

**DINAMIKA *FORGIVENESS* PADA ANAK KORBAN PERCERAIAN****Ika Wahyu Pratiwi<sup>1</sup>, Claudia Kimberly B.<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi Universitas Borobudur

*ikawahyupratiwi@borobudur.ac.id***Abstrak**

Keluarga merupakan tempat pertama dalam berbagi kasih sayang, mengatasi masalah yang sedang dihadapi sebagai salah satu anggota keluarga, dan membentuk karakter diri bagi masing-masing individu. Keluarga memiliki peran penting dalam perkembangan anak baik fisik maupun mental, namun pada kenyataannya tidak semua anak memiliki keluarga yang utuh, salah satunya dikarenakan perceraian, dan tentunya hal tersebut melukai perasaan anak dan efek yang ditimbulkan adalah kesedihan dan kehilangan. Menyelesaikan konflik yang terjadi sebagai akibat dari perceraian dan membangun hubungan yang baik kembali antar individu yang terlibat bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan. Oleh karena itu, *forgiveness* atau pemaafan merupakan cara yang efektif dan penting untuk mengatasi permasalahan antar individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika *forgiveness* pada anak korban perceraian. Penelitian ini menggunakan kualitatif fenomenologi. Subjek di dalam penelitian ini adalah dua remaja yang orang tuanya telah bercerai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum terjadi *forgiveness* atau pemaafan, ada empat fase yang dialami oleh kedua subjek yaitu fase pembukaan, fase pengambilan keputusan, fase tindakan, dan fase pendalaman. Selain itu pemberian pengertian dari orang tua memberikan pengaruh penting dalam memudahkan anak dalam melewati empat fase tersebut.

Kata kunci: *forgiveness*, perceraian, anak, orang tua

**PENDAHULUAN**

Keluarga adalah bagian terpenting dalam tumbuh kembang seorang anak. Sebagai sebuah lembaga pendidikan yang pertama dan utama, keluarga diharapkan senantiasa berusaha menyediakan kebutuhan, baik biologis maupun psikologis bagi anak, serta merawat dan mendidiknya. Keluarga diharapkan mampu menghasilkan anak-anak agar dapat tumbuh menjadi pribadi yang dapat hidup ditengah-tengah masyarakatnya, dan sekaligus dapat menerima, menggunakan serta mewarisi nilai-nilai kehidupan dan kebudayaan.

Dalam keluarga, orang tua terutama ayah sebagai kepala keluarga dengan bantuan anggotanya mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan sebuah keluarga, dimana bimbingan, ajakan, pemberian contoh, kadang sanksi yang khas dalam sebuah keluarga, baik dalam wujud pekerjaan kerumah-tangga, keagamaan maupun kemasyarakatan lainnya, yang dipikul atas seluruh anggota komunitas keluarga, atau secara individual, merupakan cara-cara yang biasa terjadi pada

interaksi pendidikan dalam keluarga. Ki Hajar Dewantara (1961) menyatakan keluarga adalah kumpulan individu yang memiliki rasa pengabdian tanpa pamrih demi kepentingan seluruh individu yang bernaung didalamnya. Begitu pentingnya keluarga bagi setiap individu atau sekelompok orang telah menempatkan keluarga bagian dari kehidupan manusia.

Keluarga yang merupakan komunitas terkecil dalam masyarakat ini ternyata juga rentan bagi anak, terlebih jika muncul konflik di antara orangtua. Fakta yang memprihatinkan adalah tingkat perceraian di Indonesia menunjukkan angka yang terus meningkat, bahkan menjadi yang tertinggi di Asia Pasifik. Data Badan Litbang dan Kementerian Agama tahun 2010-2014 menunjukkan dari sekitar dua juta pasangan menikah, ada 15 % atau sekitar tiga ratus ribu pasangan yang melakukan perceraian di Pengadilan Agama/Mahkamah Syar'iyah. Pada tahun 2014, jika dijumlahkan ada sekitar 43 perceraian yang terjadi setiap satu jam atau kurang lebih 380.000 gugatan cerai dalam satu tahun (Republika, 2015).

Menurut psikiater Amerika Serikat (AS) Holmes dan Rahe yang melakukan penelitian mengenai tingkat stres manusia, perceraian adalah penyebab stres kedua paling tinggi, setelah kematian pasangan hidup. Perceraian kerap berakhir menyakitkan bagi pihak-pihak yang terlibat didalamnya. Perceraian merupakan peristiwa yang traumatis yang berdampak besar bukan hanya kepada kedua pasangan, namun juga kepada anak-anak, anak akan merasa sangat kehilangan orangtua dalam kehidupannya (Okezone.com, 2009). Menurut Cole (2003) mengatakan ada enam dampak negatif utama yang dirasakan oleh anak-anak akibat perceraian orang tua yaitu: penyangkalan (*denial*), rasa malu (*shame*), rasa bersalah (*guilt*), kesedihan (*sadness*), ketakutan (*fear*), dan rasa marah atau kemarahan (*anger*).

Menyelesaikan konflik yang terjadi sebagai akibat dari perceraian dan membangun hubungan yang baik kembali antar individu yang terlibat bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan. Dalam keluarga, *Forgiveness* atau pemaafan merupakan cara yang efektif dan penting untuk mengatasi permasalahan antar individu (Hargrave & Sells, 1994). McCullough (2000) mengemukakan bahwa memaafkan dapat dijadikan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian

terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti.

Worthington dan Wade (1999) menyetujui pendapat yang mengatakan bahwa secara kesehatan memaafkan memberikan keuntungan psikologis, dan memaafkan merupakan terapi yang efektif dalam intervensi yang membebaskan seseorang dari kemarahannya dan rasa bersalah. Selain itu, memaafkan dapat mengurangi marah, depresi, cemas dan membantu dalam penyesuaian perkawinan. Memaafkan dalam hubungan interpersonal yang erat juga berpengaruh terhadap kebahagiaan dan kepuasan hubungan (Karremans, Lange, & Outwerkerk, 2003). Zechmeister dan Romero (2002) meneliti persepsi memaafkan dengan metode analisis atas narasi. Subyek diminta menuliskan peristiwa yang menyakitkan, baik sebagai orang yang disakiti maupun yang menyakiti dan rasa sakit hati yang dapat dimaafkan dan yang tidak dapat dimaafkan. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa persepsi luka interpersonal tergantung pada peran seseorang sebagai korban atau pelaku dan tergantung kemampuan mereka untuk memaafkan. Subyek dengan ungkapan memaafkan menggambarkan hasil dan pengaruh positif dalam mengelola dirinya daripada subyek yang menuliskan ungkapan berisi hal-hal yang tidak memaafkan.

Berikut adalah kasus dari seorang penyanyi Indonesia yang berinisial PS (*tabloidbintang.com*,2017). Putra dari pasangan FS dan NLP beberapa waktu lalu terpaksa harus merasakan pahitnya perceraian kedua orang tua. Akibat kejadian itu, PS mengatakan bahwa ia mengalami titik terendah dalam hidupnya. Karir yang semula cemerlang, berubah jadi anjlok dan keuangan PS pun menipis. Bahkan, sang ibu juga sempat melakukan percobaan bunuh diri dan PS merasakan depresi. Tapi, dari pengalaman tersebut PS mencoba untuk memaafkan diri sendiri dan orang lain hingga akhirnya luka bisa disembuhkan. Kisah pilu ini dibagikan PS secara jelas melalui akun instagram @proud.project

*“2 tahun belakangan adalah titik terendah dalam hidup gue. Orang tua gue cerai. Karir gue anjlok dan keuangan gue juga menipis. Hampir setiap hari gue merasa depressed. Cape iya. Kesel iya. Marah iya. Tapi gue jadi belajar banget. Gue belajar untuk memaafkan. Memaafkan orang lain. Memaafkan diri sendiri. Ga gampang. Tapi satu hal yang gue sadari itu, dengan memaafkan, luka bisa disembuhkan. Waktu itu, gue sama ade gue lagi ngerokok didepan kamar. Tiba-tiba nyokap ngirim WA, “Thank you buat semuanya. Mama harus pergi...” Trus gue ke kamar dia, dan ternyata*

*kamarnya dikunci. Akhirnya gue tendang pintunya dan gue liat dia udah megang pil banyak banget. Nyokap gue ampir aja bunuh diri. Ya, hidup gue emang makin berat sejak bokap nyokap cerai. Tapi ya, life comes with pain. But pain is temporary and time will heal.”*

Kisah pilu PS ini sontak mengundang simpati dari masyarakat. Banyak yang memberi semangat pada penyanyi berusia 25 tahun tersebut, agar tetap kuat menjalani hidupnya.

Berdasarkan pengamatan terhadap fenomena dan beberapa referensi yang telah diuraikan diatas, penulis ingin mengetahui secara langsung bagaimana sebenarnya proses *forgiveness* pada anak yang orangtuanya bercerai. Oleh sebab itu, peneliti mengangkat Dinamika *forgiveness* pada anak korban perceraian sebagai tugas dalam mata kuliah Metodologi Penelitian Kualitatif.

## Landasan Teori

### *Forgiveness*

#### 1. Definisi *forgiveness*

Memaafkan atau *forgiveness* merupakan hal yang bagi sebagian orang adalah hal yang sangat sulit untuk dilakukan. Adapun ada beberapa ahli mengemukakan tentang definisi forgiveness. Menurut Enright (2001) menyatakan bahwa pada dasarnya memaafkan merupakan sikap yang diberikan oleh orang yang tersakiti untuk tidak melakukan balas dendam dan melampiaskan kemarahan yang dirasakan kepada orang yang menyakiti, namun lebih memberikan kemurahan hati, kasih sayang, cinta dan berperilaku baik kepada orang tersebut.

Lopez, Shane dan Snyder (2004) mengemukakan bahwa pemaafan mencerminkan perubahan prososial dalam motivasi interpersonal yang seseorang alami : (a) penurunan motivasi untuk menghindari kontak pribadi dan psikologis terhadap individu yang menyakiti, (b) penurunan motivasi untuk membalas dendam atau terhadap individu yang menyakiti, c) meningkatnya motivasi untuk berbuat baik atau menjalin hubungan baik terhadap individu yang menyakiti.

Selanjutnya, Lopez, Shane dan Snyder (2004) mendefinisikan bahwa memaafkan merupakan perubahan hal yang negatif menjadi netral atau

positif yang dirasakan oleh seseorang kepada pelanggar, pelanggaran maupun gejala-gejala sisa dari pelanggaran yang pernah dirasakan oleh seseorang.

Berdasar beberapa pendapat yang dikemukakan oleh beberapa ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa memaafkan merupakan berubahnya hal negatif menjadi positif yang dirasakan oleh seseorang yang telah tersakiti kepada orang yang menyakitinya.

## 2. Dimensi *forgiveness*

Menurut Baumeister, Exline & Sommer (1998), *forgiveness* harus dipahami sebagai sesuatu yang terjadi didalam diri orang yang telah disakiti atau korban dan diantara korban dan pelaku. Keadaan ini menggambarkan bahwa *forgiveness* dapat terjadi dalam dua dimensi, yaitu intrapsikis dan interpersonal. Dimensi intrapsikis melibatkan keadaan dan proses yang terjadi didalam diri orang yang disakiti secara emosional, pikiran dan perilaku yang menyertainya. *Forgiveness* juga memiliki dimensi interpersonal karena *forgiveness* merupakan tindakan sosial yang melibatkan orang lain. Dimensi *forgiveness* tersebut saling berinteraksi menghasilkan beberapa kombinasi *forgiveness* (Baumeister, Exline & Somme, 1998), antara lain sebagai berikut:

**Tabel 1**  
***Dimensi Forgiveness***

<i>Interpersonal Act + No Intrapsychic State</i>	<i>Hollow forgiveness</i>
<i>Intrapsychic State + No interpersonal Act</i>	<i>Silent forgiveness</i>
<i>Intrapsychic State + Interpersonal Act</i>	<i>Total forgiveness</i>
<i>No Intrapsychic State + No Interpersonal Act</i>	<i>No forgiveness</i>

### a) *Hollow forgiveness*

Kombinasi ini terjadi saat korban dapat mengekspresikan *forgiveness* secara konkret melalui perilaku namun korban belum dapat merasakan dan menghayati adanya *forgiveness* didalam dirinya. Korban masih menyimpan rasa dendam dan kebencian meskipun ia telah mengatakan kepada pelaku:

“saya memaafkan kamu”. Enright dan *The Human Development Study Group*; Al-Mabuk, Enright & Cardis (dalam Baumeister, Exline & Sommer, 1998) menyatakan bahwa dimulainya proses intrapsikis *forgiveness* ditandai dengan adanya komitmen dari korban untuk memaafkan. Saat komitmen telah dimiliki, korban dapat mengekspresikannya dengan baik kepada pelaku.

b) *Silent forgiveness*

Kombinasi yang kedua ini berkebalikan dengan kombinasi pertama. Dalam kombinasi ini, *forgiveness* intrapsikis dirasakan namun tidak diekspresikan melalui perbuatan dalam hubungan interpersonal. Korban tidak lagi menyimpan perasaan marah, dendam, benci kepada pelaku namun tidak mengekspresikannya. Korban membiarkan pelaku terus merasa bersalah dan terus bertindak seolah-olah pelaku tetap bersalah. Menurut Baumeister, Exline & Sommer (1998), *silent forgiveness* tampaknya mengandung unsur manipulatif dan munafik. *Silent forgiveness* bermanfaat terutama dari sudut pandang korban, keuntungannya yaitu hilangnya perasaan-perasaan negatif yang mengganggu korban selama ini dan menghindari kerugian yang dialami setelah memaafkan, yaitu hilangnya ganti rugi yang diperoleh dari pelaku.

c) *Total Forgiveness*

Kombinasi ini terjadi dimana orang yang disakiti atau korban menghilangkan perasaan kecewa, benci atau marah terhadap pelaku, dan pelaku dibebaskan dari perasaan bersalah dan kewajibannya, kemudian hubungan antara korban dengan pelaku kembali secara total seperti keadaan sebelum peristiwa menyakitkan terjadi.

d) *No Forgiveness*

Pada kombinasi ini, *forgiveness* intrapsikis dan intrafisik tidak terjadi pada korban. Baumeister, Exline & Sommer (1998) menyebut kondisi ini sebagai *total grudge combination*. Hal ini dapat terjadi karena beberapa faktor, yaitu:

- *Claims on reward and benefits*

*Forgiveness* tidak diberikan karena dapat memberikan keuntungan praktis dan material bagi korban. Pelaku memiliki “hutang” kepada

korban akibat dari perbuatan menyakitkan yang dilakukannya sehingga seringkali *forgiveness* diberikan pada saat pelaku menampilkan tindakan yang memberikan keuntungan bagi korban. *Reward* yang diperoleh tidak hanya bersifat material tapi dapat juga non-material.

- *To prevent reoccurrence*

*Forgiveness* dianggap dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya pelanggaran atau peristiwa menyakitkan yang dialami korban dimasa yang akan datang. Apabila tidak memberikan pemaafan pada pelaku maka korban dapat terus mengingatkan pelaku untuk tidak mengulangi perbuatannya.

- *Continued suffering*

Korban tidak memaafkan pelaku karena perasaan menderita dari pengalaman menyakitkan di masa lalu yang terus berlanjut. Saat konsekuensi dari kejadian menyakitkan yang dialami korban di masa lalu mempengaruhi hubungannya dengan pelaku di masa depan maka *forgiveness* merupakan sesuatu yang sulit dilakukan.

- *Pride and revenge*

Pengalaman menyakitkan yang dialami korban berpengaruh terhadap harga diri korban. Apabila *forgiveness* diberikan pada pelaku maka korban merasa bahwa perbuatan tersebut akan mempermalukan dirinya bahkan menunjukkan rendahnya harga diri korban. Saat korban secara intrapsikis memaafkan pelaku, korban dapat menyesali apa yang dilakukannya karena faktanya korban tidak memperjuangkan sesuatu yang menjadi haknya dan mempersepsikan dirinya sebagai orang yang bodoh.

- *Principal refusal*

*Forgiveness* tidak dilakukan oleh korban karena hal ini dianggap mengabaikan prinsip yang telah baku dan standar hukum yang ada. *Forgiveness* diidentikkan dengan memberikan pengampunan hukum terhadap pelaku yang dinyatakan bersalah melalui sistem peradilan yang ada sehingga memaafkan pelaku adalah perbuatan yang keliru.

### 3. Fase-fase *forgiveness*

Sebelum terjadi *forgiveness* ada beberapa fase yang dilalui oleh seseorang ketika memaafkan individu lain. Proses *forgiveness* merupakan proses yang terjadi secara perlahan dan memerlukan waktu. Menurut Enright (2001) fase yang harus dilewati dalam proses memaafkan diantaranya yaitu:

a. Fase pembukaan (*Uncovering Phase*)

Fase ini meliputi pertentangan terhadap rasa sakit emosional yang terjadi akibat dari peristiwa menyakitkan yang dialami oleh individu. Pada fase ini individu akan mengalami dan merasakan luka yang benar-benar dirasakan saat terjadinya peristiwa tersebut.

b. Fase pengambilan keputusan (*Decision phase*)

Pada fase ini seseorang mendapatkan pemahaman yang sesuai tentang *forgiveness* dan pada fase ini individu memutuskan untuk memberikan *forgiveness* dengan dasar pemahaman yang telah di dapatkannya dan korban menyadari bahwa keputusan yang diambil untuk memaafkan menguntungkan bagi diri individu dan juga membaiknya kembali hubungan.

c. Fase tindakan (*Work Phase*)

Pada fase ini dalam diri individu terjadi pembentukan perspektif berpikir yang baru (*reframing*) dan memulai untuk berpandangan lebih positif terhadap pelaku, sehingga menghasilkan perubahan positif yang terjadi pada diri sendiri, orang lain dan juga hubungan.

d. Fase pendalaman (*Deepening phase*)

Pada fase ini seseorang akan menemukan makna bagaimana rasanya sebuah penderitaan, merasakan hubungan lebih terhadap pelaku, serta berkurangnya emosi negatif dalam diri, sehingga menjadikan individu mengetahui sesungguhnya makna dari sebuah penderitaan dalam diri jika tidak mampu untuk memaafkan.

Berdasar fase-fase yang dilalui oleh korban ini akan menjadikan individu mampu untuk benar-benar memaafkan setelah mengalami empat tahap dalam proses memaafkan



## Perceraian

### 1. Definisi Perceraian

Perceraian secara terminologi berasal dari kata dasar cerai yang berarti pisah, kemudian mendapat awalan per yang berfungsi pembentuk kata benda abstrak kemudian menjadi perceraian yang berarti hasil dari perbuatan cerai. Istilah perceraian terdapat dalam pasal 38 UU No. 1 Tahun 1974 yang memuat ketentuan fakultatif bahwa “Perkawinan dapat putus karena Kematian, perceraian dan atas putusan Pengadilan”. Jadi secara yuridis perceraian berarti putusnya perkawinan, yang mengakibatkan putusnya hubungan sebagai suami istri (Rajafi, 2018).

### 2. Faktor-Faktor Penyebab Perceraian

Widiyanti dan Lestari (2014) menjabarkan faktor-faktor penyebab perceraian antara lain yaitu masalah keperawanan, ketidaksetiaan salah satu pasangan hidup, tekanan ekonomi keluarga, tidak mempunyai keturunan, salah satu pasangan hidup meninggal dunia, perbedaan prinsip (ideologi dan agama).

### 3. Dampak perceraian pada anak

Menurut Cole (2003) mengatakan ada 6 dampak negatif utama yang dirasakan oleh anak-anak akibat perceraian orang tua yaitu :

a) Penyangkalan (*Denial*)

Penyangkalan adalah salah satu cara yang sering digunakan seorang anak untuk mengatasi luka emosinya dan melindungi dirinya dari perasaan dikhianati, kemarahan dan perasaan dikhianati. Penyangkalan yang berkepanjangan merupakan indikasi bahwa anak yakin dialah penyebab perceraian orang tuanya.

b) Rasa Malu (*Shame*)

Rasa malu merupakan suatu emosi yang berfokus pada kekelahan atau pelanggaran moral, membungkus kekurangan diri dengan membuat kondisi pasif atau tidak berdaya.

c) Rasa Bersalah (*Guilt*)

Rasa bersalah adalah perasaan melakukan kesalahan sebagai suatu sikap emosi umumnya menyangkut konflik emosi yang timbul dari kontroversi atau yang dikhayalkan dari standar moral atau sosial, baik dalam tindakan atau pikiran (Drever, 1998). Perasaan ini timbul karena adanya harapan yang tidak terpenuhi, serta perbuatan yang melanggar norma dan moral yang berlaku. Serta adanya perbuatan yang bertentangan dengan kata hati. Anak biasanya lebih percaya bahwa perceraian orang tua disebabkan oleh diri mereka sendiri, walaupun anak-anak yang lebih besar telah mengetahui bahwa perceraian itu bukan salah mereka, tetap saja anak merasa bersalah karena tidak menjadi anak yang lebih baik.

d) Ketakutan (*Fear*)

Anak menderita ketakutan karena akibat dari ketidakberdayaan mereka dan ketidakamanan yang disebabkan oleh perpisahan kedua orang tuanya. Anak menunjukkan ketakutannya ini dengan cara menangis atau berpegangan erat pada orang tuanya atau memiliki kebutuhan untuk bergantung pada benda kesayangannya seperti boneka.

e) Kesedihan (*Sadness*)

Sedih adalah reaksi yang paling mendalam bagi anak – anak ketika orang tuanya berpisah. Anak akan menjadi sangat bingung ketika hubungan orang tuanya tidak berjalan baik terutama jika mereka terus menerus menyakiti, entah secara fisik maupun verbal.

f) Rasa marah atau kemarahan (*Anger*)

Setiap anak mempunyai tanggapan yang berbeda-beda mengenai perceraian, sehingga perceraian orang tua akan menimbulkan dampak psikologis dalam diri anak.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Penelitian kualitatif dapat diartikan sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Pendekatan dalam penelitian ini adalah fenomenologi. Menurut Creswell (2016),

studi fenomenologi menggambarkan pengalaman hidup untuk beberapa orang tentang sebuah konsep atau fenomena. Selanjutnya Creswell (2016) peneliti fenomenologis berusaha mencari mengenai hal-hal yang perlu (esensial), struktur invarian (esensi) atau arti pengalaman yang mendasar dan menekankan pada intensitas kesadaran di mana pengalaman terdiri dari hal-hal yang tampak dari luar dan hal-hal yang berada dalam kesadaran masing-masing berdasar pada memori, image, dan arti.

### **Subjek Penelitian.**

Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang dan memiliki orang tua yang bercerai dan telah melakukan *forgiveness* pada kedua orang tua nya. Subjek I berinisial ARS berusia 19 tahun, anak ke 1 dari 3 bersaudara merupakan mahasiswi di universitas swasta di Jakarta. Subjek ke 2 yaitu SS berusia 21 tahun, anak ke 4 dari 4 bersaudara, yang juga merupakan mahasiswa di universitas swasta di Jakarta.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data adalah strategi atau cara yang dilakukan peneliti guna mengumpulkan data-data yang valid dari responden serta bagaimana peneliti menentukan metode yang tepat untuk memperoleh data kemudian mengambil kesimpulan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *indepth interview* dan observasi. *Indepth interview* dilakukan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan mengajukan pertanyaan antara pewawancara (*interviewer*) dan dengan yang diwawancarai (*interviewee*). Sedangkan observasi yang dilakukan oleh peneliti adalah observasi deskriptif di mana peneliti semua yang ada secara menyeluruh mendeskripsikan semua yang diamati (Creswell, 2016).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Fase-fase *Forgiveness***

#### **1. Fase Pembukaan**

Kedua subjek mengalami rasa tidak percaya bahwa orangtuanya memutuskan untuk bercerai karena selama ini orang tua mereka terlihat baik-baik saja dan lebih memilih jalan bercerai dibandingkan dalam menyelesaikan permasalahan. Subjek ARS merasa keputusan bercerai merupakan keputusan emosi sesaat.

*“Ya waktu tau sih aku ga percaya ya sebenarnya. Aku ngerasanya gamungkin aja gitu mama papa mutusin untuk cerai. Gak ada cara lain gitu yang bisa dilakuin yang lebih baik dibandingkan harus bercerai, masa cerai ga mungkin lah, gapercaya mereka bisa mikir untuk cerai gitu. Iya pokoknya ga percaya lah aku masih nge-deny aja gitu kaya ah mungkin ini cuman sementara gitu kaya cuman emosi sesaatnya mama sama papa aja gitu belum final” (W.R01.01.78-89).*

*“Gue sih pertamanya belum ngeh aja dan gapercaya kaya “divorce? Ini nyokap bokap serius atau becanda sih?”. Gue sama kakak-kakak gue ya nanya aja gitu beneran mau divorce eh taunya mereka beneran. Kita masih gapercaya sih kaya yang ga nyangka banget kalau mereka tiba-tiba mau divorce” (W.R02.01.26-34).*

Selanjutnya kedua subjek sama-sama merasakan marah kepada orangtuanya. Subjek merasa dikhianati oleh kedua orangtuanya karena orangtuanya memutuskan untuk bercerai tanpa mendiskusikan hal tersebut terlebih dahulu dengan anak-anaknya. Subjek ARS merasa orangtuanya tidak peduli dengan perasaan anak-anaknya dan hanya mementingkan kepentingan mereka saja. Subjek ARS sempat mengurung diri dikamar dan tak mau berbicara dengan ibunya. Subjek ARS sempat menyibukkan diri diluar rumah dengan berbagai kesibukannya. Subjek ARS bahkan juga sempat berteriak kepada ibunya, sedangkan subjek SS pergi ke rumah temannya untuk menenangkan diri.

*“ Di situ rasanya marah sih kaya dikhianatin gitu kaya ngerasa mama papa egois banget mutusin untuk cerai tanpa mempertimbangin pendapat anak-anaknya. Aku sih ya waktu itu ngurung diri aja dikamar dan kaya gamau ngomong sama mama gitu soalnya kesel aja mama kok bisa kepikiran untuk gugat cerai papa dan papa juga bisa segitunya nge-iyain kemauan mama yang menurut aku tuh gegabah banget. Aku sempet suka ga pulang beberapa kali, kaya nginep gitu atau jalan-jalan sama temen, nyibukin diri lah sama urusan diluar rumah. Aku juga sempet teriak ke mama sih waktu itu dan bilang mama ga mikirin perasaan anak-anak yang punya harapan bisa ngumpul lagi ” (W.R01.01.90-106).*

*“ Habis itu gue sempet marah sih sama nyokap bokap. Kaya yang bilang mereka ga mikirin anak-anak kalau sampe divorce, gue waktu itu sempet pergi cabut ke rumah temen sih karna gue marah. Gue waktu itu marah tapi lebih ke gue lampiasin ke aktivitas aja gue sibuk-sibukin diri, itu bertahan kaya sebulan kali ya, ga lama kali ya itu itungannya ” (W.R02.01.35-40).*

## 2. Fase Pengambilan Keputusan

Subjek ARS dan SS merasa sudah tidak bisa marah lagi dengan orangtuanya. Kedua subjek merasa sedih dengan keadaan keluarganya yang hubungannya hancur dan tidak bisa diperbaiki lagi. Subjek ARS dan SS juga sedih bila melihat orang lain yang orangtuanya masih bersama-sama dalam biduk rumah tangga.

*“ Disitu sedih sih, bener-bener yang namanya nangis terus deh. Berasa aja gitu hubungan keluarga aku udah ancur dan udah gabisa diapa-apain lagi. Kalau lagi sendirian berasa banget kan sedihnya jadi aja nangis, kalau ngeliat yang ngingetin tentang mama papa dan memori kita ya aku juga nangis karena gimanapun juga keinget saat-saat mama papa masih baik-baik aja, trus aku setiap doa juga nangis sedih kan curhat aja gitu ke Tuhan keadaan aku sedih ngeliat keluarga aku hancur gitu kayanya, trus apalagi kalau ngeliat orang lain sama orangtuanya dimanapun itu aku nangis, semuanya serba airmata deh. ” (W.R01.02.10-20).*

*“ Cuman sempet sedih aja kok bisa kaya gini keadaannya down aja sih apalagi kan ini statusnya tuh gue sama kakak-kakak gatau kalau bokap nyokap ada segitu masalah sampe divorce. Iya , tetep sedih cuman ya dijalanin aja kan, itu lumayan lama ya apalagi kalau kumpul-kumpul keluarga dan liat yang lain nyokap bokapnya masih bareng kan agak malu dan sedih juga ” (W.R02.01.41-53).*

Selanjutnya, kedua subjek memutuskan memaafkan kedua orangtuanya dan membina kembali hubungan baik dengan orangtuanya. Kedua subjek tidak ingin hubungan dengan orang tua mereka hancur, setelah kedua subjek tenang akhirnya kedua subjek memaafkan orang tua mereka dan berusaha menjalin hubungan baik kembali.

*“Ya sesudah itu... akhirnya aku pikir masa aku mau begini terus hubungannya sama mama papa. Aku merenung aja sih mikir...*

*apa aku mau begini terus, udah mama papa cerai terus hubungan aku sama mereka juga berantakan gitu. Akhirnya aku pikir ya mau diapain lagi kan emang mereka gabisa sama-sama lagi dan ini juga pasti mereka udah pertimbangin baik-baik. Aku juga gabisa maksa kan mereka untuk bareng-bareng kalau mereka juga menderita”(W.R.01.02, 21-25).*

*“Nah itu dia, yang bikin lebih terharunya, gue liat banget usaha nyokap bokap untuk tetep jaga hubungan baik sebagai orangtua. Mereka tetep punya kerja sama yang baik buat ngebesarin anak-anak. Terus yang gue salutnya lagi, nyokap bokap jadi lebih bisa ngeluangin waktu buat gue dan kakak-kakak meskipun mereka sibuk, gue juga bisa ketemu sama mereka berdua kapanpun gue dan kakak-kakak gue mau. Disitu gue percaya sih mereka usaha banget dan hal itu bikin hati gue lebih adem.” (W.R02.01.54-59).*

### 3. Fase Tindakan

Pada tahap ini baik subjek ARS dan SS sudah mulai menerima mengenai keadaan orang tua mereka yang memang tidak bisa dipersatukan kembali. Seiring berjalannya waktu mereka paham mengenai keputusan orang tua mereka yang bercerai, dan akhirnya baik subjek ARS maupun SS mampu berpikir positif kepada orang tua mereka dan membuka hati untuk memaafkan kesalahan orang tua mereka dengan harapan meskipun orang tua berpisah namun kedekatan anak terhadap orang tua tetap terjalin baik.

*“ Aku akhirnya mutusin untuk maafin mama papa dan coba kaya bangun hubungan baik lagi sama mereka. Ya aku maafin karena aku gamau hubungan aku yang dekat sama mama papa hancur. Aku pengen walaupun mama papa cerai kita tetep bisa dekat satu sama lain kaya biasanya.” (W.R01.02.25-34).*

*“Akhirnya setelah berapa lama ya, setaun kali ya setelah mereka cerai gue bisa percaya lagi sama mereka dan gue mutusin untuk berdamai dengan mereka” (W.R02.01.60-62).*

### 4. Fase Pendalaman

Pada tahap ini, baik subjek ARS maupun SS telah dapat mengambil hikmah atas kejadian perceraian orang tua mereka. Ada proses pembelajaran kehidupan bagi kedua subjek. Bagi subjek ARS dengan bercerainya orang tua dapat membuat dirinya menjadi lebih dewasa

dalam menghadapi permasalahan, dan subjek ARS mengakui bahwa memaafkan memang bukan hal yang mudah, namun bukan berarti tidak bisa, hanya butuh proses untuk melewatinya. Sedangkan subjek SS juga menemukan hikmah setelah orang tua bercerai ternyata orang tua tetap memiliki waktu untuk anak-anaknya, sehingga proses pemaafan dan memperbaiki hubungan semakin mantap.

*“Aku udah maafin pokoknya dan udah bisa terima kalau mama sama papa udah gabisa sama-sama. Ya buat aku sih dari sini aku belajar untuk bisa lebih dewasa aja gitu dalam nangepin sesuatu, dan maafin kesalahan orang sama aku. Ga gampang sih menurut aku, tapi ya menurut aku sih kalau kita mau ngelewat in prosesnya kita pasti bisa sih”* (W.R.01.02, 39-43).

*“After all mereka itu orangtua gue dan gue sayang mereka. Akhirnya gue maafin mereka dan gue juga memperbaiki hubungan sama mereka. Well, who would have thought kalau perceraian bokap nyokap malah bikin kita sekeluarga jadi lebih akrab dan hangat satu sama lain? Itu sih yang bikin gue semakin mantep buat maafin mereka dan ngebenerin hubungan sama mereka.”* (W.R02.01.61-65).

## B. *Total Forgiveness*

*Forgiveness* pada kedua subjek merupakan *total forgiveness* dimana kedua subjek sudah menghilangkan rasa tidak percaya, rasa marah, kemudian hubungan antara korban dengan pelaku kembali secara total seperti keadaan sebelum peristiwa menyakitkan terjadi.

*“Sekarang hubungan aku sama mama papa baik-baik aja, udah kaya sebelum mereka cerai sih, udah no hard feeling lah pokoknya. Aku sih makin dekat sama mama dan makin sering sharing segala apapun sama mama.”* (W.R01.02.36-40)

*“Sekarang hubungan gue dan bokap nyokap adem ayem, gue masih tinggal bolak-balik sama dua-duanya, bokap nyokap malahan jadi occasionally jalan sama gue dan kakak-kakak gue.”* (W.R02.01.66-69).

## Diskusi

Sebelum memasuki tahap *total forgiveness* ada beberapa fase yang dilalui oleh seseorang ketika memaafkan individu lain. Proses *forgiveness* merupakan proses yang terjadi secara perlahan dan memerlukan waktu. Menurut Enright (2001) fase yang harus dilewati dalam proses memaafkan diantaranya yaitu:

1. Fase pembukaan (*Uncovering Phase*)

Fase ini meliputi pertentangan terhadap rasa sakit emosional yang terjadi akibat dari peristiwa menyakitkan yang dialami oleh individu. Pada fase ini individu akan mengalami dan merasakan luka yang benar-benar dirasakan saat terjadinya peristiwa tersebut.

Selanjutnya, apabila dikaitkan dengan temuan di lapangan ditemukan bahwa apa yang dirasakan oleh kedua subjek pertama kali adalah rasa ketidakpercayaan, marah, serta sedih akan perceraian kedua orang tuanya dimana kedua subjek tidak merasa dilibatkan dalam pengambilan keputusan orang tua mereka, dan merasa bahwa orang tua mereka cukup egois karena tidak memikirkan kondisi anak-anak.

2. Fase pengambilan keputusan (*Decision phase*)

Pada fase ini seseorang mendapatkan pemahaman yang sesuai tentang *forgiveness* dan pada fase ini individu memutuskan untuk memberikan *forgiveness* dengan dasar pemahaman yang telah di dapatkannya dan korban menyadari bahwa keputusan yang diambil untuk memaafkan menguntungkan bagi diri individu dan juga membaiknya kembali hubungan.

Selanjutnya, apabila dikaitkan dengan temuan pada kedua subjek ditemukan bahwa setelah merasa tidak percaya dengan keputusan orang tuanya untuk bercerai. Seiring berjalannya waktu kedua subjek akhirnya mulai tenang. Setelah kedua orangtua memutuskan bercerai, kedua subjek menenangkan diri dengan mengisi kegiatan bersama dengan teman-temannya, dan mencoba untuk tidak berbicara dengan orang tua mereka. Namun, karena orang tua dari kedua subjek terus berusaha memberi pengertian yang baik dan menunjukkan kepada kedua subjek bahwa perceraian tidak membuat mereka jauh kepada salah satunya, akhirnya kedua subjek berani membuka hai kembali.

3. Fase tindakan (*Work Phase*)

Pada fase ini dalam diri individu terjadi pembentukan perspektif berpikir yang baru (*reframing*) dan memulai untuk berpandangan lebih



positif terhadap pelaku, sehingga menghasilkan perubahan positif yang terjadi pada diri sendiri, orang lain dan juga hubungan.

Selanjutnya, apabila dikaitkan dengan temuan pada kedua subjek, setelah orang tua mereka mampu menunjukkan kedekatan kepada anak-anak nya meskipun telah bercerai, akhirnya membuat kedua subjek terbuka untuk memaafkan dan berlanjut pada pembentukan pola pemikiran baru bahwa apabila kedua subjek tidak menjalin hubungan baik kembali dengan kedua orang tua mereka, tentunya akan merugikan diri mereka sendiri. Pada akhirnya kedua subjek tidak hanya memaafkan namun menjalin hubungan baik kembali dengan orang tuanya.

#### 4. Fase pendalaman (*Deepening phase*)

Pada fase ini seseorang akan menemukan makna bagaimana rasanya sebuah penderitaan, merasakan hubungan lebih terhadap pelaku, serta berkurangnya emosi negatif dalam diri, sehingga menjadikan individu mengetahui sesungguhnya makna dari sebuah penderitaan dalam diri jika tidak mampu untuk memaafkan. Dari fase-fase yang dilalui oleh korban ini akan menjadikan individu mampu untuk benar-benar memaafkan setelah mengalami empat tahap dalam proses memaafkan.

Selanjutnya, apabila dikaitkan dengan temuan dari kedua subjek ditemukan bahwa kedua subjek pada akhirnya menemukan pemaknaan terhadap perceraian orang tua mereka. Subjek ARS merasa dirinya menjadi lebih dewasa dan mampu melewati permasalahan dengan lebih baik saat ini, sedangkan subjek SS menyadari bahwa dahulu sebelum orang tua bercerai mencari waktu kebersamaan sangatlah sulit, namun saat ini, kapanpun anak-anak membutuhkan kedua orang tua mereka, mereka selalu meluangkan waktu, dan pada akhirnya hubungan dengan orang tua terjalin dengan baik.

## **KESIMPULAN**

Berdasar hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kedua subjek ARS dan SS telah mengalami total forgiveness dengan baik. Dengan kata lain mereka dapat memaafkan kedua orang tua mereka atas perceraian orang tua yang terjadi. Orang

tua memegang peranan penting dalam proses pemaafan (*forgiveness*) anak. Ketika anak tetap diberikan pengertian dan tetap menjalin kedekatan pada anak meskipun orang tua telah bercerai, akan membantu anak dalam proses pemaafan. Emosi negatif yang semula dirasakan anak akibat perceraian, bisa dihilangkan secara perlahan-lahan oleh orang tua mereka melalui pembuktian bahwa orang tua akan selalu ada untuk anak-anak meski telah bercerai, maka membuat anak mampu mengerti dan terjadilah pemaafan (*forgiveness*) kepada kedua orang tua mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Baumeister, R. F., Exline, J. J., & Sommer, K. L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness* (pp. 79-104). Philadelphia: Templeton.
- Cole, K. (2003). *Mendampingi anak menghadapi perceraian orang tua* (Terjemahan). Jakarta: Pustaka karya.
- Creswell, J.W. (2016). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dewantara, Ki Hajar. (1961). *Ilmu pendidikan*. Yogyakarta: Taman Siswa.
- Enright, R. (2001). *Forgiveness is a choice*. Washington: APA.
- Hargrave, T.D., & Sells, J.N. (1997). The Development of forgiveness scale. *Journal of Marital & Family Therapy*, 23(1), 41-62.
- Karremans, J.C, Paul, Van Lange, A.M., & Ouwerkerk. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34 (5), 1011-1026.
- Kurniawan, A. (2017, Mei 26). *Petra Sihombing: Orangtua gue cerai, karier anjlok, uang menipis*. Tabloid Bintang. Diunduh dari <https://www.tabloidbintang.com/berita/polah/read/68468/petra-sihombing-orangtua-gue-cerai-karier-anjlok-uang-menipis>.
- Lopez, Shane, J., & C.R. Snyder. (2004). *Positive psychological assesment a handbooks of models and measures*. Washington: APA.
- McCullough (2000). Forgiveness as human strength: Theory, Measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19 (1), 43-55.
- Rajafi, A. (2018). *Tinjauan fiqh Islam nusantara terhadap maraknya cerai gugat di Indonesia*. Yogyakarta: Istana Publishing.
- Tim Redaksi. (2009, Desember 30). *Ortu cerai, anak bagaimana?*. *Okezone*. Diunduh dari <https://lifestyle.okezone.com/read/2009/12/30/196/289352/ortu-cerai-anak-bagaimana>
- Tim Redaksi. (2015, Desember 22). *Perceraian terus meningkat*. *Republika*. Diunduh dari <https://www.republika.co.id/berita/koran/khazanah-koran/15/12/22/nzr29730-perceraian-terus-meningkat>.
- Worthington, E. L., Jr., & Wade, N. G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(4), 385-418.
- Widiyanti, A., & Lestari, P. (2014). *Faktor-Faktor Penyebab Perceraian Pada Keluarga Tenaga Kerja Wanita (Tkw) Di Desa Citembong, Kecamatan*

Bantarsari, Kabupaten Cilacap (Skripsi dipublikasikan). Universitas Negeri Yogyakarta: Yogyakarta.

Zechmeister, J.S, & Romero, C. (2002). Victim and Offender Accounts of Interpersonal Conflict: Autobiographical Narratives of Forgiveness and Unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (4), 675-686.