

Cinta Pertama Jadi Luka : Dinamika Pemaafan Pada Perempuan Dewasa Muda Yang Ayahnya Berselingkuh

Arta Sari Manullang¹, Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia

Abstract

Indonesia memiliki tingkat perceraian yang tinggi bahkan tertinggi ke-3 di dunia, untuk kasus "fatherless" menempati peringkat ke-7 di Asia. Dampak perceraian ini sangat signifikan terhadap psikologis anak, terutama dalam hal kemampuan mereka untuk memaafkan. Survei mengungkapkan bahwa 73% dari 20 anak yang mengalami perceraian belum bisa memaafkan orang tua mereka, dengan dewasa muda menjadi kelompok yang paling sulit untuk menerima perpisahan tersebut. Penelitian ini meneliti dinamika pemaafan pada perempuan yang ayahnya berselingkuh, mengidentifikasi aspek, motivasi serta faktor-faktor yang memengaruhi pemaafan, Menggunakan metode kualitatif dengan wawancara mendalam terhadap tiga partisipan, hasil menunjukkan bahwa adanya persamaan dinamika partisipan dalam proses pemaafan pada perempuan yang ayahnya berselingkuh. Ketiga partisipan mengalami proses pemaafan yang berlangsung secara bertahap, proses pemaafan memiliki empat fase yang saling berkaitan, yaitu fase pengungkapan, fase keputusan, fase tindakan, dan fase pendalaman.

Kata Kunci: *fatherless*, perceraian, pemaafan, perempuan

Abstrak

Indonesia has a high divorce rate, even the 3rd highest in the world, for "fatherless" cases it ranks 7th in Asia. The impact of this divorce is very significant on the child's psychology, especially in their ability to forgive. Surveys reveal that 73% of 20 children experiencing divorce have not been able to forgive their parents, with young adults being the most difficult group to accept the separation. This study examines the dynamics of forgiveness in women whose fathers had affairs, identifying the aspects, motivations and factors that influence forgiveness. Using qualitative methods with in-depth interviews of three participants, the results show that there are similarities in the dynamics of participants in the process of forgiveness in women whose fathers had affairs. All three participants experienced a gradual process of forgiveness, the process of forgiveness has four interconnected phases, namely the disclosure phase, the decision phase, the action phase, and the deepening phase.

Keywords: *divorce, fatherless, forgiveness, women*

PENDAHULUAN

Pandangan masyarakat tentang betapa besarnya peran ayah bagi kehidupan seorang anak perempuan, ayah yang seringkali dianggap sebagai sosok pahlawan,

penyelamat serta pelindung bagi anaknya, terkhusus pada anak perempuan. Namun, apakah memang peran itu berjalan sebagaimana ekspektasi individu? beberapa anak diberi anugerah untuk menikmati cinta serta kasih sayang ayahnya, namun beberapa lagi dianugerahiNya bahu yang kuat untuk mampu bertahan tanpa cinta dan kasih sayang ayah. Menurut Putra dan Alfari (2021) mengapa seorang anak bisa kehilangan peran ayah? Salah satunya adalah akibat perceraian kedua orangtua. Saat ini Indonesia menduduki urutan ketiga di dunia dalam hal kasus *fatherless* (Maryam & Mulayniapi, 2022).

Perceraian dapat diartikan sebagai berakhirnya sebuah biduk rumah tangga karena keputusan sepihak atau persetujuan kedua belah pihak untuk berhenti melaksanakan tugas dan tanggungjawab mereka sebagaimana seorang suami istri (Lestari & Syamsul, 2019). Perceraian memang seringkali menjadi keputusan antara suami dan istri, namun siapakah yang menjadi korban dari keputusan tersebut, apakah hanya pembuat keputusan atau ada pihak lain yang terdampak? Perceraian orangtua merupakan hal yang sangat menyakitkan bagi anak, karena meninggalkan traumatis mendalam bagi anak, sehingga peristiwa tersebut bukanlah suatu hal yang mudah untuk dilalui (Tantri & Roseline, 2021). Di masa perkembangannya, anak-anak sangat membutuhkan kasih sayang dan dukungan dari kedua orang tua. Namun, perceraian dapat menghambat atau bahkan menghilangkan kasih sayang tersebut, dan membawa perubahan besar pada berbagai aspek kehidupan mereka. (Jenz & Apsar, 2021).

Perceraian bagaikan badai yang menerjang kehidupan rumah tangga, meninggalkan luka emosional mendalam bagi semua pihak yang terlibat. Suami dan istri, sebagai pihak utama dalam pernikahan yang retak, tak luput dari hantaman perasaan negatif seperti kecemasan, depresi, kemarahan, penolakan, dan kesepian (Damota, 2019). Dariyo (2004) mengemukakan bahwa faktor penyebab perceraian adalah ketidaksetiaan, tekanan kebutuhan ekonomi keluarga, kekerasan verbal, keterlibatan perjudian, dan minuman keras dan penyebab paling utamanya adakah ketidaksetiaan atau perselingkuhan. Putra dan Alfari (2021) mengemukakan bahwa pada umumnya anak yang usianya dinyatakan belum dewasa ketika orangtuanya mengalami perceraian, hak asuh berkemungkinan besar jatuh kepada ibu kandungnya. Maka dari itu, salah satu akibat dari perceraian orang tua juga membuat banyak anak yang tumbuh dan berkembang tanpa peran seorang ayah sejak masa kecilnya. Fenomena ini disebut juga "*fatherless*", "*fatherlessness*", "*father deficit*", atau "*fatherloss*". Fenomena *fatherless* lebih banyak memberikan pengaruh pada anak perempuan dibandingkan laki-laki. (Fajarrini & Umam, 2023).

Dampak traumatis pada perempuan tiga kali lebih tinggi dibanding laki-laki. Terlebih hingga anak perempuan memasuki masa dewasa awal (Tantri & Roseline, 2021). Hal tersebut karena mereka hanya akan mengingat berbagai hal yang menyakiti hatinya hingga pada akhirnya dapat memperburuk kondisi fisik orang tersebut (Nihayah., Ade., Hidayat, 2021). Anak perempuan yang belum mampu memaafkan ayahnya akan sulit membangun kepercayaan dengan pasangannya. Oleh karena itu perlu adanya pemaafan agar dalam menjalin hubungan mampu melaksanakan dengan baik.

Memaafkan orang lain dapat terlihat sebagai suatu kelemahan, namun sebaliknya memaafkan orang lain memerlukan keberanian yang besar. Ketika seseorang memaafkan individu lain, hal tersebut dianggap sebagai suatu proses yang melibatkan interaksi berkelanjutan melalui hubungan antar pribadi (Nihayah & Hidayat, 2021). *Forgiveness* atau pemaafan merupakan usaha untuk mengubah cara seseorang merespons pelaku, kejadian, dan konsekuensi dari peristiwa menyakitkan yang dirasakan sehingga perubahan tersebut mengarah dari negatif menjadi netral atau bahkan positif (Thompson & Synder, 2019). *Forgiveness* sendiri terdiri dari tiga aspek, antara lain *forgiveness of self*, *forgiveness of others*, dan *forgiveness of situation*. Faktor-faktor yang memengaruhi pemaafan yaitu keparahan pelanggaran, hubungan dengan pelanggar, kepribadian individu serta dukungan dari orang sekitar dapat membantu proses memaafkan.

Unforgiveness pada individu yang disebabkan oleh perceraian orang tua cenderung menciptakan niat untuk balas dendam serta menurunkan tingkat resiliensi pada masa dewasa awal (Ramadhani & Rifayanti, 2022). Saat seseorang mampu memaafkan atau melakukan *forgiveness*, maka dapat memunculkan pribadi yang optimis, harga diri yang positif, serta kontrol diri yang baik. Selain itu, memaafkan juga dapat memberikan ketenangan batin pada individu. Mereka dapat melepaskan berbagai hal negatif seperti mengurangi perasaan marah dan dapat menghilangkan rasa dendam (Habibi & Hidayati, 2017).

Penelitian mengenai dinamika pemaafan pasca perselingkuhan ayahnya pada perempuan dewasa mengungkapkan bahwa, dampak traumatis pada perempuan tiga kali lebih tinggi dibanding laki-laki, sehingga sulit memaafkan (Anjani dkk., 2024). Penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian Karens (2020). Penelitian yang membandingkan kemauan memaafkan laki-laki dan perempuan. Hasilnya menunjukkan bahwa perempuan secara signifikan lebih cenderung memaafkan dibandingkan pria. Perbedaan ini ditemukan dalam berbagai jenis pengkhianatan, seperti pelanggaran norma sosial, pengkhianatan emosional, dan pelanggaran fisik. Berdasarkan fenomena yang ditampilkan, maka penelitian ini akan membahas khusus bagaimana dinamika proses pemaafan masa lalu, pada perempuan dewasa muda yang ayahnya berselingkuh

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis naratif untuk memperoleh data deskriptif dan interpretif mengenai dinamika *forgiveness* (pemaafan) pada anak perempuan yang ayahnya berselingkuh. Fokus penelitian terletak pada sikap dan teknik respon yang diberikan oleh partisipan. Partisipan penelitian berjumlah 3 orang perempuan berusia 20-25 tahun yang memiliki ayah yang pernah berselingkuh dan bersedia menceritakan pengalamannya secara terbuka dan jujur, yang dipilih menggunakan teknik *snowball chain*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam yang berfokus pada perjalanan individu dan dinamika pemaafan masa lalu selama menjadi korban perceraian orangtua akibat perselingkuhan, sehingga peneliti dapat menggali pengumpulan psikologis individu dalam kurun waktu yang tidak ditentukan hingga data yang diperoleh cukup memenuhi. Data diorganisasikan melalui verbatim dan dianalisis dengan mengorganisasikan data, membaginya ke dalam bagian-bagian, melakukan penggabungan, menyusunnya menjadi pola-pola, memilih aspek-aspek penting untuk dipelajari, dan menarik kesimpulan yang dapat dikomunikasikan, dengan menggunakan teori pemaafan oleh McCullough et al. (2000) sebagai landasan analisis. Untuk menjamin kredibilitas penelitian, peneliti melakukan member check dengan mewawancarai kembali partisipan untuk memastikan hasil analisis data sesuai dengan apa yang ingin disampaikan partisipan (Cresswell dkk., 2000).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti menggunakan metode wawancara mendalam yang dilakukan secara sistematis, yang memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi tren atau pola yang muncul pada subjek.

1. Gambaran Umum Partisipan Penelitian

a. Partisipan 1 (P1)

P1 merupakan seorang perempuan berumur 20 tahun yang sedang berkuliah di Salatiga, K aktif berkegiatan di beberapa Lembaga kemahasiswaan dan juga memiliki pengalaman perselingkuhan yang dilakukan oleh ayahnya.

b. Partisipan 2 (P2)

P2 merupakan seorang perempuan berusia 2 tahun dan sedang mengemban pendidikan dibangku perkuliahan, tepatnya menjadi mahasiswa di Universitas Kristen Satya Wacana, aktif berkegiatan di beberapa kegiatan, bekerja sambil berkuliah dan juga memiliki pengalaman perselingkuhan yang dilakukan oleh ayahnya.

c. Partisipan 3 (P3)

P3 merupakan seorang perempuan berumur 23 tahun yang sedang bekerja di Balikpapan, S memutuskan enggan untuk menjalin hubungan dengan

lawan jenis karena memiliki pandangan buruk tentang laki-laki akibat pernah melihat ayahnya berselingkuh.

2. Hasil Analisis Data

a. Aspek Pemaafan

McCullough, (2000) mendefinisikan pemaafan sebagai perubahan motivasi seseorang dari keinginan untuk membalas dendam, menjauhkan diri, atau menghindari orang yang telah menyakitinya, menjadi keinginan untuk berbuat baik dan berdamai dengan orang tersebut. McCullough, (2000) tidak secara eksplisit menyebutkan aspek-aspek pemaafan (forgiveness) namun definisinya mencakup aspek utama seperti avoidance motivation, revenge motivation serta benevolence motivation.

1. Avoidance Motivation (Motivasi untuk menghindari pelaku)

Partisipan 1 (P1)

Meskipun pada awalnya P1 sempat menghindari kontak langsung dengan ayahnya, namun semakin hari P1 sudah mulai menerima keadaan dan mulai berdamai dengan dirinya sendiri ketika bertemu dengan ayahnya, P1 mencoba melihat dari sudut pandang ayahnya, P1 menyadari bahwa ayahnya tidak sepenuhnya bersalah atas kejadian ini, ada faktor-faktor yang melatarbelakangi tindakan perselingkuhan tersebut.

“Emm, pernah mbak, semakin kesini aku semakin sadar kalo bapak ga sepenuhnya bisa ku salahkan,,, waktu itu posisinya bapak sama mama sering ldr karena bapak kerja, jadi mungkin bapak butuh patner, untuk merasa bersalah, penyesalan aku dulu adalah kenapa membenci bapak bukan malah memperbaiki hubungan keluarga kami... hmm sedih sedih.” (K14)

P1 juga sudah mulai mau mencoba memaafkan ayahnya, walau belum sempurna dalam memaafkan, namun setidaknya hal ini membantu dalam proses pemaafan, P1 merasa lebih tenang dan damai ketika sudah mencoba memaafkan ayahnya, tentunya banyak kesulitan yang dialami P1 dalam proses pemaafan ayahnya seperti sulit melepaskan kemarahan dan kebencian terhadap ayah P1.

“Mencoba memaafkan sudah mbak, ketika saya mencoba memahami posisi bapak saat itu dan ketika aku mulai memaafkan aku jadi lebih tenang mbakkk ga selalu teringat-ingat akan kejadian itu” (K15)

Partisipan 2 (P2)

P2 merasa bahwa ayahnya menimbulkan luka yang sangat hebat, apapun yang ayahnya katakan tidak mampu meredakan sakit hati yang P2 rasakan akibat perselingkuhan ayahnya, P2 sudah pernah mencoba memaafkan ayahnya, namun semua terasa sangat sulit, bahkan P2 pernah menghindari pertemuan dengan ayahnya, setelah beberapa kali mencoba dan terus belajar memaafkan ayahnya perasaan P2 semakin tenang.

"Emm, mem maafkan itu nggak gampang, tapi aku berusaha. Setelahnya, aku merasa beban di hati aku jadi lebih ringan. Tapi kadang-kadang rasa sakitnya masih muncul lagi." (J15)

P2 belajar untuk memahami ayahnya dan mencoba melihat dari sudut pandang ayahnya, P2 awalnya tidak merasa iba atau kasihan sama sekali dengan ayahnya, namun seiring waktu empati P2 berkembang sejak perselingkuhan ayahnya.

"Emm merasa iba ya mbak? Awalnya, aku nggak bisa ngerasain apa-apa selain marah. Tapi lama-lama aku mulai berpikir, mungkin ada alasan kenapa dia melakukan itu. Aku nggak tahu pasti alasannya apa, tapi aku mencoba untuk lebih memahami dia." (J17)

Partisipan 3 (P3)

Sama seperti 2 partisipan lainnya P3 juga pada awalnya menghindari kontak dengan ayahnya, P3 pernah mencoba untuk memaafkan ayahnya namun bagi P3 hal tersebut terlalu berat, walaupun ayahnya pernah meminta maaf kepada P3 hal tersebut tidak secara langsung berpengaruh pada cara pandang P3, P3 tetap memandang ayahnya sebagai orang yang jahat dan tega terhadap ibunya. Namun, semakin hari P3 semakin mampu untuk memaafkan ayahnya walaupun masih sulit.

"Awalnya, aku nggak bisa ngerasain apa-apa selain marah. Tapi lama-lama, aku mulai mikir, mungkin ada alasan kenapa dia gitu. Tapi tetep aja, aku masih susah buat maafin dia." (S16)

2. *Benevolence Motivation* (Motivasi keinginan untuk berdamai

Partisipan 1 (P1)

Pemaafan seringkali timbul oleh alasan yang mendasarinya, seperti halnya yang terjadi pada P1, tindakan yang menjadi dasar pemaafan oleh P1 terhadap ayahnya adalah, sikap tanggung jawab ayah P1 dalam memenuhi nafkah lahir untuk P1 dan ibunya, hal-hal tersebut membuat P1 menjadi lebih yakin untuk memaafkan ayahnya.

"Bapak tidak pernah tidak menafkahi kami, apapun yang aku dan mama butuhkan pasti dipenuhi, hal ini juga sih mbak yang buat saya mulai mampu memaafkan bapak..." (K17)

Motivasi untuk berdamai juga timbul dari perasaan tenang yang dialami P1 ketika memaafkan ayahnya, pemaafan juga membawa dampak positif untuk kehidupan P1 seperti perasaan damai dan tenang.

"Emmm, tentu sih mbakk, pas maafin bapak tuh mulai merasa damai aja gitu,,, jadi kalo lihat bapak ga sesedih dulu" (K18)

Partisipan 2 (P2)

P2 terus belajar untuk memaafkan ayahnya, tentunya ada beberapa hal yang mendasari P2 untuk memaafkan ayahnya seperti, kenangan masa kecilnya dimana sang ayah sering mengajarnya banyak hal dan ayahnya adalah sosok ayah yang baik, kenangan-kenangan itu menumbuhkan sedikit harapan di hati P2 untuk memaafkan ayahnya.

"Aku ingat waktu kecil, Ayah sering banget ngajarin aku banyak hal. Dia sosok ayah yang baik. Mungkin karena kenangan-kenangan itu yang bikin aku masih punya sedikit harapan untuk dia. " (J18)

Perasaan lebih tenang tumbuh atau dirasakan P2 ketika mulai belajar memaafkan ayahnya, pemaafan membuat P2 lebih mampu

untuk fokus dengan dirinya sendiri, tanpa terganggu dengan bayangan-bayangan masa lalu, akibat perselingkuhan ayahnya.

"Iya, aku merasa lebih lega setelah memaafkan. Aku jadi bisa fokus sama hidup aku sendiri" (J19)

Partisipan 3 (P3)

Tindakan yang dilakukan oleh ayah P3 adalah Tindakan yang salah dan telah menyakiti semua anggota keluarga termasuk P3 dan ibunya, namun ada beberapa hal baik yang dapat P3 gunakan sebagai dasar untuk P3 memaafkan dan mencoba berdamai dengan ayahnya seperti, kenangan masa kecilnya tentang kebaikan ayahnya mengajaknya bermain atau mendongeng sebelum tidur.

"Mungkin karena dulu Ayah sering ajak aku main atau cerita sebelum tidur. Kenangan-kenangan itu yang bikin aku masih ada sedikit harapan sama dia. " (S17)

3. *Revenge Motivation* (Motivasi untuk membalas dendam)

Partisipan 1 (P1)

P1 belajar untuk membangun kembali hubungan dengan ayahnya, walaupun banyak tantangan yang dihadapi selama proses pemaafan, seperti bayangan-bayangan masa lalu yang menghantuinya, dendam, sakit hati dan pengkhianatan. Namun, P1 bersyukur tetap banyak yang mendukung seperti Ibu dari P1, dukungan besar yang diberikan oleh ibunya menguatkan P1 untuk sabar dan belajar menerima kenyataan.

"Dalam memaafkan bapak tentu saja banyak tantangan mbak, bayangan masa lalu yang ku ingat tentang kejadian itu terus menghantui, dendam, sakit hati, pengkhianatan itu mbak,,, kalo gaada mama mungkin aku tetap benci sama bapak, tapi karna mama yang selalu ajarin sabar dan kuat, makanya mulai bisa." (K21)

Koping yang dapat P1 lakukan untuk mengatasi dampak emosional dari perselingkuhan ayahnya adalah, setiap mengingat kesalahan yang ayah P1 lakukan, P1 juga akan mengingat kebaikan yang ayahnya pernah lakukan, selain itu memaafkan juga akan membuat P1 menjadi lebih tenang.\

“Yaa kopingnya paling, kalo ingat perselingkuhan bapak, aku inget juga kebaikan yang pernah bapak buat mbak.” (K22)

Partisipan 2 (P2)

P2 pernah mengkomunikasikan dengan ayahnya tentang tindakan perselingkuhan yang dilakukan ayahnya, namun hasil yang didapatkan nihil, obrolan P2 dan ayahnya menjadi tidak nyambung saat itu, ayah P2 seringkali menghindari dari pertanyaan yang disampaikan oleh P2.

“Aku pernah, tapi percakapannya nggak nyambung. Dia lebih banyak ngehindar. Aku merasa sedih dan kecewa.” (J20)

P2 masih bingung apakah P2 harus memaafkan ayahnya atau tidak, yang menjadi tantangan terbesar bagi P2 adalah ketika P2 melihat ayahnya bermesraan dengan wanita lain dihadapannya. Namun, hal ini masih bida P2 redam dengan cara melakukan hobinya dan melakukakn kegiatan bermaanfaat.

“Aku sering ngeluarin emosi dengan cara nulis atau melukis. Aku juga ikut komunitas yang punya pengalaman serupa.” (J23)

Partisipan 3 (P3)

P3 sedang difase dilemma apakah harus memaafkan ayahnya sepenuhnya atau tidak, rasa sakit itu membuat P3 tenggelam dalam kepahitan, ditambah P3 melihat kehidupan ayahnya yang baik-baik saja membuatnya semakin panas,

namun P3 punya *koping* sendiri untuk meredam rasa sakit tersebut yaitu dengan cara melakukan hobinya sendiri, hal ini akan membuat P3 lebih tenang.

"Aku suka nulis diary, dengerin musik, atau main sama hewan peliharaan. Itu bikin aku merasa lebih tenang." (S22)

Selain aspek-aspek yang telah dibahas diatas, aspek lain yang muncul adalah aspek pemaafan pada diri sendiri yang merupakan salah satu aspek pemaafan dari Thompson, dkk (2005). P1 pernah merasa bersalah karena pernah membenci ayahnya, akibat tindakan perselingkuhan yang pernah dilakukan ayahnya, namun pada akhirnya P1 mencoba memaafkan dan berdamai dengan dirinya sendiri demi ketenangan dan kebaikan batin P1.

"Emm, pernah mbak, semakin kesini aku semakin sadar kalo bapak ga sepenuhnya bisa ku salahkan,,, waktu itu posisinya bapak sama mama sering ldr karena bapak kerja, jadi mungkin bapak butuh patner, untuk merasa bersalah, penyesalan aku dulu adalah kenapa membenci bapak bukan malah memperbaiki hubungan keluarga kami... hmm sedih sedih." (K14).

3. Faktor yang memengaruhi pemaafan

McCullough, (2000) bersama para rekannya mengidentifikasi beberapa faktor kunci yang dapat memengaruhi keputusan seseorang untuk memaafkan. Faktor-faktor tersebut diataranya adalah keparahan pelanggaran, hubungan dengan pelanggar, kepribadian individu serta dukungan sosial. Keparahannya pelanggaran Partisipan 1 (P1)

a. Keparahannya pelanggaran Partisipan 1 (P1)

Perselingkuhan meninggalkan luka mendalam bagi orang yang menjadi korbannya, keparahan pelanggaran juga meningkatkan efek negatif dari perselingkuhan tersebut, seperti yang dialami oleh

P1, ayah P1 seringkali mengulangi kesalahan yang sama sehingga memperparah hubungan antara P1 dan ayahnya.

"Untuk kesalahan yang berulang kali bapak ku lakukan adalah berselingkuh." (K25)

Partisipan 2 (P2)

P2 mengalami luka mendalam setiap mengingat kejadian tentang perselingkuhan ayahnya, ketika P2 ditanyai tentang perilaku ayahnya apakah sering mengulangi kesalahan yang sama atau tidak, P2 memutuskan untuk lebih banyak menghindari, P2 merasa tidak ingin untuk memikirkan hal tersebut dan lebih ingin fokus untuk dirinya sendiri.

"Aku nggak mau mikirin hal itu. Aku cuma bisa fokus sama diri aku sendiri dek." (J25)

Partisipan 3 (P3)

Luka mendalam yang disebabkan oleh perselingkuhan ayahnya membuat P3 enggan untuk membicarakan tentang hal itu. Setiap kali mengingat kejadian tersebut, emosi negatif seperti kesedihan dan kemarahan kembali muncul. Oleh karena itu, P3 lebih memilih untuk fokus pada dirinya sendiri dan menghindari pembicaraan yang dapat memicu kembali luka batinnya.

"Aku nggak mau mikirin hal itu. Yang penting sekarang aku bisa menjaga diri aku sendiri." (S24).

b. Hubungan dengan pelanggar

Partisipan 1 (P1)

Hubungan dengan pelanggar menjadi salah satu faktor penentu dalam proses pemaafan, semakin dekat hubungan dengan pelanggar semakin besar keinginan untuk memperbaikinya. Hubungan P1 dengan ayahnya tidak terlalu dekat diakibatkan oleh perselingkuhan yang dilakukan oleh ayahnya.

"Kalo sama orangtua lumayan dekat sih, tapi sama mama aja, sama bapak kureng gitulah,, hehe ya karena sesuatu lah" (K6)

Partisipan 2 (P2)

Kekuatan ikatan emosional antara P2 dengan ayahnya memiliki pengaruh signifikan terhadap kesediaan korban untuk memaafkan. Semakin erat hubungan yang terjalin sebelumnya, semakin besar kemungkinan korban akan berupaya memperbaiki hubungan tersebut dan mencapai tahap pemaafan. Seperti yang dapat kita lihat dari jawaban P2 ketika ditanyai tentang kedekatan dengan ayahnya P2 merasa tidak terlalu dekat dengan ayahnya.

"Ibuku dekat banget. Dia selalu mendukungku. Tapi sama ayah? Ga terlalu dekat sih" (J6)

Partisipan 3 (P3)

Ikatan emosional yang kuat antara anak dan ayah biasanya membuat anak lebih mudah memaafkan. Namun, karena P3 merasa jarak emosional dengan ayahnya cukup jauh semenjak kejadian perselingkuhan tersebut, maka proses memaafkan baginya akan lebih sulit. Ketika berada jauh dari ayahnya P3 merasa biasa saja, berbanding terbalik dengan keadaannya keyika jauh dari ibunya, P3 merasa sangat rindu dengan ibunya.

"Kalau jauh dari Bunda, aku pasti kangen banget. Tapi kalau jauh dari Ayah, rasanya biasa aja." (S6).

c. Kepribadian individu

Partisipan 1 (P1)

Kepribadian individu yang mudah memaafkan akan memengaruhi proses pemaafan. Individu yang optimis dan cenderung memaafkan lebih mudah memaafkan orang lain. P1 bukanlah orang yang termasuk mudah memaafkan, namun semakin P1 memaknai kejadian tersebut P1 menjadi lebih mudah memaafkan.

"Emm kalo mudah banget sih enggak, tapi pas aku mulai memaknai kejadian tersebut aku akan lebih mudah memaafkan mbakk." (K26)

Partisipan 2 (P2)

Sifat bawaan seseorang dalam hal memaafkan, yang sering disebut sebagai kepribadian, memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan seberapa cepat dan mudah seseorang dapat melupakan kesalahan orang lain. Individu yang memiliki karakter optimis, cenderung melihat sisi baik dari setiap situasi, dan memiliki sifat pemaaf yang tinggi, umumnya akan lebih siap untuk memberikan maaf. Dalam kasus P2, meskipun awalnya ia bukanlah tipe orang yang mudah memaafkan, proses pemahaman yang mendalam terhadap kejadian yang dialaminya secara bertahap telah mengubah perspektifnya. Seiring berjalannya waktu, P2 mulai menyadari bahwa memaafkan tidak hanya menguntungkan orang lain, namun juga membawa kebaikan untuk kesehatan mentalnya.

"Aku nggak tahu kalau aku mudah memaafkan atau enggak. Tapi aku percaya kalau memaafkan itu penting untuk kesehatan mental dek." (J26)

Partisipan 3 (P3)

Kepribadian seseorang, terutama sifat optimisme dan kecenderungan untuk melihat sisi positif, sangat memengaruhi kemampuannya untuk memaafkan. Orang-orang dengan sifat seperti ini cenderung lebih terbuka untuk memberikan maaf. Walaupun awalnya terasa sulit bagi P3 untuk memaafkan ayahnya namun ada keinginan dalam hati kecilnya untuk memaafkan ayahnya sepenuhnya.

"Aku nggak tau kalau aku mudah maafin atau enggak. Tapi aku pengen bisa maafin Ayah, biar hati aku nggak terus-terusan sakit..." (S25)

d. Dukungan Sosial **Partisipan 1 (P1)**

Dukungan sosial sangat berpengaruh dalam proses pemaafan, P1 mendapat dukungan dari sang ibu untuk terus kuat dan mampu memaafkan ayahnya, mungkin tanpa dukungan dari sang ibu P1 belum mampu atau enggan untuk memaafkan ayahnya.

"Mama ku mbak, mama tuh kek malaikat deh hatinya gatau terbuat dari apaaan, bisa-bisanya tetap sabar menghadapi aku yang begini juga menghadapi kelakuan bapak yang suka selingkuh, tapi mama tuh selalu ngajarin kalo bagaimanapun bapak dia tetap bapakku." (K27)

Partisipan 2 (P2)

Proses penyembuhan dan pemaafan tidak dapat dilakukan seorang diri. P2 menyadari betul akan pentingnya dukungan sosial dalam mengatasi luka batin yang mendalam. Berkat dorongan dari keluarganya, teman-teman dan bimbingan dari seorang psikolog, P2 mampu melewati masa-masa sulit ini. Dengan bantuan mereka, P2 belajar untuk menerima kenyataan, memaknai peristiwa yang menyakitkan, dan akhirnya menemukan kedamaian dalam hati.

"Teman-teman, keluarga, dan terapis sangat membantu aku melewati masa-masa sulit ini, aku sampe ke psikolog loh dek buat cari cara menyembuhkan luka ini." (J27).

Partisipan 3 (P3)

Lingkungan sosial yang suportif sangat penting dalam proses penyembuhan dan pemaafan. Dukungan dari ibunya menjadi salah satu faktor penentu yang memungkinkan P3 untuk melepaskan amarah dan kebencian yang mendalam. Dengan adanya orang-orang terdekat yang selalu ada di sisinya, P3 merasa lebih percaya diri untuk menghadapi masa depan dan membangun hubungan yang lebih sehat.

"Teman-teman dan Bunda selalu ada buat aku. Mereka selalu ngasih semangat dan dengerin cerita aku..." (S26)

Selain daripada faktor-faktor yang telah disebutkan serta dibahas di atas, faktor pemaafan lain yang timbul dalam proses pemaafan adalah munculnya empati. Empati adalah kemampuan untuk memahami serta merasakan pengalaman orang lain tanpa pernah berada di situasinya, Empati menjembatani hubungan antara permintaan maaf dengan pemaafan menurut Worthington dan Wade, (1999). Hal ini tampak pada partisipan 1 (P1), P1 menyadari bahwa perilaku yang dilakukan ayahnya

terjadi bukan hanya semata-mata melainkan ada hal tertentu yang memengaruhi sehingga muncul perilaku tersebut.

“Emm, pernah mbak, semakin kesini aku semakin sadar kalo bapak ga sepenuhnya bisa ku salahkan,,, waktu itu posisinya bapak sama mama sering ldr karena bapak kerja, jadi mungkin bapak butuh patner, untuk merasa bersalah, penyesalan aku dulu adalah kenapa membenci bapak bukan malah memperbaiki hubungan keluarga kami... hmm sedih sedih” (K14)

P1 menyadari bahwa tindakan perselingkuhan ini terjadi disebabkan oleh adanya jarak yang memisahkan antara ayah dan ibunya, P1 menyadari bahwa seorang laki-laki tentunya butuh perhatian dari seseorang terutama istrinya, P1 merasa bersalah telah membenci ayahnya bukan malah mencoba memperbaiki hubungan antara P1, ayahnya dan keluarganya.

4. Triangulasi Data

Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber data dengan mewawancarai ibu dari partisipan penelitian, triangulasi data ini dilakukan untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang dinamika pemaafan pada perempuan yang ayahnya berselingkuh, triangulasi data juga guna memperkuat hasil wawancara dengan partisipan. Adapun hasil wawancara dengan salah satu ibu dari partisipan penelitian sebagai *significant other* yaitu, Ibu P1 mengungkapkan keterkejutan dan rasa sakit yang mendalam saat mengetahui perselingkuhan suaminya, sebuah pengkhianatan yang menghancurkan hatinya. Reaksi awal ini sesuai dengan teori McCullough (2000), yang menjelaskan bahwa individu yang disakiti seringkali mengalami berbagai emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, dan malu.

Dampak perselingkuhan ini tidak hanya dirasakan oleh ibu, tetapi juga oleh P1. Ibu P1 melihat P1 sangat terpukul dan kehilangan semangat. P1 menjadi pendiam, murung, dan sering menyendiri. Perubahan perilaku ini menunjukkan betapa dalamnya luka yang dirasakan oleh P1 akibat pengkhianatan ayahnya. McCullough juga menekankan bahwa dampak emosional dari pengkhianatan dapat sangat signifikan dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis korban. Suasana rumah pun berubah drastis. Hubungan antar anggota keluarga menjadi tegang dan komunikasi terganggu. P1 bahkan menjauhi ayahnya, menciptakan jarak yang semakin lebar di antara mereka. Perubahan dinamika keluarga ini mencerminkan adanya motivasi

untuk menjauhi pelaku (ayah) seperti yang dijelaskan oleh McCullough. Korban mungkin ingin melindungi diri dari rasa sakit lebih lanjut dengan menjauhi orang yang telah menyakitinya.

Seiring berjalannya waktu, P1 mulai menunjukkan keinginan untuk memaafkan ayahnya, meskipun ia merasa kesulitan. Proses pemaafan ini tidaklah mudah dan membutuhkan waktu. Ibu dari P1 memahami kesulitan yang dihadapi P1 dan terus memberikan dukungan emosional. McCullough menjelaskan bahwa pemaafan adalah proses yang kompleks dan bertahap, di mana individu yang disakiti perlu melalui berbagai tahap emosi dan kognitif. Ibu dari P1 berperan penting dalam mendukung P1 melalui proses pemaafan ini. Ibu dari P1 menjadi pendengar yang baik, memberikan dukungan tanpa syarat, dan membantu putrinya memahami dan mengelola emosi yang kompleks. Ibu dari P1 juga mendorong P1 untuk mencari bantuan profesional jika diperlukan. Dukungan sosial, seperti yang diberikan oleh ibu dari P1, sangat penting dalam proses pemaafan menurut McCullough.

Ibu dari P1 berharap P1 dapat sembuh dari luka hatinya dan menemukan kebahagiaan kembali. Ibu dari P1 juga berharap P1 bisa memaafkan ayahnya suatu hari nanti, bukan untuk ayahnya, tetapi untuk kebaikan dirinya sendiri. Harapan ibu dari P1 ini mencerminkan pemahaman bahwa pemaafan pada akhirnya adalah untuk kepentingan diri sendiri, seperti yang sering ditekankan dalam teori pemaafan. Narasi ini menggambarkan bagaimana teori pemaafan McCullough (2000) dapat diterapkan dalam memahami dinamika pemaafan pada konteks perselingkuhan ayah. Wawancara dengan ibu dari P1 memberikan wawasan yang berharga tentang perjalanan emosional dan kognitif yang dilalui oleh korban, serta peran penting dukungan sosial dalam proses penyembuhan.

5. Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang diperoleh dari hasil penelitian, ketiga partisipan memiliki jenis kelamin yang sama dan rentang usia yang tidak terlalu jauh. Dalam menjalani hidup sebagai perempuan yang memiliki pengalaman buruk tentang pedihnya pengkhianatan yang dilakukan oleh ayah kandung sendiri, ayah yang sering dianggap sebagai pahlawan atau tokoh berjasa dalam hidup individu juga khususnya pada perempuan. Ayah seringkali dianggap sebagai cinta pertama, namun apakah pernyataan ini sejalan dengan kondisi sebenarnya di lapangan, tentu tidak, sebagian anak perempuan mengalami pengalaman buruk tentang sakitnya perselingkuhan yang dilakukan ayahnya sehingga merubah perspektif mereka tentang cinta pertama tersebut yang berubah menjadi luka, seperti yang dialami oleh ketiga partisipan dalam penelitian ini.

Dinamika psikologis yang terungkap menunjukkan pola yang menarik dalam proses pemaafan. Ketiga partisipan awalnya menunjukkan reaksi penghindaran

(*avoidance motivation*) yang kuat terhadap ayah mereka. Hal ini sejalan dengan konsep McCullough (2000), yang menyatakan bahwa penghindaran merupakan salah satu respon awal yang umum terjadi setelah mengalami pengkhianatan. Namun, seiring berjalannya waktu, motivasi menghindar ini mengalami perubahan ketika para partisipan mulai mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang situasi yang terjadi. Seperti yang terlihat pada P1 yang mulai mampu melihat dari sudut pandang ayahnya dan menyadari bahwa ada faktor-faktor yang melatarbelakangi tindakan perselingkuhan tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga partisipan mengalami proses pemaafan yang berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Enright & Fitzgibbons (2015) dalam penelitiannya tentang *Forgiveness Therapy* mengungkapkan bahwa proses pemaafan memiliki empat fase yang saling berkaitan, yaitu fase pengungkapan, fase keputusan, fase tindakan, dan fase pendalaman. Temuan ini sejalan dengan pengalaman yang diungkapkan oleh ketiga partisipan. Partisipan pertama mengalami fase pengungkapan yang intens ketika menangkap basah ayahnya berselingkuh. Peristiwa ini memicu respons penghindaran yang kuat, ditandai dengan keengganannya berkomunikasi dengan ayah selama bertahun-tahun. Meskipun demikian, dukungan dari ibu dan kemampuannya melihat sisi positif ayah yang tetap bertanggung jawab secara finansial membantunya memasuki fase keputusan untuk mulai memaafkan.

Partisipan kedua menunjukkan dinamika yang berbeda, di mana trauma akibat perselingkuhan berulang ayahnya membuatnya mencari bantuan profesional. Hal ini mencerminkan fase tindakan dalam proses pemaafkan, di mana ia secara aktif mencari cara untuk mengatasi dampak emosional dari pengkhianatan tersebut. Dukungan dari lingkungan sosial dan profesional menjadi faktor penting dalam prosesnya menuju pemaafan. Sementara itu, partisipan ketiga masih berjuang dalam fase pengungkapan dan keputusan. Ia mengembangkan strategi koping seperti menulis *diary* dan mendengarkan musik untuk mengelola emosi negatifnya. Kenangan positif masa kecil bersama ayah menjadi faktor yang membantu proses pemaafannya, meskipun belum sepenuhnya dapat memaafkan.

Proses transisi dari penghindaran menuju keinginan untuk berdamai (*benevolence motivation*) tidak terjadi secara lurus-lurus saja. Para partisipan mengalami perguncangan emosi dan menghadapi berbagai tantangan internal. Salah satu temuan menarik adalah peran kenangan masa kecil yang positif dalam memfasilitasi proses pemaafan. Seperti yang diungkapkan oleh P2 dan P3, mereka masih mengingat momen-momen bahagia bersama ayah mereka, seperti saat dibacakan dongeng atau diajari berbagai hal. Kenangan-kenangan ini menjadi semacam benang merah yang membantu mereka mempertahankan harapan untuk perbaikan hubungan di masa depan. Aspek keinginan untuk membalas dendam

(*revenge motivation*) juga muncul sebagai bagian dari dinamika pemaafan. Namun, yang menarik adalah bagaimana para partisipan mengembangkan strategi *koping* yang membangun untuk mengatasi dorongan negatif ini. Para partisipan menemukan cara-cara kreatif seperti menulis *diary*, melukis, atau bergabung dengan komunitas *support* untuk menyalurkan emosi mereka secara positif. Hal ini menunjukkan bahwa proses pemaafan tidak hanya tentang menghilangkan emosi negatif, tetapi juga tentang merubah energi emosional tersebut menjadi sesuatu yang lebih konstruktif.

Faktor-faktor yang memengaruhi pemaafan ini juga terlihat dari 3 partisipan dalam penelitian ini, pertama dari sisi keparahan pelanggaran, terlihat bahwa perselingkuhan yang dilakukan ayah meninggalkan luka mendalam pada ketiga partisipan. Khususnya pada P1 yang mengalami pelanggaran berulang karena ayahnya sering mengulangi perselingkuhan, sehingga memperparah kondisi hubungan mereka. Hal ini sesuai dengan teori McCullough (2000), bahwa tingkat keparahan pelanggaran mempengaruhi seberapa sulit proses pemaafan dapat terjadi. Kedua, terkait hubungan dengan pelanggar, penelitian menunjukkan bahwa ketiga partisipan memiliki kedekatan yang berbeda-beda dengan ayah mereka. P1 dan P2 mengakui tidak terlalu dekat dengan ayah mereka, sementara P3 bahkan merasa biasa saja ketika jauh dari ayahnya. Ini menegaskan pendapat McCullough (2000), bahwa kualitas hubungan dengan pelanggar mempengaruhi proses pemaafan - semakin dekat hubungan sebelumnya, semakin besar kecenderungan untuk memaafkan. Ketiga, faktor kepribadian individu terlihat memainkan peran penting. Meskipun awalnya ketiga partisipan mengaku bukan tipe yang mudah memaafkan, namun seiring waktu dan proses pemahaman yang lebih dalam, mereka mulai membuka diri terhadap pemaafan. Seperti yang diungkapkan P1, ia menjadi lebih mudah memaafkan setelah mampu memaknai kejadian tersebut. Hal ini sesuai dengan teori McCullough (2000), bahwa kepribadian yang optimis dan cenderung memaafkan akan memudahkan proses pemaafan.

Motivasi untuk memaafkan muncul dari berbagai sumber. Kenangan masa kecil yang positif menjadi salah satu fondasi penting dalam proses pemaafan. Para partisipan mengingat momen-momen bahagia bersama ayah mereka, seperti saat bermain bersama atau mendengarkan dongeng sebelum tidur. Selain itu, faktor tanggung jawab ayah dalam memenuhi kebutuhan finansial keluarga, khususnya dalam kasus P1, juga menjadi pertimbangan dalam proses pemaafan. Keinginan untuk mencapai ketenangan batin dan terbebas dari beban emosional juga menjadi pendorong yang kuat dalam proses pemaafan. Meskipun demikian, proses pemaafan ini tidak berjalan mulus tanpa hambatan. Para partisipan menghadapi berbagai tantangan internal, seperti kesulitan mengatasi rasa sakit hati yang mendalam dan trauma pengkhianatan. Bayangan kejadian masa lalu seringkali masih menghantui

mereka, membuat proses pemaafan menjadi suatu perjalanan yang penuh dinamika, dengan momen-momen kemajuan dan kemunduran.

Dampak perselingkuhan ayah terhadap hubungan ayah-anak terlihat sangat nyata. Meskipun para partisipan berusaha untuk memaafkan, kualitas hubungan mereka dengan ayah tidak sepenuhnya dapat kembali seperti semula. Jarak emosional masih terasa, seperti yang diungkapkan oleh P3 yang merasa biasa saja ketika jauh dari ayahnya, berbeda dengan perasaannya terhadap ibunya. Namun, proses pemaafan telah membantu mereka mencapai kondisi mental yang lebih sehat, meski tidak sepenuhnya menghapus trauma yang ada. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa kepribadian individu dan keparahan pelanggaran mempengaruhi proses pemaafan. Meskipun awalnya para partisipan merasa sulit untuk memaafkan, namun seiring dengan pemahaman yang lebih dalam terhadap situasi dan dukungan dari lingkungan, mereka mulai dapat membuka diri terhadap proses pemaafan. Seperti yang diungkapkan oleh P1, meskipun tidak mudah memaafkan, namun ketika ia mulai memaknai kejadian tersebut, proses pemaafan menjadi lebih mudah.

Dukungan sosial memainkan peran yang sangat penting dalam proses pemaafan ini. Peran ibu menjadi sangat signifikan, dimana sosok ibu tidak hanya memberikan dukungan emosional tetapi juga menjadi teladan dalam hal kesabaran dan pemaafan. Seperti yang terlihat pada kasus P1, dimana ibunya yang diibaratkan seperti malaikat, mengajarkan bahwa bagaimanapun kelakuan ayahnya, dia tetaplah seorang ayah. Selain itu, bantuan profesional seperti psikolog dan dukungan dari teman-teman juga berkontribusi positif dalam proses pemaafan, seperti yang dialami oleh partisipan P2.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil penelitian Tantri & Roseline (2021) yang mengindikasikan bahwa dampak traumatis perselingkuhan ayah lebih tinggi pada anak perempuan dan dapat berlanjut hingga masa dewasa awal. Namun, penelitian ini juga mengungkap temuan baru yang menarik, yaitu adanya pola pemaafan bertahap yang spesifik. Para partisipan melewati tahapan-tahapan yang dapat diidentifikasi, mulai dari fase penghindaran awal, periode refleksi dan pemahaman, tahap penerimaan bertahap, hingga upaya aktif membangun ulang hubungan.

Meskipun penelitian ini memberikan wawasan berharga, Penelitian yang dilakukan oleh penulis masih terbilang belum sempurna, dikarenakan terdapat keterbatasan selama proses penelitian. Keterbatasan tersebut antara lain, Jumlah partisipan yang terbatas (3 orang) dan rentang usia yang sempit (20-25 tahun) membatasi generalisasi temuan. Penelitian ini juga belum mengeksplorasi secara mendalam pengaruh faktor budaya dan nilai-nilai keluarga dalam proses pemaafan.

Selain itu, variasi dalam durasi waktu sejak kejadian perselingkuhan dan tingkat keparahan perselingkuhan belum dipertimbangkan secara sistematis.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dinamika pemaafan pada perempuan yang ayahnya berselingkuh menunjukkan suatu proses yang kompleks dan mendalam. Penelitian ini mengungkapkan bahwa proses pemaafan tidak terjadi secara instan, melainkan melalui berbagai tahapan dan dipengaruhi oleh beragam faktor yang saling berkaitan. Pada tahap awal setelah mengetahui perselingkuhan ayah mereka, ketiga partisipan menunjukkan respon yang serupa yaitu kecenderungan untuk menghindari kontak dengan ayah mereka. Penghindaran ini merupakan mekanisme pertahanan diri yang natural, dimana mereka berusaha melindungi diri dari rasa sakit yang lebih dalam. Namun, seiring berjalannya waktu, proses pemaafan mulai berkembang ketika mereka mencoba memahami situasi dari berbagai perspektif, termasuk sudut pandang ayah mereka.

Kesimpulannya, dinamika pemaafan pada perempuan yang ayahnya berselingkuh merupakan suatu proses yang kompleks dan multidimensional. Proses ini melibatkan berbagai aspek psikologis, dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian dan kematangan emosi, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dan perilaku ayah pasca kejadian. Meskipun pemaafan dapat tercapai, hal ini tidak berarti menghapus sepenuhnya dampak trauma yang dialami, melainkan lebih kepada pencapaian perasaan yang lebih tenang dan damai, yang memungkinkan para partisipan untuk melanjutkan hidup mereka dengan lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian tentang dinamika pemaafan pada perempuan yang ayahnya berselingkuh, terdapat beberapa saran yang dapat diimplementasikan oleh berbagai pihak. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambahkan partisipan laki-laki guna membandingkan dinamika pemaafan antara anak perempuan dan laki-laki, serta menggunakan pendekatan longitudinal untuk mengamati proses pemaafan dalam jangka waktu yang lebih panjang. Sementara itu, bagi keluarga yang mengalami perselingkuhan, direkomendasikan untuk mencari bantuan profesional seperti konselor atau psikolog dalam membantu proses penyembuhan, memberikan ruang dan waktu yang cukup bagi anak untuk memproses emosinya, serta mempertahankan komunikasi yang terbuka dengan anak. Adapun bagi institusi pendidikan, disarankan untuk menyediakan layanan konseling yang mudah diakses oleh siswa atau mahasiswa yang menghadapi masalah keluarga, dan mengadakan seminar atau workshop mengenai pengelolaan emosi dan resiliensi, sehingga dapat membantu mereka yang mengalami situasi serupa dalam mengatasi dampak psikologis dari perselingkuhan yang terjadi dalam keluarga mereka.

Referensi :

- Anjani, A. F., Anjani, N. K. M., Giovana, S., Apriliani, S., & Farisandy, E. D. (2024). Cinta Pertama Hilang: Mengungkap Dinamika Forgiveness Perempuan Dewasa Tanpa Ayah Pasca Perceraian. *Psyche 165 Journal*, 48-56.
- Creswell, J. W., & Miller, D. L. (2000). Determining validity in qualitative inquiry. *Theory into*

- practice, 39(3), 124-130.
- Creswell, J. W., Hanson, W. E., Clark Plano, V. L., & Morales, A. (2007). Qualitative research designs: 7 Selection and implementation. *The counseling psychologist*, 35(2), 236-2
- Damota, M. D. (2019). The Effect of Divorce on Families' Life. *Journal of Culture, Society and Development*. 46, 6-11. <https://doi.org/0.7176/ICSD>.
- Dariyo, A., & Esa, D. F. P. U. I. (2004). Memahami psikologi perceraian dalam kehidupan keluarga. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 94-100.
- Diana, R. R., Nashori, F., Pihasnawati, P., Indranata, A. D., & Fitri, R. K. (2023). Forgiveness therapy to improve subjective well-being among families of patients with chronic illness. *International Journal of Islamic Educational Psychology*. 4(1), 122-135. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i1.17965>.
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a choice*. Washington DC: American Psychological Association.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). Measures of interpersonal forgiveness. In *Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope* (pp. 251-269). American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/buy/2014-25810-014>
- Fajarrini, A. & Umam, A. N. (2023). Dampak fatherless terhadap karakter anak dalam pandangan islam. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*. 3(1). 20-28. <https://doi.org/10.32665/abata.v3i1.1425>.
- Habibi, M. M., & Hidayati, F. (2017). Hubungan antara pemaafan diri sendiri, pemaafan orang lain, dan pemaafan situasi dengan resiliensi pada mahasiswa baru (studi korelasi pada mahasiswa baru universitas diponegoro semarang). *Jurnal Empati*, 6(2), 62-69. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.19731>
- Jenz, F. & Apsar, N. C. (2021). Dampak perceraian orang tua pada prestasi anak remaja. *Jurnal Pengabdian dan Penelitian Masyarakat (JPPM)*, 2(1), 1-10. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i1.33430>
- Jones, E., & Weiser, D. (2014). *Betrayal: The enduring impact of disloyalty*. Basic Books.
- Lestari, D. S., & Syamsul, M. (2019). Motivasi perceraian pada perempuan di Kota Padang. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan Anak*, 7(1), 7-18.
- Worthington, E. L., & Wade, N. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of social and clinical psychology*, 18(4), 385-418.