

Dimensi *Forgiveness* Individu yang Bercerai

Hikmah Husniyah Farhanindya¹⁾, Karolin Rista²⁾

¹⁾Psikologi Profesi (S2), Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Jl. Selomowaru 45 Surabaya

Email : hikmahhf_s2@untag-sby.ac.id

Abstrak. *Perceraian di Kota Surabaya, menurut data Peradilan Agama kelas 1A terdapat 4.872 kasus. Pada tahun 2018 meningkat menjadi 5.235, sehingga dalam satu tahun telah terjadi peningkatan perceraian sebanyak 363 kasus. Dampak perceraian yang dialami individu yaitu pengalaman traumatis pada salah satu pasangan. Individu yang telah bercerai cenderung menunjukkan perasaan sedih, kecewa, frustrasi, tidak nyaman, tidak tentram, tidak bahagia, takut, khawatir, stress bahkan ada juga yang mengalami depresi. Kondisi tersebut membuat individu menunjukkan emosi negatif seperti marah, dendam, bahkan benci dan menyalahkan mantan pasangan atau bahkan orang lain. Oleh karena itu individu yang bercerai memerlukan suatu tindakan untuk melepaskan emosi negatif yaitu dengan forgiveness. Tujuan penelitian ini yaitu mengidentifikasi dimensi-dimensi forgiveness pada individu yang bercerai, serta mengidentifikasi upaya yang dilakukan untuk mengatasi dampak perceraian. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan subyek penelitian individu yang telah bercerai lebih dari lima tahun. Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subyek telah mencapai dimensi ketiga dari forgiveness yaitu benevolence motivation, artinya ketiga subyek mampu menunjukkan keinginan untuk berbuat baik kepada mantan pasangan. Upaya yang dilakukan oleh ketiga subyek untuk mengatasi dampak perceraian yaitu aspek religiusitas, dengan memperbanyak ibadah maka semakin cepat individu tersebut dapat mencapai forgiveness kepada mantan pasangannya.*

kata kunci : forgiveness, individu yang bercerai, perceraian

1. Pendahuluan

Pernikahan merupakan ikatan atau akad perkawinan yang dilakukan oleh pasangan sesuai dengan ketentuan hukum dan ajaran agama (KBBI). Pasangan yang telah terikat dalam pernikahan diharapkan dapat membentuk keluarga yang harmonis dan memberikan kesejahteraan antara pasangan suami istri yang telah terikat secara sah dimata hukum maupun agama, serta menghasilkan keturunan yang berkualitas untuk meneruskan cita-cita bangsa. Keturunan yang terlahir dari pasangan yang telah menikah sangat penting untuk keberlangsungan siklus kehidupan manusia. Seorang wanita yang telah melahirkan anak-anak hasil dari pernikahan, maka ia harus bertanggung jawab untuk merawat dan membesarkan anak-anaknya dengan baik. Seorang suami harus mampu bertanggung jawab dan memberikan nafkah bagi istri dan juga anak-anaknya. Kehidupan pernikahan tidak terlepas dari berbagai konflik berujung perceraian.

Fenomena perceraian yang terjadi pada penduduk Indonesia selalu meningkat di setiap tahun. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) dalam data Statistik Indonesia tahun 2018, jumlah seluruh kasus perceraian yang terjadi di Indonesia pada akhir tahun 2017 adalah sebanyak 374.516. Seluruh jumlah kasus perceraian bervariasi pada setiap provinsi. Provinsi Jawa Timur konsisten menduduki urutan pertama jumlah kasus perceraian di Indonesia selama tiga tahun terakhir, pada tahun 2015 jumlah kasus perceraian sebanyak 87.475 kasus, tahun 2016 sebanyak 86.491 kasus dan tahun 2017 sebanyak 84.839 kasus. Perceraian di Kota Surabaya menurut data peradilan Agama (PA) kelas 1A telah ada 4.872 kasus. Pada tahun 2018 meningkat menjadi 5.235, artinya dalam satu tahun terjadi peningkatan perceraian sebanyak 363 Kasus (radarsurabaya.jawapos.com). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik dari banyaknya

kasus perceraian hanya ada satu kasus yang rujuk kembali, hal ini menunjukkan bahwa individu yang telah mengajukan perceraian tidak mudah untuk berdamai satu sama lain, cenderung menghindari satu sama lain dan saling menjaga jarak.

Menurut Dariyo (2004) perceraian adalah suatu peristiwa yang menyebabkan perpisahan secara resmi antara pasangan suami istri dan telah menyepakati untuk tidak menjalankan tugas dan kewajiban sebagai pasangan suami istri. Dampak perceraian menurut Dariyo (2004) yaitu pengalaman traumatis pada salah satu pasangan, baik laki-laki maupun perempuan. Individu yang telah bercerai pada umumnya akan menunjukkan perasaan sedih, kecewa, frustrasi, tidak nyaman, tidak tentram, tidak bahagia, takut, khawatir, *stress* bahkan ada juga yang mengalami depresi. Kondisi tersebut membuat individu menunjukkan emosi negatif seperti marah, dendam, bahkan benci dan menyalahkan mantan pasangannya atau bahkan orang lain. Sehingga individu yang bercerai memerlukan suatu tindakan untuk melepaskan pemikiran negatif yaitu dengan *forgiveness*.

Ketika individu memilih jalan perceraian diharapkan dapat menumbuhkan perasaan iba dan kasih sayang, menumbuhkan kemurahan hati, mampu mengontrol emosi terhadap orang yang telah menyakiti hatinya tersebut, meningkatkan upaya rekonsiliasi, dan bermusyawarah dengan pihak yang menyakitinya. Menurut McCullough, Worthington & Rachal (1997) *Forgiveness* merupakan perubahan motivasi seseorang untuk menurunkan motivasi membalas dendam, motivasi untuk menjauhkan diri atau menghindari orang yang menyakiti serta meningkatkan motivasi untuk berbuat baik dan berdamai pada orang yang sudah melakukan tindakan yang menyakitkan. McCullough, Root, dan Cohen (2006) menjelaskan bahwa dimensi *forgiveness* ada 3 (tiga) yaitu *avoidance motivation*, *revenge motivation*, *benevolence motivation*. Dimensi pertama dari *forgiveness* adalah *avoidance motivation*, dimensi ini menunjukkan adanya penurunan motivasi untuk menghindari orang yang menyakiti, ditandai dengan perilaku menjaga jarak kepada orang yang dinilai menyakiti. Rendahnya motivasi untuk menghindar menggambarkan semakin dekat seseorang pada keadaan memaafkan. Dimensi kedua *revenge motivation*, adanya dorongan individu untuk membalas perbuatan orang yang menyakiti. Individu dalam keadaan dipenuhi oleh emosi negatif seperti marah dan benci sehingga muncul rasa dendam dan keinginan untuk membalas. Dimensi ketiga yaitu *Benevolence Motivation*, dimensi ini merupakan dimensi positif dari *forgiveness*. Ditandai dengan adanya dorongan untuk berbuat baik terhadap orang yang menyakitinya, mulai berempati dan berkomunikasi dengan baik.

Individu yang bercerai menunjukkan perilaku yang berbeda-beda, terdapat individu yang dapat menerima kondisi pasca perceraian dengan menyibukkan diri dengan pekerjaan untuk mencukupi dari segi ekonomi pasca perceraian terutama bagi individu yang telah memiliki anak. Pasca perceraian ia menjadi orang tua tunggal dimana ia harus membiayai diri sendiri dan anak-anaknya. Akan tetapi terdapat pula individu yang merasakan emosi-emosi negatif pasca perceraian dengan mantan pasangannya, hal ini ditemukan oleh peneliti pada subyek yang akan menjadi sumber data. Kondisi tersebut terjadi disebabkan dengan peristiwa yang melatar belakangi perceraian. Berdasarkan wawancara ditemukan peristiwa yang melatar belakangi perceraian yaitu perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga dan faktor ekonomi yang tidak dapat dipenuhi oleh pihak suami. Pasca perceraian yang terjadi, individu merasa kecewa, marah dan bahkan menarik diri dari lingkungan, namun berbagai upaya telah dilakukan subyek selama beberapa tahun hingga subyek dapat menerima dan memaafkan mantan pasangannya. Individu yang bercerai dapat mencapai *forgiveness* dapat dilihat dari ciri-ciri perilaku yang terdapat pada dimensi-dimensi *forgiveness*.

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah dipaparkan, terdapat permasalahan yang dapat dirumuskan, yaitu 1) Bagaimana dimensi *forgiveness* yang dimiliki oleh individu yang telah bercerai? 2) Upaya-upaya yang dilakukan untuk tercapainya *forgiveness* pada individu yang bercerai?. Berdasarkan rumusan masalah tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul **“Dimensi *Forgiveness* Individu yang Bercerai”**

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Creswell (2010), penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang oleh sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Penelitian kualitatif ini mengarah pada pendekatan fenomenologi dengan menggunakan metode wawancara.

Peneliti memilih sumber data dengan menggunakan teknik *purposive*, yaitu teknik pemilihan dengan menetapkan kriteria atau ciri-ciri yang sesuai tujuan penelitian. Karakteristik sumber data pada penelitian ini yaitu individu yang bercerai lebih dari lima tahun.

3. Hasil Penelitian

Data hasil penelitian diperoleh dari teknik wawancara. Peneliti melakukan wawancara kepada 3 (tiga) individu yang bercerai selama lebih dari lima tahun. Peneliti melakukan wawancara untuk mengetahui penyebab dari perceraian pada ketiga subyek. Permasalahan yang menyebabkan perceraian pada subyek pertama yang berinisial FF yakni perceraian nya disebabkan oleh hubungan jarak jauh yang terjadi selama 4 tahun disebabkan karena FF harus bekerja dipulau yang berbeda dengan mantan istri, konflik yang mulai timbul karena hubungan jarak jauh yang terjalin berujung pada perselingkuhan yang dilakukan oleh mantan istri. Saat ini subyek telah melewati perceraian selama enam tahun. Sedangkan subyek kedua yang berinisial RI mengalami kegagalan rumah tangga yang disebabkan oleh permasalahan ekonomi dan kekejaman yang dilakukan mantan suaminya terhadap anaknya, selama menjalani pernikahan RI sebagai istri juga bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Kebutuhan ekonomi yang terus meningkat dan suami yang memutuskan keluar dari pekerjaan merupakan awal dari konflik rumah tangganya. Suami RI menjadi mudah emosi bahkan kedua anaknya beberapa kali dipukul jika tidak menurutinya, ia juga telah berusaha mencarikan pekerjaan bagi suami namun tidak membuahkan hasil. Konflik semakin sering terjadi sehingga RI tidak dapat lagi menahannya dan memutuskan untuk bercerai dengan suaminya.

Subyek ketiga yaitu berinisial AU, penyebab perceraianya yaitu karena mengalami kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh mantan suaminya, selama pernikahan ia merasa tertekan sebab tidak diperbolehkan bertemu dengan keluarganya. Hal tersebut disebabkan karena ia memiliki perbedaan pendapat dengan mantan suami. Sehingga setiap ia bertemu keluarga, mantan suaminya menjadi emosi dan ketika AU tidak lagi menuruti kemauan mantan suaminya maka suaminya melakukan kekerasan kepadanya. Sejak saat itu konflik diantara keduanya terus berlanjut, hingga pada tahun ketiga pernikahan kesalahpahaman yang dituduhkan mantan suaminya membuat AU merasa lelah dan tidak lagi bisa bertahan, akhirnya ia meminta diceraikan dan meninggalkan mantan suaminya. Setelah mengetahui penyebab perceraian pada ketiga subyek, peneliti melakukan identifikasi dimensi-dimensi *forgiveness* pada individu yang bercerai.

a. Dimensi *avoidance motivation*

Dimensi ini menunjukkan adanya penurunan motivasi untuk menghindari orang yang menyakiti, ditandai dengan perilaku menjaga jarak kepada orang yang dinilai menyakiti. Ketiga subyek mengalami dimensi *avoidance motivation* diawal perceraian. Subyek FF menjelaskan “*Setelah saya mengetahui bahwa mantan istri saya selingkuh, saat itu saya marah, tidak terima, kecewa dengan mantan istri saya. Saya juga merasa putus asa, frustrasi, bingung dan panik, bahkan saya juga menyalahkan berbagai pihak. Kurang lebih saya membutuhkan waktu dua tahun untuk bangun dari keadaan tersebut. Saya tidak ingin bertemu dengan mantan pasangan saya jadi kalau kangen sama anak, ya saya temui saat mereka disekolah*”.

Subyek kedua, RI menyatakan “*Pasca bercerai saya merasa sedih, kangen dan mangkel, geram juga sakit hati, tapi sebisa mungkin saya berupaya tegar rasanya seperti hilang sebagian hidup saya, karena saya harus meninggalkan anak-anak. Saya memilih pergi dari rumah orang tua mantan suami saya saat itu dan langsung putus hubungan saat itu*”

Sedangkan pada subyek ketika AU mengungkapkan keadaannya pasca perceraian “*keadaan ku setelah bercerai, secara emosi saya merasa marah, sedih, kecewa dan kacau, dendam juga. Apalagi satu bulan pertama masih harus bertemu dengan mantan karena hak asuh anakku kan ada pada dia, sehingga terpaksa aku harus berbagi tugas merawat anak. Hingga akhirnya setelah satu bulan saya merasa hidup saya tetap diatur dan didoktrin, saya tidak kuat dan akhirnya membawa anak saya keluar dari rumah mantan. Setelah itu loss contact bahkan aku ganti-ganti nomor agar dia tidak bisa menghubungi dan mengambil anak saya. Tapi setiap malam saya sering flashback dan merasa sedih, kecewa dan marah atas keadaan sulit saat itu. Aku ngerasa rapuh walau berusaha gak nunjukkan ke orang lain, namun karena anakku berusia dua tahun maka ya aku harus menghidupinya, aku tidak mau bergantung dengan mantan maupun orangtua jadi saya segera mencari kerja*”

b. Dimensi *Revenge Motivation*

Pada dimensi ini ditandai, adanya dorongan individu untuk membalas perbuatan orang yang menyakiti. Individu dalam keadaan dipenuhi oleh emosi negatif seperti marah dan benci sehingga muncul rasa dendam dan keinginan untuk membalas. Dari ketiga subyek, subyek FF dan RI tidak memiliki keinginan untuk membalaskan perbuatan mantan pasangannya. Sedangkan subyek AU merasakan dorongan membalas dendam akan tetapi tidak diwujudkan dalam bentuk perlakuan. Berikut ini penjelasan dari subyek FF, “*Keinginan untuk balas dendam seperti yang sudah dia lakukan sih tidak, tetapi jika saya menuntut apa yang menjadi hak-hak kita itu bisa disebut membalas dendam. Lebih sering sih saya mengungkit-ungkit pengorbanan dan pengakuan*” Sedangkan RI mengatakan “*kalau keinginan untuk membalas perbuatan mantan sih enggak ada ya, tapi yang jelas saya berhak bahagia dong*”.

Berbeda dengan pernyataan kedua subyek sebelumnya, pada subyek AU menyatakan “*pernah sih kepikiran untuk balas dendam gitu ya, karena jujur saja aku ini tipe pendendam dan menyimpan semua hal yang negatif. Tapi seiring berjalannya waktu aku mikir itu malah bikin hidupku rusak. So, aku*

mulai pelan-pelan hilangin sampai ga mikirin sama sekali. Setelah itu aku bisa lebih enjoy sama kerjaan, anak dan diriku”

c. Dimensi ketiga yaitu *Benevolence Motivation*

Dimensi ini merupakan dimensi positif dari *forgiveness*. Ditandai dengan adanya dorongan untuk berbuat baik terhadap orang yang menyakitinya, mulai berempati dan berkomunikasi dengan baik. Saat ini ketiga subyek telah berada pada dimensi *Benevolence Motivation*. Subyek FF mengutarakan sebagai berikut “*Setelah saya sudah bisa menerima keadaan diri saya ya tidak ada alasan bagi saya untuk tidak menjalin silaturahmi dengan mantan saya. Seperti saat ibunya meninggal, saya langsung kesana bersama dengan anak-anak saya untuk ngelayat bahkan saya juga ikut menguburkan, saya sempat ngobrol bentar dengan mantan saya.*”

Sedangkan subyek RI menyatakan “*setelah dua tahun berpisah dengan mantan suami, saya menghubungi mantan saya dulu ya terkadang menanyakan kabar anak saya, lalu memberikan dia info lowongan pekerjaan. Saya kasian sih liat dia tidak kerja jadi ya saya ingin membantu dia mendapatkan pekerjaan. Setelah beberapa bulan saya juga bawa anak-anak saya ikut saya aja, itu juga saya berpamitan dengan baik-baik tanpa emosi. Itu juga demi kebaikan dia karna kan dengan kondisi dia tidak bekerja, kasian kalau harus biayain sekolah dua anak saya*”

Subyek AU mengungkapkan “*setelah 5 tahun pasca perceraian aku dihubungi teman kalau dia kena sakit stroke dan balik ke kampungnya, dia pengen ketemu sama anak. Disitu aku ngerasa kasihan sih, jadi yauda gapapa aku jenguk ajan dan liat keadaanny sama anakku buat jenguk dia. Ketemu sama ibunya juga, setidaknya dia bisa ketemu anaknya dan aku sudah lebih kuat lah ngehadepin dia dan ibunya.*”

Forgiveness pada individu yang bercerai dapat mencapai dimensi positif dengan berbagai upaya-upaya yang telah dilakukan, berikut ini subyek pada penelitian ini mengungkapkan upaya-upaya yang telah dilakukan. Berdasarkan hasil wawancara FF mengatakan bahwa “*Upaya yang saya lakukan ya curhat atau berkonsultasi ya, melakukan perjalanan jauh (safar) untuk muhasabah diri, yang jelas saya memperbanyak ibadah, banyak doa, banyak mohon ampun dan minta maaf kepada yang bekepentingan. Setelah saya merasa dekat dengan Allah saya merasa tenang dan semua*”. Pada subyek kedua, RI mengungkapkan “*upaya yang pertama saya lakukan ya saya rajin ke gereja, saya banyak berdoa dan meminta ampunan. setelah itu saya merasa lebih tenang dan kembali bersemangat untuk bekerj keras, apalagi pekerjaan saya berhubungan dengan orang lain. Hal tersebut menjadi hiburan untuk saya. Lalu saya memilih untuk menetap di kota yang benar-benar baru agar saya bisa bertemu dengan orang baru*”

Sedangkan pada subyek ketiga AU, ia menyatakan upaya yang dilakukan olehnya “*Aku sih menyibukkan diri dalam bekerja, memaksa diri bahkan diluar kemampuan ku, mulai belajar dari nol. Saat itu aku yang jelas banyakin sholat, dari sholat fardhu, sholat sunnah, sholat dhuha sampai akhirnya saya bisa dapatkan dengan sangat mudah atas ijin Allah, dari segi ekonomi dan orang-orang disekitarku. Saat itu aku mulai memutuskan untuk berhijab. Alhamdulillah ya itu semua keajaiban dari Allah*”

Forgiveness dari sudut pandang individu yang bercerai memiliki makna yang khusus seperti yang diungkapkan oleh ketiga subyek. Menurut FF

“Memaafkan menurut saya bermakna menerima, mengakui dan menghargai. Menghargai diri kita juga termasuk mantan istri saya, juga jasa-jasanya. Sebagaimana kita ingin dihargai. Sebelum dapat menghargai, ya kita harus lebih dulu harus menerima, mengakui semua kejadian di masa lalu adalah bagian dari diri kita, baik buruknya, benar salahnya kita atau orang lain, kelam atau bahagiannya. Kegagalan yang kita terima sebagai pencapaian sekalipun tidak layak si untuk dirayakan seperti kesuksesan atau tercapainya keinginan. Seperti yang kita sadari bahwa walaupun kita punya keinginan namun Tuhan yang maha berkehendak. Dimana kehendaknya jauh lebih baik dan sempurna”

Menurut RI *“memaafkan itu artinya memiliki kemauan untuk berdamai ya, tetap bersahabat kepada orang yang pernah mengecewakan kita. Menerima orang tersebut dengan hati yang lapang seperti tidak pernah ada konflik diantara kita”*

Menurut AU *“memaafkan itu memiliki manfaat yang lebih baik untuk diri sendiri karena dengan memaafkan itu memberikan nilai positif buat diri sendiri, dengan memaafkan sih saya jadi dapat enjoy dalam menciptakan dan mewujudkan apa yang saya inginkan”*

4. Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa pada awal perceraian individu umumnya menunjukkan ciri-ciri perilaku yang termasuk pada dimensi *forgiveness* yang pertama (*avoidance motivation*) yaitu individu akan meninggalkan mantan pasangannya, berusaha menghindari mantan pasangannya untuk mengatasi dampak psikologis maupun ekonomi yang disebabkan oleh perceraian. Pada dimensi kedua *forgiveness* (*Revenge Motivation*) tidak semua individu menunjukkan keinginan untuk membalas dendam kepada mantan pasangannya. Pada dimensi ketiga (*Benevolence Motivation*) ketiga subyek penelitian telah menunjukkan empati dan adanya perilaku untuk berbuat baik kepada mantan pasangannya.

Individu yang telah bercerai dapat mencapai dimensi ketiga dari *forgiveness* setelah melalui berbagai upaya, hasil wawancara dari ketiga subyek terdapat satu kesamaan upaya yang dilakukan yaitu dari aspek religiusitas. Semakin individu berupaya untuk meningkatkan keimanan dengan memaksimalkan ibadahnya maka individu semakin dapat menunjukkan emosi positif yang ada dalam dirinya sehingga dapat menerima dan memaafkan kondisi psikologis yang terjadi pasca perceraian. Penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Worthington dan Wade (dalam Munthe 2013) salah satu upaya yang dapat mempengaruhi tercapainya *forgiveness* yaitu tingkat religiusitas, semakin tinggi tingkat religiusitas individu terhadap ajaran agamanya maka semakin cepat individu dapat mencapai *forgiveness* kepada mantan pasangannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

a. Bagi Individu yang Bercerai

Individu yang telah bercerai diharapkan untuk memperdalam pemahaman ilmu agama guna meningkatkan aspek religiusitas. Semakin meningkat religiusitas, individu akan semakin mampu melihat persoalan dengan bijak dan dapat mengendalikan diri dalam menyikapi setiap permasalahan yang terjadi setelah perceraian.

b. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperdalam wawancara terkait dengan *forgiveness* pada individu yang bercerai, *forgiveness* pada keluarga yang terdampak perceraian dan *forgiveness* pada anak-anak korban perceraian.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada Karolin Rista, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing atas bimbingan dan masukannya terhadap penelitian ini

Terima kasih kepada seluruh subyek penelitian yang bersedia meluangkan waktu dan berbagi pengalaman maupun peristiwa yang pernah dialami.

Terima kasih untuk keluarga yang selalu memberikan dukungan kepada penulis hingga penelitian ini selesai.

Daftar Pustaka

- [1]. KBBI.2018. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). [Online] Available at: <http://kbbi.web.id/pusat>. Diakses 25 September 2019.
- [2]. Badan Pusat Statistik Jakarta Pusat. 2018. Statistik Indonesia Tahun 2018. Jakarta Pusat: Badan Pusat Statistik
- [3]. Choiriyah, Ismaul. "Selama 2018, Surabaya Punya 5.235 Janda Baru" (02 Februari 2019). <https://radarsurabaya.jawapos.com/read/2019/02/02/117456/selama-2018-surabaya-punya-5235-janda-baru>. Diakses pada 26 September 2019.
- [4]. Dariyo, A. 2004. Psikologi Perkembangan Dewasa Muda. Jakarta : PT. Gramedia
- [5]. Dariyo, A. 2004. Memahami Psikologi Perceraian Dalam Kehidupan Keluarga. Jurnal Psikologi. Vol. 2.
- [6]. McCullough, M. E., Worthington, E. L. Jr., Rachal, K. C.1997. Interpersonal Forgiving in Close Relationships. Journal of Personalinty and sosial Psychology, Vol. 73, hal. 321-336
- [7]. McCullough, M. E., Root, L. M., & Cohen, A. D.2006. Writing about the personal benefits of a transgression facilitates forgiveness. Journal of Consulting and Clinical Psychology. Vol . 74, No. 5, hal. 887-897
- [8]. Creswell, John W. 2015. Penelitian Kualitatif & Desain Riset. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- [9]. Munthe, R.A.N. 2013. Perbedaan Forgiveness Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai Di Kecamatan Medan Timur. Skripsi. Fakultas Psikologi: Universitas Medan Area.