

BAGAIMANA REMAJA MEMAAFKAN PERCERAIAN ORANG TUANYA: SEBUAH STUDI FENOMENOLOGIS

Silfana Amalia Nasri, Haiyun Nisa, Karjuniwati
silfana.nasri@gmail.com; haiyunnisa@unsyiah.ac.id; karjuniwati@yahoo.com
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala

ABSTRAK

Memaafkan adalah upaya yang melibatkan pikiran, perasaan, dan tindakan tertentu oleh individu yang tersakiti untuk memutuskan tidak menghukum pihak yang telah berperilaku tidak menyenangkan baginya, mengurangi rasa dendam, benci, dan emosi-emosi negatif lainnya serta mengalami kelegaan emosi setelahnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika memaafkan pada remaja yang orang tuanya bercerai di Kota Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden dalam penelitian ini berjumlah tiga orang remaja dengan karakteristik berdomisili di Banda Aceh, merupakan anak kandung dari orang tua yang bercerai dan bersedia menceritakan pengalamannya terkait perceraian orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga responden memiliki dinamika memaafkan yang berbeda-beda. Dari tiga orang responden yang diwawancarai, hanya satu orang responden yang mampu memaafkan, satu orang belum mampu memaafkan, dan satu orang lainnya tidak ingin memaafkan. Proses memaafkan sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan dengan pihak yang dianggap bersalah, serta pemaknaan dan penghayatan rasa sakit hati yang dirasakan oleh responden terhadap pihak yang dianggap bersalah dan juga terhadap peristiwa yang dialami responden.

Kata kunci: memaafkan, remaja, perceraian orang tua.

ABSTRACT

Forgiveness is an effort that involves certain thoughts, feelings, and actions by the offended individuals to decide not to punish the perpetrators. It lessens the resentment, hate, and other negative emotions and experience emotional relief thereafter. This study aimed to determine the dynamics of forgiveness in adolescents with parental divorce. This research used qualitative method with phenomenology approach and using purposive sampling technique. The respondents in this study

were three adolescents with characteristics live in Banda Aceh, are the children of divorced parents and are willing to share their experiences regarding parental divorce. The results showed that the three respondents have different dynamics of forgiveness. Of the three respondents interviewed, only one respondent was able to forgive, one was not able to forgive yet, and the other one did not want to forgive. The process of forgiveness was strongly influenced by the quality of relationships with the perpetrator, as well as how the respondents interpret their experiences and feelings towards the perpetrator.

Keywords: *forgiveness, adolescent, parental divorce.*

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan salah satu bagian terpenting dalam kehidupan manusia yang setiap hari selalu berinteraksi dengan manusia. Setiap manusia pasti ingin memiliki keluarga yang harmonis dan ideal, namun pada kenyataannya tidak semua anggota keluarga mampu menjalankan perannya dengan baik, menyebabkan fungsi keluarga tidak dapat berjalan secara maksimal, sehingga hal tersebut adakalanya menjadi penyebab perselisihan yang berujung pada perceraian dalam keluarga sebagai akibat dari hilangnya keserasian untuk mempertahankan keutuhan keluarga (Waluya, 2007).

Perceraian dapat menjadi satu-satunya jalan bagi orang tua untuk dapat terus menjalani kehidupan sesuai yang diinginkan, namun apapun alasannya, perceraian dapat menjadi suatu peristiwa yang banyak menimbulkan stres bagi kehidupan anak, khususnya yang berada pada usia remaja (Stambaugh, Hector, & Carr, 2011), meskipun dalam kasus-kasus tertentu perceraian dianggap merupakan alternatif terbaik daripada membiarkan anak tinggal dalam keluarga dengan kehidupan pernikahan yang buruk (Tasmin, 2002).

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Stambaugh, Hector, dan Carr (2011) ditemukan bahwa perceraian orang tua dapat memberikan efek positif, antara lain dapat keluar dari situasi konflik, rasa tidak puas, dan perbedaan paham yang terus menerus terjadi di antara orang tua, namun perceraian juga dapat memberikan

efek negatif bagi anak seperti stres, ketakutan, kemarahan, kesedihan, dan kekecewaan. Pada remaja, perceraian dapat menggoreskan luka batin yang dalam dan memicu ketidakstabilan emosi. Remaja akan menjadi stres, sehingga sering mengalami ketakutan, kecemasan hingga depresi. Kondisi-kondisi tersebut diakibatkan oleh rasa sakit hati yang berasal dari rasa marah, benci, dan kesedihan yang timbul sebagai dampak dari perceraian, sehingga remaja akan mengembangkan kebencian pada kejadian, ataupun pihak-pihak yang menimbulkan rasa sakit hati tersebut. Perceraian tidak hanya akan menimbulkan kebencian pada kedua orang tua, tetapi juga pada dirinya sendiri, sehingga remaja akan berusaha menghindari dari orang tuanya dan membenci dirinya sendiri (Dagun, 2002).

Harsanti dan Verasari (2013) juga menyatakan bahwa remaja yang orang tuanya bercerai lebih rentan terlibat dalam kenakalan remaja. Remaja merasa malu dengan teman-temannya karena orang tuanya berpisah. Selain itu masa remaja yang merupakan masa peralihan dan penuh gejolak membuat remaja membutuhkan arahan dan kedekatan dengan kedua orang tuanya, namun perceraian yang terjadi justru mengganggu peran kedua orang tua dan remaja pun kesulitan memperoleh bimbingan dari kedua orang tuanya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal tersebut adalah melalui proses pemaafan terhadap pihak-pihak yang telah menimbulkan rasa sakit. Memaafkan menjadi sangat penting bagi remaja yang orang tuanya bercerai untuk dapat terus mempertahankan hubungan baik dengan orang tuanya agar dapat memberikan dampak positif bagi diri sendiri dan anggota keluarga yang lainnya. Memaafkan dapat membuat remaja menumbuhkan sikap positif terkait konflik orang tuanya, tidak terlalu terpuruk dalam konflik orang tuanya, dan dapat mengembangkan pola komunikasi yang baik dengan orang tuanya pasca perceraian (Setyawan, 2007). Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana remaja memaafkan orang tuanya yang bercerai.

TINJAUAN TEORI

Memaafkan

McCullough, Pargament, dan Thoresen (2000), mendefinisikan memaafkan sebagai seperangkat motivasi yang berhubungan dengan emosi, pikiran, dan tingkah laku untuk mengubah individu agar tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian, serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti, sehingga dampak dan penghakiman yang negatif terhadap orang yang menyakiti dapat dikurangi. Terdapat set perubahan motivasi yaitu: (a) *Revenge motivations*, yaitu menurunnya motivasi individu untuk membalas dendam terhadap orang yang telah menyakitinya; (b) *Avoidance motivations*, yaitu menurunnya motivasi untuk menghindari pelaku; dan (c) *Benevolence motivations*, yaitu munculnya dorongan untuk berbuat baik dan keinginan untuk berdamai dengan orang yang telah melakukan kesalahan (McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000). Memaafkan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu empati, atribusi atau penilaian terhadap pelaku dan kesalahannya, tingkat kelukaan yang dirasakan, karakteristik kepribadian, kualitas hubungan dengan pelaku kesalahan (Faturochman & Wardhati, 2001), variabel sosial-kognitif, dan karakteristik serangan (McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000).

Perceraian

Perceraian adalah berpisahnya suami istri yang disebabkan oleh adanya ketidakstabilan perkawinan (Zuhdiyati, 2011) yang tidak bisa diselesaikan melalui negosiasi kedua belah pihak, sehingga tidak kembali utuh atau berpisah dalam suatu ikatan perkawinan dan secara resmi diakui oleh hukum yang berlaku (Sudarsono, 2005). Rich dan Dolgin (2008) menjelaskan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap psikologis remaja yang mengalami perceraian orang tua. Pertama, adanya trauma terhadap konflik yang mengarah ke perceraian. Remaja yang orang tuanya bercerai menyaksikan pertengkaran orang tuanya dan mengalami tekanan di dalam

rumah. Faktor kedua adalah remaja mengalami trauma dengan perceraian, mengalami kebingungan dan sering bertanya kepada dirinya sendiri mengenai dimana dan dengan siapa ia akan tinggal, dan apakah orang tuanya masih menyayangnya. Selain itu remaja juga merasakan kekecewaan, keputusan, rasa tertekan dan kehilangan harapan, sehingga remaja cenderung mengisolasi diri dari dunia luar yang kemudian memicu remaja untuk menunjukkan kemarahan pada pihak yang terlibat perceraian, khususnya orang tua. Jika kemarahan tidak dapat tersalurkan, remaja cenderung melampiaskan amarahnya kepada benda-benda yang ada di sekitarnya (Aminah, Andayani, & Karyanta, 2012). Rich dan Dolgin (2008) juga menambahkan bahwa efek jangka panjang yang dialami oleh remaja yang berasal dari keluarga yang bercerai adalah remaja cenderung menunjukkan perilaku maladaptif dibandingkan remaja dari keluarga yang utuh. Remaja dari keluarga yang bercerai melakukan hal-hal buruk di sekolah, terlibat pelanggaran, kurang dapat bergaul dengan teman sebayanya, terlibat dalam aktivitas seksual yang lebih dewasa sebelum waktunya, cenderung menggunakan obat-obatan psikotropika, dan remaja yang orang tuanya bercerai cenderung akan mengalami perceraian dengan pasangannya di masa yang akan datang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*, yaitu menentukan responden berdasarkan kriteria tertentu. Adapun jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah tiga orang dengan nama samaran Annisa, Syahrul, dan Sherly, dan dengan karakteristik sebagai berikut: (a) Remaja yang merupakan anak kandung dari orang tua yang bercerai; (b) Berusia 12 – 20 tahun; (c) Berdomisili di Banda Aceh; dan (d) Bersedia menceritakan pengalamannya terkait perceraian orang tuanya.

Tabel 1.
Profil Responden

Nama Samaran	Jenis Kelamin	Usia (Tahun)	Usia Ketika Orang Tua Bercerai (Tahun)
Annisa	Perempuan	18	15
Syahrul	Laki-laki	17	7
Sherly	Perempuan	12	10

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer yang didapatkan melalui wawancara terstruktur. Setelah mendapatkan data, maka peneliti selanjutnya menganalisis data dengan mengorganisasikan data melalui proses koding, analisis tematik, dan interpretasi.

HASIL PENELITIAN

Analisis hasil penelitian dilakukan dengan mengelompokkan pengalaman-pengalaman yang serupa di antara ketiga responden ke dalam beberapa tema. Pengelompokan tema disusun dengan mengacu pada aspek-aspek memaafkan McCullough, Pargament, dan Thoresen (2000) sebagai berikut:

Aspek 1: Menurunnya motivasi membalas dendam.

Tema 1: Merasa sedih dengan keadaan keluarganya.

Pada Annisa, ia merasa sedih dan kacau karena tidak memiliki keluarga yang utuh, sedih dan kasihan dengan ibunya karena setelah bercerai harus bekerja menghidupi keluarga. Hal yang tidak jauh berbeda juga dirasakan oleh Syahrul. Ia merasa kehilangan dan iri dengan teman-temannya yang memiliki keluarga yang utuh.

“Sejak SMP saya sudah mulai merasa kehilangan. Orang lain punya orang tua, saya sendiri gak punya. Dibilang bapaknya masih hidup, iya. Kalau dibilang mati, tidak juga. Jadi bingung, mau dibilang anak yatim, bapaknya masih idup. Dibilang punya orang tua tapi seperti tidak punya. Iri lah, mereka kan hidupnya bahagia. Kalau saya hidupnya susah, dari kecil memang sudah sedih.” (Syahrul)

Tidak jauh berbeda dengan Syahrul, Sherly juga merasa sedih dengan keadaan keluarganya dan merasa sakit hati karena sering diejek mengenai keadaan keluarganya oleh teman-temannya.

"Kan waktu pertama kali papu masuk penjara teman-teman Sherly banyak tanya. Padahal mereka sudah tau bapak Sherly dimana, tapi mereka tanya "bapakmu dimana?", "ada tuh di sana". "Bukan di penjara?" kan Sherly sakit hati. Kemudian diejek "eh bapaknya masuk penjara". Maka dari itu Sherly minta mami untuk cepat ceraikan papu. Sherly setiap pulang ke rumah nangis setiap hari". (Sherly)

Tema 2: Adanya kemarahan terhadap ayah.

Ketiga responden mengalami kemarahan terhadap ayahnya. Sebelum orang tuanya bercerai, Annisa merasa marah dan kesal kepada ayahnya karena melakukan KDRT (Kekerasan dalam Rumah Tangga) kepada ibunya dan ayahnya diam-diam telah menikah lagi. Begitu pula dengan Syahrul, ia marah dan benci kepada ayahnya karena telah menelantarkannya, dan kemudian menjadi semakin benci kepada ayahnya karena ayahnya mengganti nomor telepon genggamnya tanpa memberitahukan kepadanya dan telah menikah lagi tanpa sepengetahuannya. Pada Sherly, perlakuan ayahnya terhadap Sherly dan ibunya membuatnya sangat marah dan benci kepada ayahnya. Bahkan ia juga mengatakan bahwa ia sudah tidak memiliki rasa sayang terhadap ayahnya.

"Gak ada lagi rasa sayang. Yang ada itu, misalnya adik-adik semangat memanggil Papu, Sherly tidak seperti itu. Sekarang kalau liat papu biasa saja. Untuk apa datang-datang? Setelah itu Sherly balik ke kamar, nonton, main HP." (Sherly)

Tema 3: Keinginan membalas dendam.

Sherly mengatakan bahwa ia tidak ingin membalas dendam terhadap ayahnya. Sementara Syahrul mengatakan bahwa ia sempat memiliki keinginan untuk membunuh ayahnya. Pada Sherly, ia menyatakan bahwa ia sangat ingin membalas

dendam. Ia ingin memperlakukan anak dan istri baru ayahnya sama seperti perlakuan ayahnya terhadap ia dan ibunya.

*“Kan Sherly sudah bilang, nanti kalo anaknya lahir Sherly buat seperti itu. Sherly usir, Sherly buat keluarganya tidak tenang.”
(Sherly)*

Sherly tahu bahwa tidak seharusnya ia dendam terhadap ayahnya, namun Sherly merasa bahwa ia tidak bisa menghilangkan dendamnya terhadap ayahnya, karena sakit hati yang ia rasakan terhadap ayahnya begitu mendalam.

“Sherly pernah baca buku, lupa apa judulnya. Dibilang kalo kita salah, ada yang boleh dendam, ada yang tidak boleh, tapi seharusnya tidak boleh melakukan dendam. Pokoknya banyak. Tapi Sherly gak mau kalo gak dendam, karna Sherly sudah cukup sakit hati gara-gara cewek itu”. (Sherly)

Sherly menceritakan bahwa jika dibandingkan antara yang dahulu dengan yang sekarang, kemarahan dan keinginannya untuk membalas dendam terhadap ayahnya semakin besar dengan alasan bahwa Sherly tidak mau kedua orang tuanya rujuk dan tidak ingin memaafkan ayahnya seumur hidupnya, bahkan ketika ayahnya sudah meninggal dunia.

“Kalau sekarang lebih marah, lebih dendam. Sherly gak akan mau mami balikan sama papu, Sherly gak akan mau maafin papu seumur hidup Sherly walaupun dia sudah mati.” (Sherly)

Tema 4: Menurunnya rasa marah terhadap ayah.

Pada Annisa, Rasa marah dan kesal berkurang karena ibunya sudah lebih tenang dan tidak mendapat KDRT lagi dari ayahnya dan Annisa juga masih tetap menyayangi ayahnya. Begitu pula dengan Syahrul, rasa marah, benci, dendam dan sakit hatinya telah berkurang sebab ia sudah tidak terlalu memikirkan tentang permasalahan keluarganya. Syahrul takut menjadi jahat jika ia membalas dendam dan ia juga merasa lebih baik setelah rasa marah, benci, sakit hati dan dendamnya menurun.

“Sekarang udah gak sering teringat, udah banyak kawan-kawan. Tapi kan kalau teringat orang tua jadi sayang. rindu juga.” (Syahrul)

Sedangkan pada Sherly kemarahannya terhadap ayahnya tidak menurun, namun semakin meningkat.

“Lebih marah, lebih dendam. Sherly gak akan mau mami balikan sama papu, Sherly gak akan mau maafin papu seumur hidup Sherly walaupun dia mati.” (Sherly)

Aspek 2: Menurunnya motivasi untuk membalas dendam.

Tema 5: Menjaga jarak dan menghindari dari ayah.

Annisa mengatakan bahwa ia dulunya pernah tidak berbicara dengan ayahnya selama lebih dari satu bulan karena pertengkaran keluarganya membuatnya harus diungsikan ke rumah kerabatnya. Sedangkan pada Syahrul, ia tidak berkomunikasi dengan ayahnya sebab ia tidak mengetahui nomor telepon genggam ayahnya. Ia juga merasa ayahnya lari dari tanggung jawab sehingga Syahrul sudah tidak mau mendengar kabar ayahnya lagi. Syahrul mengetahui ayahnya sudah menikah lagi dan tidak ingin keberadaannya mengganggu kehidupan keluarga baru ayahnya.

“Malas lihat istri keduanya. Dia pun udah punya istri lagi, terganggu nanti istri dia yang baru.” (Syahrul)

Sedangkan pada Sherly, ia memutuskan untuk tidak mau berkomunikasi dengan ayahnya, menghindari, tidak mau mempedulikan ayahnya, serta melarang ibu dan adik-adiknya berinteraksi dengan ayahnya. Sherly menyatakan bahwa ia sudah tidak menganggap ayahnya sebagai orang tuanya lagi.

“Sekarang kalau komunikasi sama papu biasa aja, kayak orang gak kenal aja. Kalau dulu misalnya waktu papu keluar kota ditanya “udah makan?”, kita ngomongin ini, itu.. pokoknya perhatian Sherly yang dulu sama sekarang udah

hilang. Gak mau lagi Sherly sama papu. Mendingan Sherly gak punya bapak dari pada punya bapak macam papu.”
(Sherly)

Tema 6: Mulai berinteraksi dengan ayah.

Annisa menceritakan setelah keadaan keluarganya sudah lebih tenang, dan setelah tidak merasa marah lagi dengan ayahnya, perlahan-lahan ia mencoba untuk mendekati ayahnya dengan mencoba berbicara dengan ayahnya. Pembicaraan Annisa dan ayahnya tidak jauh dari hal-hal yang sifatnya kebutuhan sekolah.

“Pelan-pelan. Ngomong sama ayah, cuma tentang sekolah aja, gak banyak. Misalnya: “yah, bayar uang sekolah. Besok udah mau try out.” “iya, besok ayah kasih uang.” Udah gitu aja.” (Annisa)

Aspek 3: Munculnya dorongan untuk berbuat baik dan berdamai dengan pelaku.

Tema 7: Memiliki rasa sayang terhadap ayah.

Annisa menceritakan bahwa walaupun kedua orang tuanya telah bercerai namun ia masih memiliki rasa sayang terhadap ayahnya. Baginya walaupun kedua orang tuanya telah berpisah, namun ia tidak mungkin berpisah dari ayahnya karena ia sangat menyayangi ayahnya.

“Karena masih sayang sama ayah masih. Kalau udah cerai mana mungkin pisah dari ayah, karna sayang sekali sama ayah.” (Annisa)

Selain itu rasa sayang Annisa terhadap ayahnya juga muncul sejak ayahnya menikah dengan ibu tirinya. Menurutny sejak ayahnya menikah lagi dengan ibu tirinya, ayahnya menjadi semakin jauh dari Annisa dan adik-adiknya.

“Sayang liat ayah. Semenjak sama mama tiri ini.. yaa jadi jauh sama anak. Misalnya saya sama adek datang minta uang, marah-marah dia.” (Annisa)

Annisa merasa ia tidak mungkin berpisah dengan ayahnya karena merasa sayang terhadap ayahnya dan ia juga kasihan melihat ayahnya yang semakin jauh dari Annisa dan adik-adiknya. Tidak berbeda jauh dari Annisa, walaupun masih merasa marah dan benci terhadap ayahnya namun terkadang Syahrul juga merindukan ayahnya.

“Gak tau kak.. kadang-kadang benci, kadang rindu. Tapi itu kan faktor waktu juga. Lama-lama kan hati bisa berubah. Kadang-kadang benci, mungkin besok enggak.” (Syahrul)

Tema 8: Memaafkan ayah.

Dibandingkan dengan Syahrul dan Sherly, hanya Annisa yang mampu memaafkan ayahnya. Annisa menceritakan bahwa proses memaafkan ayahnya berlangsung secara perlahan dengan cara Annisa mendekati ayahnya dan mencoba untuk menjalin komunikasi kembali.

“Pelan-pelan prosesnya. Awalnya cuma ngomong biasa sama ayah, lama-lama mulai dekat. Sekarang udah biasa aja sama ayah.” (Annisa)

Kini setelah mampu memaafkan ayahnya, Annisa mengaku merasa senang karena sudah bisa dekat lagi dengan ayahnya.

“Senang sekarang udah bisa dekat lagi sama ayah. Ayah juga udah gak marah-marah lagi.” (Annisa)

DISKUSI

Berdasarkan hasil wawancara, ketiga responden menceritakan pengalamannya terkait perceraian orang tuanya. Bagi ketiga responden perceraian orang tua adalah suatu peristiwa yang menyakitkan dan memalukan. Ketiga responden merasakan kemarahan, kebencian, sakit hati, dan kesedihan terhadap perceraian orang tuanya. Hal ini senada dengan pendapat Rich dan Dolgin (2008) yang mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja yang orang tuanya bercerai

mengalami berbagai macam emosi negatif seperti ketakutan, kemarahan, depresi, perasaan bersalah, kebencian, sakit hati, dan dendam.

Kemarahan yang dirasakan oleh Annisa dan Syahrul terhadap ayah telah berkurang karena kedua responden sudah tidak terlalu memikirkan tentang permasalahan keluarganya lagi. Setelah kedua orang tuanya bercerai, Annisa sudah tidak memikirkan tentang kesalahan ayahnya karena ia melihat ibunya sudah lebih tenang dan tidak mendapatkan KDRT dari ayahnya lagi, seperti pemukulan dan bertengkar dengan suara yang keras. Begitu pula dengan Syahrul, setelah pindah ke Aceh, ia sudah menemukan teman-teman baru dan kegiatan bermain bersama teman-temannya menyebabkan ia tidak terlalu memikirkan tentang permasalahan keluarganya, sehingga kemarahan dan kebencian terhadap ayahnya mulai berkurang.

Ketiga responden menyikapi kemarahannya terhadap ayah dengan cara yang berbeda-beda. Pada umumnya ketiga responden pernah dan masih menghindar dari ayahnya, namun hanya Annisa yang pada akhirnya mampu memaafkan ayahnya. Annisa memutuskan untuk memaafkan ayahnya karena baginya ia masih menyayangi ayahnya dan menganggap bahwa apapun yang terjadi, ayahnya tetaplah orang tuanya. Alasan ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Bono, McCullough, dan Root (2008), serta McCullough, Kurzban, dan Tabak (2013), bahwa individu cenderung untuk lebih mudah memaafkan orang yang memiliki kedekatan dan hubungan yang berkomitmen dengannya. Individu yang mau memaafkan pada dasarnya memiliki motivasi yang tinggi untuk menjalin hubungan baik (Faturochman & Wardhati, 2001).

Annisa memutuskan untuk tidak membalas dendam terhadap ayahnya karena menurutnya hal tersebut tidak perlu dilakukan dan merasa bahwa dalam agama yang diyakininya, membalas dendam adalah sesuatu yang dianggap sebagai perilaku yang berdosa. Kesadaran Annisa ini menunjukkan bahwa memaafkan terkait dengan konsep ajaran agama atau religiusitas. Hal ini diperkuat oleh

pendapat McCullough dan Worthington (1999) bahwa orang-orang yang memiliki spiritualitas atau memiliki konsep religiusitas yang baik cenderung lebih mudah dalam hal memaafkan.

Berbeda dengan Annisa, kesulitan dalam memaafkan dialami oleh Syahrul dan Sherly. Kesulitan dalam memaafkan ayahnya pada Syahrul dan Sherly dikarenakan masih adanya rasa sakit hati akibat perbuatan ayahnya terhadapnya. Sakit hati yang dirasakan sering kali menimbulkan kesedihan yang mendalam. Ketika hal itu terjadi, maka memaafkan menjadi sesuatu yang tidak bisa atau sulit untuk diwujudkan (Faturachman & Wardhati, 2001). Hal yang membedakan antara Syahrul dan Sherly adalah rasa marah, benci, dan sakit hati yang mereka rasakan terhadap ayahnya. Pada Syahrul, ia mengatakan bahwa rasa marah, benci, dan sakit hati yang ia rasakan sudah berkurang karena ia sudah tidak terlalu memikirkan hal tersebut, sedangkan pada Sherly, rasa marah, benci, dan sakit hati yang ia rasakan masih sangat membekas dalam ingatannya. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan oleh McCullough (2000) bahwa kecenderungan untuk mengingat kejadian yang tidak menyenangkan dapat menyulitkan individu dalam memaafkan. Artinya, semakin individu memikirkan kejadian yang membuatnya merasa marah, benci, dan sakit hati, semakin sulit pula bagi individu tersebut untuk memaafkan (McCullough, Bono, & Root, 2007).

Rasa sakit hati yang dirasakan oleh Syahrul dan Sherly menimbulkan adanya keinginan untuk membalas dendam. Pada Syahrul, bentuk balas dendam yang ingin dilakukan adalah dengan membunuh ayahnya, sedangkan pada Sherly bentuk balas dendam yang ia inginkan adalah dengan memperlakukan keluarga ayahnya sama seperti perlakuan ayahnya terhadap keluarganya. Hal ini senada dengan yang dikemukakan oleh Unjacke (dalam McCullough, Kurzban, & Tabak, 2013) bahwa melalui balas dendam individu berusaha untuk membuat orang yang telah melukainya menderita karena orang tersebut telah membuat individu menderita.

Kemampuan individu dalam memaafkan juga memiliki kaitan dengan usia. Pada penelitian ini ketiga responden memiliki usia yang berbeda-beda. Annisa saat ini berusia 18 tahun, Syahrul berusia 17 tahun, sementara Sherly berusia 12 tahun. Diantara ketiga responden, hanya Annisa yang mampu memaafkan ayahnya sepenuhnya, sementara pada Syahrul rasa sakit hati terhadap ayahnya sudah berkurang, namun masih belum mampu memaafkan ayahnya sepenuhnya. Berbeda dengan Annisa dan Syahrul, hanya Sherly yang masih memiliki rasa marah, sakit hati, dendam, serta sangat ingin membalas dendam terhadap ayahnya. Hubungan antara usia dan kemampuan memaafkan juga dijelaskan oleh Enright (dalam Sells & Hargrave, 1998) yang menjelaskan bahwa memaafkan adalah proses perkembangan kognitif sehingga berkaitan dengan usia. Hal ini berkaitan dengan bagaimana kemampuan individu memaknai kejadian yang dialaminya. Oleh karena itu, semakin dewasa individu, semakin lebih mampu ia dalam memaafkan (Girard & Mullet, 1997).

Memaafkan juga dapat memberikan keuntungan secara psikologis. Setelah mampu memaafkan orang tuanya, Annisa merasa senang karena sudah dapat dekat kembali dengan ayahnya. Hal yang tidak jauh berbeda juga diungkapkan oleh Syahrul, walaupun ia belum mampu memaafkan ayahnya secara keseluruhan, namun ia merasa lebih baik setelah mampu mengurangi rasa marah, kebencian, sakit hati dan dendam terhadap ayahnya. Worthington dan Wade (dalam Faturachman & Wardhati, 2001) berpendapat bahwa memaafkan memberikan keuntungan psikologis dan merupakan terapi yang efektif dalam intervensi yang membebaskan seseorang dari kemarahannya dan rasa bersalah.

Tidak selamanya waktu dapat memudahkan proses memaafkan. Berdasarkan hasil penelitian ini, faktor penting dalam proses memaafkan adalah kualitas hubungan dengan pihak yang dianggap bersalah, yang dalam hal ini adalah ayah, dan pemaknaan serta penghayatan terhadap rasa sakit hati yang dirasakan oleh responden. Setiap responden mempunyai kedekatan hubungan yang berbeda

dengan ayahnya sehingga berkaitan dengan pemaknaan dan penghayatan rasa sakit hati tersebut. Kedekatan hubungan atau hubungan yang dinilai positif tersebut membuat responden lebih memahami perasaan orang tuanya, lebih mau menerima kondisi keluarganya, sehingga menjadi lebih mudah dalam memaafkan. Kemampuan individu dalam memaafkan juga terkait dengan karakteristik serangan yang dialaminya. Individu cenderung lebih sulit memaafkan kejadian atau serangan yang dianggapnya sebagai sesuatu yang penting dan bermakna baginya, sehingga semakin penting dan bermaknanya suatu kejadian, semakin sulit pula bagi individu tersebut dalam memaafkan (McCullough, Pargament, & Thoresent, 2000).

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah peneliti cenderung lebih banyak menggali aspek emosional dan upaya-upaya memaafkan pada responden. Peneliti kurang menggali tentang kondisi ekonomi yang mungkin memengaruhi kesejahteraan psikis anak yang berada dalam keluarga yang bercerai, bagaimana perbandingan kehidupan sebelum dan sesudah perceraian orang tua, dan bagaimana responden merefleksikan pengalaman perceraian orang tuanya kepada dirinya sendiri di masa yang akan datang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa memaafkan bukanlah hal yang mudah pada ketiga responden. Ketiga responden mengalami kemarahan, kebencian, rasa sakit hati terhadap ayah, serta kesedihan terkait keadaan keluarganya. Akibatnya perilaku yang ditimbulkan adalah dengan cara menghindar dan menjaga jarak dengan ayahnya, bahkan ingin membalas dendam terhadap ayahnya atas kesakitan di masa lalu yang dialami oleh responden.

Ketiga responden memiliki kemampuan memaafkan yang berbeda-beda. Proses memaafkan sangat bergantung pada kualitas hubungan dengan pelaku yang dianggap bersalah yang dalam hal ini adalah ayah. Selain itu proses memaafkan juga bergantung pada pemaknaan dan penghayatan rasa sakit hati yang dirasakan

oleh responden terhadap ayahnya dan peristiwa yang responden alami. Untuk dapat memaafkan ayahnya yang dianggap bersalah oleh responden, responden membutuhkan kualitas hubungan yang baik terhadap ayahnya serta pemaknaan dan penghayatan positif terhadap ayahnya dan peristiwa menyakitkan yang dialaminya. Dari tiga orang responden penelitian hanya Annisa yang sudah mampu berdamai dengan ayahnya, sementara Syahrul belum mampu memaafkan ayahnya sepenuhnya namun rasa marah, benci, sakit hati dan keinginan membalas dendam kepada ayahnya sudah menurun, sedangkan Sherly menyatakan tidak akan memaafkan ayahnya seumur hidupnya.

Berdasarkan hasil penelitian ada beberapa hal yang peneliti ingin sarankan, yaitu:

1. Kepada remaja yang memiliki orang tua yang bercerai agar dapat lebih terbuka kepada orang terdekatnya dalam mencurahkan perasaannya, serta mengembangkan pemikiran positif dan dapat mengambil hikmah dari peristiwa perceraian orang tua. Selain itu responden juga dapat bergabung ke berbagai komunitas yang sesuai dengan minat dan bakat responden dan yang memiliki kegiatan-kegiatan yang positif agar responden dapat mengalihkan pikiran dari perasaan-perasaan negatif, serta agar dapat memperluas pergaulan dan meningkatkan rasa percaya diri.
2. Kepada orang tua yang bercerai dan memiliki anak di usia remaja, peneliti menyarankan agar orang tua tetap memberikan pemenuhan kebutuhan yang berkaitan dengan *well-being* (kesejahteraan) remaja. Selain itu orang tua juga diharapkan agar dapat menjalin komunikasi yang baik serta menjadi tempat yang dapat dipercaya oleh remaja dalam mencurahkan perasaannya. Komunikasi yang baik serta keterbukaan dan pemberian pemahaman yang baik kepada remaja mengenai kondisi keluarganya akan mempermudah remaja agar dapat lebih menerima keadaan keluarganya dan lebih mudah dalam memaafkan.

3. Kepada pihak sekolah agar dapat memahami kondisi psikologis remaja yang orang tuanya bercerai serta dapat memberikan semangat, dukungan, dan pengarahan terhadap remaja yang orang tuanya bercerai. Selain itu kepada pihak Bimbingan dan Konseling di sekolah agar dapat memberikan pelatihan kemampuan sosial, pengaturan stres, dan pelatihan kemampuan menyelesaikan masalah.
4. Kepada peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai tema yang serupa agar dapat mempertimbangkan variabel lain yang berkaitan dengan memaafkan atau yang berkaitan dengan remaja yang orang tuanya bercerai. Penggunaan kriteria responden yang heterogen dapat menjadi nilai tambah tersendiri sehingga dapat memperkaya khazanah keilmuan mengenai dinamika psikologis pada remaja yang orang tuanya bercerai.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah., Andayani, T. R., & Karyanta, N. A. (2012). Proses Penerimaan Anak (Remaja Akhir) terhadap Perceraian Orang Tua Dan Konsekuensi Psikologis yang Menyertainya. *Jurnal Candrajiwa*, 1 (3), 1-11.
- Bono, G., McCullough, M. E., & Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others, and well-being: Two longitudinal studies. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 182-195.
- Dagun, S. M. (2002). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Faturochman., & Wardhati, T. W. (2001, Desember). Psikologi Pemaafan. *Buletin Psikologi Fakultas Psikologi UGM*, 1, 39 – 47.
- Girard, M., Mullet, E. (1997). *Forgiveness In Adolescents, Young, Middle-Aged, and Older Adults*. *Journal of Adult Development*, 4(4), 209 – 220.
- Harsanti, I., & Verasari, D. G. (2013). Kenakalan pada remaja yang mengalami perceraian orang tua. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur, dan Teknik Sipil)*, 5, 71-77.

- 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., Bono, G., & Root, L. M. (2007). Rumination, Emotion, and Forgiveness: Three Longitudinal Studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 21 (3), 490 – 505.
- McCullough, M. E., Kurzban, R., & Tabak, B. A. (2013). Cognitive Systems For Revenge And Forgiveness. *Behavioral and Brain Sciences*, 36, 1-58.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). *Forgiveness: Theory, Research, and Practice*. New York: The Guilford Press.
- McCullough, M. E., & Worthington, E. L., Jr. (1999). Religion and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 67, 1141-1164.
- Rich, F. P., & Dolgin, K. G. (2008). *The Adolescent: Development, Relationship, And Culture (12th ed.)*. USA: Pearson International Edition.
- Setyawan, I. (2007). *Membangun Pemaafan Pada Anak Korban Perceraian*. Dipresentasikan pada Konferensi Nasional I IPK – HIMPSI: Stress Management dalam Berbagai Setting Kehidupan, Bandung.
- Sells, J. N., Hargrave, T. D. (1998). Forgiveness: A Review of The Theoretical And Empirical Literature. *Journal of Family Therapy*. 20. 21-36.
- Stambaugh, S. E., Hector, M. A., & Carr, A. R. (2011). How I Remember My Parent's Divorce: A Phenomenological Investigation. *Issues in Mental Health Nursing*, 32, 121-130.
- Sudarsono. (2005). *Hukum Perkawinan Nasional*. Jakarta: Asdi Mahasatya.
- Tasmin, M. R. S. (2002). Perceraian dan Kesiapan Mental Anak. Diakses dari http://www.e-psikologi.com/epsi/individual_detail.asp?id=112 pada tanggal 11 September 2012.

- Waluya, B. (2007). *Sosiologi: Menyelami Fenomena Sosial di Masyarakat Untuk Kelas XII Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah Program Ilmu Pengetahuan Sosial*. Bandung: PT Setia Purna Inves.
- Zuhdiyanti, D. R. (2011). Pelatihan Pemaafan Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai. *Thesis*. Program Magister Profesi Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.