

***Uncovering Violence Occurring
in Dating Relationships: an Early Study
of Forgiveness Approach***

**Christina Pattiradjawane, Sutarto Wijono,
Jacob Daan Engel**
Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana
Salatiga.
email : *christin_patti@yahoo.com,*
sutartown@yahoo.com

Journal **PSIKODIMENSIA**
Volume 18, No. 1, Januari – Juni 2019
ISSN cetak : 1411-6073
ISSN online : 2579-6321
DOI 10.24167/psidim.v18i1.1700

ABSTRACT

Violence towards women in the personal realm continues to occur in all provinces in Indonesia. The phenomenon of violence in the personal realm is experienced more by women due to fear, guilt, shame, and feeling that they have no support socially or individually. This study aims to determine the forgiveness approach as a form of recovery for women who experience violence in the personal realm. This research is a theoretical study using secondary data. The results of this theoretical study show that victims who experience violence can be recovered through forgiveness approach to express forgiveness for perpetrators. Forgiveness can be done because the victims have motivation not to avoid and respond to acts of violence perpetrated by the perpetrators, and even continues to be motivated to do good things. If forgiveness is done sincerely, it can make easier for the victims to forgive themselves and others, otherwise forgiveness is difficult to do totally if the victims choose to take revenge and avoid the perpetrators.

Keywords: *Violence, Women, Forgiveness, Literatur.*

PENDAHULUAN

Kekerasan (*violence*) merupakan suatu bentuk perilaku agresif (*aggressive behavior*) yang menyebabkan penderitaan atau menyakiti orang lain. Ada perbedaan antara agresi sebagai suatu bentuk pikiran maupun perasaan dengan agresi sebagai bentuk perilaku. Agresi adalah suatu respon terhadap kemarahan, kekecewaan, perasaan dendam atau ancaman yang dapat memancing amarah yang membangkitkan perilaku kekerasan sebagai suatu cara melawan atau menghukum berupa tindakan menyerang, merusak hingga membunuh (Adi, 2009). Kekerasan pun dapat dialami oleh

perempuan terutama dalam relasi personal. Kekerasan pada perempuan mulai terlihat secara sosial ketika gerakan pembebasan perempuan mengangkat masalah kekerasan ini pada awal tahun 1970 (Amiel & Heath, 2003). Dengan demikian, dapat dipahami bahwa akibat yang dimunculkan dari kekerasan dapat menyebabkan adanya korban. Dalam hubungan personal pun seorang perempuan dapat menjadi korban kekerasan. Apapun penyebab kekerasan yang terjadi atau dilakukan oleh seorang pelaku dapat memengaruhi dirinya untuk melakukan tindakan kekerasan, berupa fisik atau psikis.

Martha (2003) menyebutkan bentuk-bentuk kekerasan yang terjadi dalam relasi personal, yaitu: a). Kekerasan fisik, dalam bentuk perbuatan menyerang sebagian atau seluruh anggota tubuh yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh sakit, atau luka berat; b). Kekerasan psikis, dalam bentuk perbuatan yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, mengancam, memanggil dengan sebutan yang mempermalukan atau menjelek-jelekan pasangan, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya, dan/atau penderitaan psikis berat pada seseorang; c). Kekerasan seksual, dalam bentuk pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga atau memiliki hubungan khusus untuk tujuan komersial dan/atau tujuan tertentu; dan d). Kekerasan ekonomi, dalam bentuk perbuatan yang mengakibatkan individu mengalami kerugian dalam hal ekonomi atau finansial (memanfaatkan atau memeras pasangan). Berdasarkan bentuk-bentuk kekerasan yang terjadi menunjukkan bahwa tindak kekerasan tersebut dapat digunakan sebagai cara untuk mempertahankan dan memaksakan adanya hubungan antara korban dan pelaku.

Komisi Nasional Perempuan menyatakan bahwa kasus kekerasan terhadap perempuan masih kerap terjadi di seluruh provinsi di Indonesia. Kasus kekerasan yang dialami oleh perempuan, termasuk sebagai kekerasan di ranah privat atau personal dan merupakan kasus yang masih terus terjadi sehingga kembali menjadi salah satu temuan yang terdapat dalam Catatan Tahunan (CATAHU) Komisi Nasional Perempuan Tahun 2018, bahwa berdasarkan laporan kekerasan di ranah privat atau personal yang diterima mitra pengadalaan menyatakan bahwa data mengenai angka kekerasan terhadap

istri (KTI) tetap menempati peringkat pertama yaitu 5.167 kasus dan angka kekerasan dalam pacaran (KDP) mencapai 1.873 kasus. Kekerasan dalam pacaran sering terjadi setelah kasus kekerasan dalam rumah tangga (Komnas Perempuan, 2018). Berdasarkan fenomena kekerasan yang terjadi, terdapat korban yang mengalami kekerasan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti rasa takut, rasa bersalah, rasa malu, dan merasa tidak memiliki dukungan secara sosial maupun individual.

Berdasarkan fenomena di atas, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan korban kekerasan melalui pendekatan *forgiveness*. *Forgiveness* telah menarik perhatian para peneliti dalam konsep kepribadian dan psikologi sosial. Salah satu alasannya karena memaafkan sering diasumsikan memiliki efek interpersonal yang positif pada penyesuaian psikologi individu yang memaafkan. Jika memaafkan memiliki pengaruh penyesuaian psikologis, maka hal tersebut memiliki implikasi yang penting untuk konseling dan psikoterapi pada pengalaman menyakitkan (Orth, Ulrich, Berking, Walker, Laurenz, Meier, & Znoj, 2007).

Forgiveness adalah satu set perubahan-perubahan motivasi di mana suatu organisme menjadi: semakin menurun motivasi untuk membalas terhadap suatu hubungan mitra, semakin menurun motivasi untuk menghindari pelaku, semakin termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelanggar, meskipun pelanggaran termasuk tindakan berbahaya. Inilah teori yang dihasilkan oleh McCullough (2000) berdasarkan penelitiannya yang dilakukan mengenai *forgiveness*.

Menurut McCullough (2000), *forgiveness* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: a) Empati adalah

kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Kemampuan empati ini berkaitan erat dengan pengambilalihan peran. Melalui empati terhadap pihak pelaku, seseorang dapat memahami perasaan pelaku yang merasa bersalah dan tertekan akibat perilaku yang menyakitkan. Dengan alasan itulah beberapa penelitian menjelaskan bahwa empati berpengaruh terhadap proses pemaafan. Ketika pelaku meminta maaf kepada korban maka hal itu akan membuat korban berempati kemudian termotivasi untuk memaafkan. b) Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya. Penilaian akan memengaruhi setiap perilaku individu, artinya setiap perilaku itu ada penyebabnya dan penilaian dapat mengubah perilaku individu (termasuk pemaafan) di masa mendatang. c) Tingkat kelukaan, artinya banyak orang yang merasa sakit hati ketika mendapatkan bukti bahwa hubungan interpersonal yang mereka kira akan bertahan lama ternyata hanya bersifat sementara. Hal ini sering kali menimbulkan kesedihan yang mendalam. Ketika hal ini terjadi, maka pemaafan tidak bisa atau sulit diwujudkan. d) Karakteristik kepribadian yaitu karakter yang hangat, kooperatif, tidak mementingkan diri, menyenangkan, jujur, dermawan, sopan dan fleksibel juga cenderung menjadi empati dan bersahabat. Karakter lain yang diduga berperan adalah cerdas, analitis, imajinatif, kreatif, bersahaja, dan sopan. e) Kualitas hubungan yaitu seseorang yang memaafkan kesalahan pihak lain dapat dilandasi oleh komitmen yang tinggi pada relasi mereka. Selain itu, McCullough menjelaskan ada empat alasan mengenai kualitas hubungan yang berpengaruh terhadap perilaku memaafkan dalam hubungan interpersonal, yaitu: a. Pasangan yang mau memaafkan pada dasarnya

mempunyai motivasi yang tinggi untuk menjaga hubungan. b. Dalam hubungan yang erat ada orientasi jangka panjang dalam menjalin hubungan diantara mereka. c. Dalam kualitas hubungan yang tinggi, kepentingan satu orang dan kepentingan pasangannya menyatu. d. Kualitas hubungan mempunyai orientasi kolektivitas yang menginginkan pihak-pihak yang terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan diantara mereka. Dengan demikian, *forgiveness* dapat digunakan sebagai salah satu upaya pemulihan bagi perempuan korban kekerasan personal.

Proses *forgiveness* dapat dimulai apabila seseorang memaknai peristiwa yang terjadi pada dirinya, sebab *forgiveness* merupakan suatu perubahan motivasi dimana individu menjadi semakin menurun motivasi untuk membalas dendam terhadap pelaku pelanggaran, semakin menurun motivasi untuk menghindari pelaku, dan semakin termotivasi oleh niat baik. Dengan demikian, individu baru dikatakan memaafkan apabila ia telah mampu melepaskan perasaan-perasaan negatifnya dan berusaha kembali untuk membangun hubungan yang baik (McCullough, 2000).

McCullough (2000) menjelaskan bahwa ada tiga aspek *forgiveness* yaitu : a) *Avoidance Motivation* (motivasi untuk menghindari) yaitu semakin menurunnya motivasi untuk menghindari pelaku, membuang keinginan untuk menjaga kerenggangan (jarak) dengan orang yang telah menyakitinya. Misalnya, korban berusaha menjaga untuk tidak menjauhi atau menghindari pelaku walaupun perbuatan pelaku menyakiti korban. b) *Revenge Motivation* (motivasi untuk balas dendam) yaitu semakin menurunnya motivasi untuk membalas dendam terhadap suatu hubungan mitra, membuang keinginan untuk membalas

dendam terhadap orang yang telah menyakiti. Misalnya, korban berusaha untuk tidak marah atau melakukan perbuatan menyakitkan sebagai respon balik untuk membalas perbuatan pelaku. c) *Benevolence Motivation* (motivasi untuk berbuat baik) yaitu individu semakin termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku meskipun pelanggarannya termasuk tindakan berbahaya, keinginan untuk berdamai atau melihat *well-being* orang yang menyakitinya. Misalnya, korban berusaha untuk berpikir positif dan mengabaikan perbuatan pelaku demi menjalin hubungan yang baik.

Enright & Fitzgibbons (2000) mengungkapkan tahap-tahap proses pemaafan terdiri atas empat tahapan, yaitu: a) Menyadari kemarahan merupakan tahap dimana individu berusaha untuk menyadari bahwa saat individu dalam kondisi marah bisa saja sangat menyakitkan, namun dengan memaafkan bukan berarti berpura-pura bahwa sesuatu tidak terjadi atau bersembunyi dari perasaan sakit. Individu menderita karena merasa disakiti dan individu harus jujur kepada dirinya sendiri dan mengakui bahwa individu sedang menderita atau merasa sakit. b) Memutuskan untuk memaafkan, artinya memaafkan membutuhkan pengambilan keputusan dan komitmen dari diri individu itu sendiri, karena pengambilan keputusan merupakan bagian yang penting dari proses ini, maka Enright membaginya menjadi tiga bagian, yaitu: melupakan atau meninggalkan masa lalu, berusaha untuk melihat kepada masa depan, dan memilih untuk melakukan pemaafan. c) Berusaha untuk melakukan pemaafan, artinya memutuskan untuk memaafkan tidaklah cukup. Individu harus mengambil tindakan yang konkrit untuk membuat keputusan itu menjadi nyata. d)

Menemukan dan melepaskan diri dari penjara emosi, artinya saat individu menolak untuk memaafkan maka kepahitan, kebencian, dan kemarahan seperti empat tembok sel penjara dan memaafkan merupakan kunci yang dapat membuka pintunya dan mengeluarkan individu dari sel penjara tersebut.

Penelitian ini digunakan dengan metode berupa kajian teoritik atau *literature review*. Penelitian melalui kajian teoritik merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengkaji dan menganalisa dokumen, arsip, dan jenis dokumen lainnya yang diperoleh sebagai bahan penelitian (Prastowo, 2012). Subjek dalam penelitian ini diperoleh melalui data sekunder.

DISKUSI

Beberapa penelitian yang mengungkapkan kekerasan yang telah dialami oleh perempuan di ranah personal, yaitu:

- a) Kekerasan dalam hubungan pacaran telah dipengaruhi oleh dua faktor. Faktor yang memengaruhi adalah: a) Faktor internal yaitu pengetahuan korban dan keterpaparan korban terhadap informasi; b) Faktor eksternal yaitu pola asuh orang tua, dan pergaulan atau pengaruh negatif dari teman sebaya. (Mesra, Salmah, Fauziah, 2015).
- b) Kekerasan dalam pacaran (KDP) dapat mengakibatkan trauma dan trauma kekerasan masih terus membayangi jika korban harus menjalin hubungan pacaran lagi. Korban yang memiliki resiliensi yang rendah tidak bisa merespon secara sehat dengan kekerasan yang terjadi dalam hidupnya sehingga korban yang telah mengalami kekerasan akan menjadi sulit untuk bisa keluar dari lingkaran kekerasan yang ada (Primadinni, 2014).

- c) Kekerasan dalam pacaran dapat terjadi untuk mempertahankan apa yang dimiliki. Kekuasaan dalam suatu hubungan, misalnya hubungan pacaran dapat membuat seseorang melakukan kekerasan untuk mempertahankan apa yang dianggap sebagai miliknya. Proses terjadinya kekerasan dalam pacaran disebabkan oleh beberapa hal yaitu rasa cemburu, perselingkuhan, tidak menuruti perintah atau larangan dari pacarnya, kurang perhatian dan membohongi pacarnya. Bentuk-bentuk kekerasan yang dialami dalam pacaran terbagi menjadi dua yakni kekerasan fisik dan kekerasan non fisik (Daeli, 2018).
- d) Dalam hubungan pacaran dapat terjadi kekerasan yaitu: a. Kekerasan fisik yaitu memukul, menampar, menendang, serta tindakan fisik lainnya. b. Kekerasan psikologis yaitu mengancam, memanggil dengan sebutan buruk, memperlakukan, mencaci maki, menjelek-jelekan, berteriak, menyumpah, dan lain sebagainya. c. Kekerasan seksual yaitu memaksa pacarnya untuk melakukan perilaku seksual tertentu seperti meraba, memeluk, mencium, hubungan seksual padahal pasangannya tidak bersedia atau berada di bawah ancaman. Bentuk-bentuk kekerasan tersebut dapat berdampak secara negatif, yaitu: a. Dampak psikologis yaitu perempuan menjadi trauma atau benci kepada laki-laki. Akibatnya, perempuan menjadi takut menjalin hubungan dengan laki-laki. b. Dampak seksual yaitu mengalami sebuah traumatik bagi para korban dan orang-orang yang dekat dengan korban. c. Dampak fisik melalui pelecehan yang sering dan parah bisa mengakibatkan cedera yang lebih parah seperti: lebam, memar, luka, lecet, ginekologi dan

patah tulang dapat terjadi. d. Dampak sosial yaitu posisi perempuan menjadi lemah dalam hubungannya dengan laki-laki. Apabila perempuan yang merasa telah menyerahkan keperawanannya pada pacarnya, biasanya merasa minder untuk menjalin hubungan lagi (Safitri, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian yang dijelaskan di atas, dapat dipahami bahwa kekerasan dalam ranah personal dapat terjadi melalui hubungan pacaran. Kekerasan pun terjadi karena dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Melalui kedua faktor tersebut maka kekerasan dapat terjadi secara fisik, psikis, seksual dan ekonomi yang selanjutnya memunculkan dampak yang dialami oleh korban.

Korban yang mengalami kekerasan perlu diberikan pemulihan sehingga terbantu untuk keluar dari lingkaran kekerasan. Beberapa penelitian telah menjelaskan mengenai pemulihan yang diberikan bagi perempuan korban kekerasan. Salah satu bentuk proses pemulihan yang dilakukan bagi korban yaitu dari perspektif *forgiveness*.

Hasil-hasil penelitian yang mengungkapkan bentuk pemulihan perempuan sebagai korban yang mengalami kekerasan personal melalui *forgiveness*, yaitu:

- a. Istri yang mengalami kekerasan karena suami yang berselingkuh dapat memaafkan suami. Pemaafan yang dilakukan oleh istri merupakan suatu proses yang memerlukan kemauan kuat, kerja keras serta latihan mental karena ternyata tidak semua individu mau dan mampu untuk melakukannya. Proses pemaafan yang terjadi tidak selalu bergerak linier, namun bergerak maju mundur. Hal ini menandakan bahwa kondisi emosi manusia yang dinamis, fluktuatif, dan reaktif

- sehingga tidak berdiam pada satu keadaan. Pemaafan yang dilakukan oleh istri terhadap perselingkuhan suami ternyata bukan hanya ditunjukkan untuk memaafkan peristiwa perselingkuhan tersebut melainkan istri juga berusaha memaafkan diri sendiri, bahkan perasaan bersalah dan berdosa yang mendorong sehingga terjadinya pemaafan (Sa'adah, Sakti & Sakti, 2012).
- b. Memaafkan sebagai upaya psikoterapi bagi istri. Tahapan memaafkan pada korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) bisa mengalami *feedback loops* dan *feed-forward loops*, melompat-lompat tidak beraturan, atau bahkan juga kembali menjalani tahapan yang telah dialami sebelumnya yang disertai dengan perubahan sikap. Motivasi korban untuk mau memaafkan pelaku didasarkan pada manfaat dari memaafkan itu sendiri, yaitu belajar untuk ikhlas. Korban merasa perlu memaafkan untuk melepaskan rasa marah, benci, dendam dan sakit hati. Dorongan untuk memaafkan dapat terjadi karena dukungan dari lingkungan terdekat korban dan pemahaman pada ajaran agama yang dianutnya. Melalui memaafkan, dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan psikologis seseorang serta memperbaiki hubungan interpersonal (Salama, 2012).
- c. *Forgiveness* menjadi salah satu cara yang dilakukan ketika korban menyadari bahwa rasa kecewa, sakit hati, marah bahkan dendam yang dialami akibat KDP (kekerasan dalam pacaran) harus dihilangkan demi kebaikan. Korban dapat melakukan proses pemaafan secara total karena kemampuan mengiklaskan, memiliki rasa empati dan berpegang pada ajaran agama. Selain itu, kehadiran kekasih baru juga dapat memengaruhi korban untuk memaafkan mantan pacar yang sebelumnya melakukan tindakan kekerasan (Ginting & Sakti, 2015).
- d. KDRT (kekerasan dalam rumah tangga) yang dialami oleh tiga orang subjek yang merasa kesulitan memaafkan suami masing-masing (pelaku kekerasan) karena adanya ruminasi yaitu ingatan terhadap peristiwa KDRT yang pernah dialami dan adanya atribusi serta penilaian negatif mengenai suami. Dinamika *forgiveness* terjadi ketika istri yang mengalami KDRT mengubah dorongan untuk menghindari suami dan mengurangi dorongan membalas dendam terhadap suami ke arah yang positif melalui akomodasi. Meskipun suami meminta maaf atas kesalahannya, namun tidak ditemukan adanya empati untuk memaafkan pasangan. Tetapi istri (korban) tetap memiliki dorongan untuk berbuat baik kepada suami dengan cara melayani suami, karena bagi istri hal tersebut merupakan tugas dari seorang istri dalam rumah tangga yaitu untuk melayani suami (Dewi & Hartini, 2017).
- e. *Forgiveness* bagi istri sebagai korban KDRT dapat dikembangkan melalui bentuk koping untuk mengurangi ketegangan, tekanan/distress yaitu koping yang berfokus pada masalah dan koping yang berfokus pada emosi. Perilaku *forgiveness* terhadap emosi lebih dipengaruhi oleh unsur religiusitas dan adanya dukungan sosial, sedangkan perilaku *forgiveness* terhadap masalah dipengaruhi oleh keinginan untuk merasa nyaman (Hidayatullah, Budi & Argiati, 2013).
- f. Adanya *ruminatio* *about transgression*, yaitu kecenderungan korban untuk terus-menerus mengingat

kejadian perselingkuhan suami, dapat menghalangi diri korban untuk memaafkan. Dua orang istri selaku korban yang masih bertahan dalam perkawinan telah menyatakan perilaku pemaafan terhadap perselingkuhan suami tergolong dalam dimensi *Hollow Forgiveness*, yaitu istri dapat mengekspresikan secara konkret pemaafan melalui perilaku, namun sebaliknya istri belum dapat merasakan dan menghayati adanya pemaafan dalam dirinya. Meskipun istri memilih bertahan dalam perkawinan dikarenakan anak serta alasan finansial yaitu ketergantungan secara ekonomi terhadap suami (Sari, 2012).

- g. *Forgiveness* dapat terjadi apabila seseorang memiliki hati yang besar untuk memaafkan. Faktor yang memengaruhi perilaku memaafkan adalah memberikan maaf pada teman karena ingin membangun hubungan sosial yang baik setelah adanya konflik. Untuk proses *forgiveness*, korban membutuhkan waktu dengan cara memiliki sikap diam dan menjaga jarak agar tidak terjadi konflik lagi (Alentina, 2017).
- h. Para korban kekerasan dapat memaafkan pasangannya karena berkaitan dengan hubungan pasangan sebelum tindak kekerasan terjadi. Korban dapat menyatakan perilaku pemaafan karena ada faktor yang memengaruhi yaitu anak, prinsip dan religiusitas para korban. Pada proses pemaafan, faktor-faktor inilah yang membuat korban memaafkan pelaku (suami) untuk mempertahankan rumah tangga. Tahapan yang dilalui para korban kekerasan dari mulai merasakan sakitnya dilukai, meredakan kebencian, mencoba untuk menyembuhkan diri sendiri dan kembali memulai hubungan

yang baru, baik dengan suami ataupun mantan suami (Syafira, 2017).

- i. Korban yang mengalami kemarahan, kebencian, dan rasa sakit hati terhadap orangtua (ayah), serta kesedihan terkait keadaan keluarga, maka korban membutuhkan kualitas hubungan yang baik serta pemaknaan dan penghayatan positif terhadap ayahnya dan peristiwa menyakitkan yang dialaminya supaya proses memaafkan dapat dilakukan. Berdasarkan hal ini, ada korban yang sudah mampu memaafkan dan berdamai, adapula yang belum sepenuhnya dapat memaafkan namun rasa marah, benci, sakit hati dan keinginan membalas dendam sudah menurun, tetapi ada juga yang sulit melakukan pemaafan karena belum dapat memaknai peristiwa yang dialami (Nasri, Nisa & Karjuniwati, 2018).
- j. Salah satu cara untuk menyembuhkan luka batin yang dialami seseorang adalah dengan memaafkan orang yang telah berbuat jahat. Tindakan memaafkan pada dasarnya akan lebih mudah dilakukan seseorang yang memiliki spiritualitas. Tindakan memaafkan merupakan spiritualitas seseorang yang tercermin dari kesediaan dan kemampuan memaafkan orang lain yang telah berbuat jahat dan melukai batinnya. Diperlukan kesediaan untuk mengakui dengan jujur bahwa kita sedang mengalami luka batin, kesediaan untuk membuang emosi negatif dan menelaah kembali luka batin serta faktor-faktor yang menyebabkan atau memengaruhi (Siregar, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pendekatan *forgiveness* yang telah dijelaskan di atas, dapat dianalisa bahwa peranan dari keluarga dan lingkungan sekitar dapat berpengaruh

untuk proses pemulihan terhadap korban. Dengan adanya dukungan sosial dari lingkungan sekitar dan nilai spiritual yang dimiliki oleh korban dapat memberikan pemulihan terhadap diri korban bahkan secara langsung memulihkan relasi korban dengan orang lain. Namun, *forgiveness* juga tidak mudah dilakukan oleh setiap orang atau perempuan yang telah mengalami kekerasan di ranah personal, baik yang terjadi dalam rumah tangga atau kekerasan dalam hubungan berpacaran.

Mengacu dari teori *forgiveness* dianalisa bahwa *forgiveness* dapat terjadi apabila korban kekerasan telah mampu melepaskan perasaan-perasaan negatif yang dimilikinya dan termotivasi untuk tidak menghindari dan tidak membalas dendam terhadap pelaku sehingga upaya *forgiveness* dapat dilakukan untuk memperbaiki hubungan korban dan pelaku. Hal ini pun dapat dilakukan dengan mengikuti tahapan yang ditentukan yaitu menyadari kemarahan, memutuskan untuk memaafkan, berusaha untuk melakukan pemaafan, serta menemukan dan melepaskan diri dari penjara emosi. Sebab pemulihan tidak dapat terjadi secara mudah untuk menghilangkan memori kekerasan yang telah dialami oleh seseorang. Oleh sebab itu, *forgiveness* dapat dipakai sebagai salah satu upaya pemulihan bagi perempuan yang telah menjadi korban kekerasan.

Forgiveness tidak mungkin berhasil apabila korban sulit memahami kekerasan yang terjadi. Meskipun kekerasan yang dialami adalah kekerasan fisik, kekerasan psikis, kekerasan seksual atau kekerasan ekonomi, tetapi korban harus mampu untuk menyadari penyebab dia berada dalam lingkaran kekerasan. Perilaku memaafkan harus dinyatakan melalui tindakan sehingga korban bisa keluar dari perasaan marah menuju kedamaian.

Apabila tahapan tersebut tidak bisa dilakukan maka korban akan mengalami kegagalan dalam proses *forgiveness* dan menghambat terjadinya pemaafan secara total. *Forgiveness* akan lebih mudah terjadi ketika korban memiliki motivasi yang tinggi, ikhlas untuk memaafkan dan terdorong dengan nilai-nilai agama yang dimiliki serta dukungan dari lingkungan sekitar termasuk keluarga.

SIMPULAN

Forgiveness dapat menjadi salah satu bentuk pemulihan bagi perempuan korban kekerasan, baik yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga maupun kekerasan dalam pacaran. *Forgiveness* perlu dilakukan dengan motivasi dari diri korban sehingga pemaafan dapat bermanfaat bagi diri korban sendiri dan bagi orang lain (pelaku). Selain itu, *forgiveness* dapat menjadi upaya penanggulangan dampak negatif dan penghakiman terhadap pelaku dengan tidak menyangkal rasa sakit, tetapi dengan menunjukkan bentuk rasa kasihan, perdamaian dan cinta.

Apapun pengalaman dan bentuk kekerasan yang dialami oleh korban, *forgiveness* memiliki kelebihan untuk dapat membantu memulihkan korban, yaitu: a) Memahami dan mengakui keadaan yang tidak diinginkan (tindakan kekerasan yang terjadi). b) Adanya dorongan dalam diri sendiri dan dukungan sosial dari lingkungan sekitar. c) Memiliki kemauan kuat dan kerja keras serta kesiapan mental. d) Memiliki kemampuan untuk mengiklaskan dan tetap memegang ajaran agama. e) Keinginan untuk tetap membangun hubungan yang baik.

Forgiveness tidak dapat dilakukan secara total, bahkan menjadi kelemahan untuk dilakukan, yaitu: a) Adanya ingatan/memori dan penilaian negatif terhadap pelaku dan bentuk kekerasan

yang dialami. b) Sulit memaknai peristiwa kekerasan yang dialami. c) Adanya prinsip yang dimiliki yaitu tidak ingin menjadikan lingkungan sekitar sebagai korban. d) Adanya kebergantungan dengan diri pelaku.

Dengan demikian, penelitian ini telah menghasilkan temuan baru terhadap pendekatan *forgiveness* yaitu seseorang dikatakan memaafkan apabila orang tersebut dapat: a). Memaknai bentuk kekerasan yang dialami; b). Tidak menghindari pelaku; c). Tidak membalas dendam; d). Memiliki unsur religiusitas; e). Meningkatkan kebaikan; dan f). Memaafkan tanpa syarat/secara total. Hal inilah perlu dimiliki oleh setiap orang untuk dapat melakukan proses memaafkan secara total dan menghilangkan memori negatif yang masih tersimpan.

Forgiveness bermanfaat untuk dapat dipakai sebagai salah satu bentuk pemulihan bagi setiap orang yang telah menjadi korban kekerasan dan membutuhkan pemulihan, agar: 1) Menambah wawasan bagi pasangan ataupun setiap orang yang telah mengalami kekerasan di ranah personal; 2) Mencegah tindakan kekerasan yang berkelanjutan; 3) Memulihkan perempuan yang telah menjadi korban kekerasan. Penelitian ini dapat dikembangkan lagi dengan variabel atau metode yang berbeda untuk menghasilkan kajian yang baru.

Studi ini adalah bagian untuk *literature review* hibah pascasarjana tahapan ketiga dari DRPM-Kemristekdikti dengan judul: Model Pencegahan dan Perlindungan Kekerasan Dalam Pacaran Berbasis Gender dari Perspektif Psiko-Ekologi (Kajian Sistem Psiko-Ekologi Holistik Integratif di Jawa Tengah).

DAFTAR PUSTAKA

- Adi. (2009). *Bunuh Diri Contoh Sikap Agresif*. Semarang : Psikologi Plus. P.T Nico Sakti. Vol IV.
- Alentina, C. (2017). Memaafkan (Forgiveness) Dalam Konflik Hubungan Persahabatan. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2).
- Amiel, S., & Heath, L. (2003). *Family violence primary care*. Oxford: Oxford University Press.
- Daeli, S. S. (2018). Resiliensi Perempuan yang Mengalami Kekerasan dalam Pacaran (Studi Kasus: Mahasiswa Kost-Kost an Padang Bulan Kota Medan).
- Dewi, I. D. A. D. P., & Hartini, N. (2017). Dinamika Forgiveness pada Istri yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT). *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 51-62.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Ginting, T. I., & Sakti, H. (2015). Dinamika Pemaafan Pada Remaja Putri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran. *Empati*, 4(1), 182-187.
- Hidayatullah, S., Budi, S. H. B. A. H., & Argiati, A. (2013). Dinamika Psikologi dan Perilaku *Forgiveness* bagi Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal Spirits*, 4(1), 74-80.

- Komnas Perempuan. (2018). Lembar Fakta dan Poin Kunci, Catatan Tahunan (CATAHU). di Kelurahan Kandang Limun Bengkulu). Skripsi, Universitas Bengkulu.
- Martha. (2003). *Kekerasan dan hukum*. Yogyakarta: UII Press.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well-Being. *Journal of Personality and Clinical Psychology*. 19(1), 46.
- Mesra, E., Salmah, S., & Fauziah, F. (2015). Kekerasan Dalam Pacaran Pada Remaja Putri di Tangerang. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (JITek)*, 2(1).
- Nasri, S. A., Nisa, H., & Karjuniwati, K. (2018). Bagaimana Remaja Memaafkan Perceraian Orang Tuanya: Sebuah Studi Fenomenologis. *Seurune: Jurnal Psikologi UNSYIAH*, 1(2), 102-120.
- Orth, Ulrich, Matthias Berking, Nadine Walker, Laurenz L, Meier, Hansjorg Znoj. (2007). *Forgiveness and psychological adjustment following interpersonal transgressions : Longitudinal analysis*. Dalam journal of research in Personality, doi:10.1016/j.jrp. nasional science foundation to Ulrich Orth. Swiss. Hal 1-21.
- Prastowo, Andi. (2012). Metode Penelitian Kualitatif dalam Prespektif Rancangan Penelitian. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Primadinni, A. (2014). Resiliensi Perempuan yang mengalami Kekerasan dalam Pacaran (Studi Kasus pada Mahasiswi Kost-Kostan
- Sa'adah, E. M., Sakti, H., & Sakti, D. V. (2012). The Wife's Forgiveness Toward Husband's Infidelity. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah SI Undip*, 106-119.
- Safitri, W. A. (2013). Dampak kekerasan dalam berpacaran. *Skripsi*, Universitas Jember.
- Salama, N. (2012). Memaafkan sebagai upaya psikoterapi (makna dan proses memaafkan menurut perspektif korban).
- Sari, K. (2012). Forgiveness pada Istri sebagai Upaya untuk Mengembalikan Keutuhan Rumah Tangga akibat Perselingkuhan Suami. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 9.
- Siregar, C. (2012). Menyembuhkan Luka Batin dengan Memaafkan. *Humaniora*, 3(2), 581-592.
- Syafira, A. R. (2017). Perilaku Pemaafan pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga.