lingkungan sosial.

## REFERENSI

- Abdat, N. (2016). Uji validitas skala forgiveness. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 5(2), 223-239.
- Akhtar, S., Dolan, A., & Barlow, J. (2016). Understanding the relationship between state forgiveness and psychological wellbeing: a qualitative study. *Journal of Religion and Health*, 56(2), 450-463. <https://doi.org/10.1007/s10943-0160188-9>
- Ariyani, M., & Qonita, M. (2018). Perbandingan forgiveness pada wanita korban kdrt ditinjau dari kehadiran anak. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 7(1), 20-25. <http://doi.org/10.21009/JPPP.072.03>
- Barcaccia, B., Schneider, B. H., Pallini, S., & Baiocco, R. (2017). Bullying and the detrimental role of un-forgiveness in adolescents' wellbeing. *Psicothema*, 29(2), 217-222. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.251>
- Bernard, M. E. (2013). *The strenght of self-acceptance (theory, practice and research)*. Melbourne, Australia : Springer New York Heidelberg Dordrecht London. ISBN: 978-1-4614-6806-6
- Bjereld, Y., Daneback, K., & Mishna, F. (2019). Adults' responses to bullying: the victimized youth's perspectives. *Research Papers in Education*, 1-18. <https://doi.org/10.1080/02671522.2019.1646793>
- DeLara, E. W. (2018). Consequences of childhood bullying on mental health and relationships for young adults. *Journal of Child and Family Studies Springer*. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1197-y>

- Hapsari, D., & Purwoko, B. (2016). Perilaku bullying pada mahasiswa fakultas bahasa dan seni (FBS) di universitas negeri surabaya. *Jurnal Bk Unesa*, 6(3), 1-9.
- Hidayati, N. (2012). Bullying pada anak: analisis dan alternatif solusi. *INSAN*, 14(01), 41-48
- Kaleta, K., & Mróz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences*, 120, 17-23. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.008>
- Kelly, L. (2011). I “know it shouldn’t but it still hurts” bullying and adults: implications and interventions for practice. *Nursing Clinics of NA*, 46(4), 423-429. <https://doi.org/10.1016/j.cnur.2011.08.003>
- Khasan, M. (2017). Perspektif islam dan psikologi tentang pemaafan. *Jurnal at-Taqaddum*, 9(1), 69-94
- Koç, M., Çolak, T. S., Iskender, M., & Dusunceli, B. (2016). Investigation of the effect of intolerance of uncertainty and the effect of anger control on the relationship between forgiveness and psychological well-being through structural equation modelling. *Sakarya University Journal of Education*, 6(3), 201-209. <http://dx.doi.org/10.19126/suje.282951>
- Lereya, S. T., Copeland, W. E., Costello, E. J., & Wolke, D. (2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: two cohorts in two countries. *Lancet Psychiatry*, 2(6), 524-531. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00165-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00165-0)
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: the temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 540-557. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.540>
- Sari, R. N., & Agung, I. M. (2015). Pemaafan dan kecenderungan perilaku bullying pada siswa korban bullying. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 11(1), 32-36.
- Sufriani, & Sari, E. P. (2017). Faktor yang mempengaruhi bullying pada anak usia sekolah banda aceh. *Idea Nursing Journal*, 8(3), 1-10.
- Sutipyo, R. (2013). Pengaruh religiusitas islami terhadap pemaafan pada remaja studi kasus di madrasah aliyah negeri 3 yogyakarta. *Al-Misbah*, 1(1), 61-89.
- Smith, J. A. (2014). *Psikologi kualitatif: panduan praktis metode riset*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Syarifah, F. A., & Indriana, Y. (2018). Pemaafan pada korban perundungan. *Jurnal Empati*, 7(2), 18-27.
- Tumon, M. B. A. (2014). Studi deskriptif perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), 1-17.
- Wahab, M., Sujadi, E., & Setioningsih, L. (2017). Strategi coping korban bullying. *Jurnal Tarbawi*, 13(02), 21-32.