

Proses Pemaafan (*Forgiveness*) Pada Mahasiswa Korban *Adverse Childhood Experience* Di Kota Semarang

Monica Yoniek Putri¹, Agustin Handayani²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

Email:

agustin@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi proses pemaafan pada mahasiswa yang mengalami adverse childhood experience (ACE) di Kota Semarang, dengan latar belakang tingginya angka kekerasan terhadap anak secara fisik, psikis, maupun seksual. Menggunakan pendekatan kualitatif desain fenomenologi, penelitian ini menekankan pemahaman mendalam terhadap pengalaman hidup dan makna pemaafan pada korban ACE. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi pada dua partisipan dengan latar belakang pengalaman buruk masa kecil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pemaafan sangat dipengaruhi oleh trauma masa kecil, dinamika keluarga, dan dukungan sosial. Setiap partisipan menempuh tahapan pemaafan yang berbeda; satu berada pada fase pengungkapan luka emosional, sementara yang lain sudah aktif memaafkan. Proses ini melibatkan keterbukaan, penerimaan emosi, pencarian bantuan profesional, dan upaya bangkit dari keterpurukan. Pemaafan bukan sekadar melupakan kesalahan, melainkan membangun kembali kekuatan emosional dan mental untuk menghadapi kehidupan secara positif. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi psikologis bagi korban ACE di lingkungan pendidikan tinggi.

Kata Kunci: Pemaafan, Adverse Childhood Experience (ACE), Mahasiswa, Trauma

Abstract

This study aims to explore the forgiveness process among university students who have experienced adverse childhood experiences (ACE) in Semarang, prompted by the high prevalence of physical, psychological, and sexual violence against children. Employing a qualitative phenomenological approach, this research emphasizes an in-depth understanding of the lived experiences and meaning of forgiveness among ACE survivors. Data were collected through in-depth interviews and observations with two participants who had a history of childhood adversity. The findings indicate that the forgiveness process is strongly influenced by childhood trauma, family dynamics, and available social support. Each participant underwent different stages of forgiveness; one was in the uncovering phase of emotional wounds, while the other had actively entered the work phase of forgiveness. This process involved openness, emotional acceptance, seeking professional help, and efforts to recover from adversity. Forgiveness is not merely about forgetting past mistakes, but about

rebuilding emotional and mental strength to face life positively. These findings are expected to serve as a foundation for developing psychological interventions for ACE survivors in higher education settings.

Keywords: *Forgiveness, Adverse Childhood Experience (ACE), University Students, Trauma*

1. PENDAHULUAN

Merujuk data yang telah diterbitkan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) sebanyak 27.593 anak menjadi korban kekerasan sepanjang tahun 2022. Bentuk kekerasan yang dialami tidak hanya terbatas pada kekerasan fisik, tetapi juga mencakup kekerasan psikis, seksual, penelantaran, perdagangan manusia, hingga eksploitasi. Sementara itu, KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) mengumumkan bahwa antara Januari sampai Agustus 2023, terdapat 2.355 kasus pelanggaran hak dan perlindungan anak di sektor pendidikan. Rincian kasus tersebut meliputi 87 anak menjadi korban perundungan, 27 anak mengalami kekurangan fasilitas pendidikan, 24 anak terdampak kebijakan pendidikan yang merugikan, 236 anak mengalami kekerasan fisik atau psikis, dan 487 anak menjadi korban kekerasan seksual (Prima Sihombing & Berlianti, 2024). Data tersebut memperlihatkan jika masih marak perilaku atau tindakan kekerasan di Indonesia. Tindak kekerasan disini terjadi di berbagai tempat seperti sekolah, tempat kerja, bahkan terjadi pada lingkungan keluarga. Umumnya kekerasan adalah tindakan yang tidak menyenangkan yang dapat melibatkan aspek fisik atau psikologis.

Lingkungan yang harusnya bisa memberikan rasa aman terkadang malah menjadi tempat yang membuat seseorang merasa tertekan. Kekerasan dalam lingkungan keluarga menempati proporsi tertinggi dalam kasus kekerasan yang dialami oleh anak-anak berusia 0 hingga 12 tahun. Jumlah kekerasan anak selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan jika Indonesia sedang berada dalam status darurat kekerasan terhadap anak, mengingat jumlah kasus kekerasan yang terus meningkat dan telah mencapai tingkat yang mengkhawatirkan. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak Pasal 1 ayat (15a), menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan kekerasan terhadap anak adalah: “Kekerasan adalah setiap perbuatan terhadap Anak yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, psikis, seksual, dan/atau penelantaran, termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum” (Kemensesneg, 2014). Pelaku kekerasan terhadap anak tidak jarang berasal dari individu yang seharusnya berperan sebagai pelindung, seperti orang tua, kerabat dekat, tetangga, bahkan tenaga pendidik. Terdapat sejumlah faktor yang melatarbelakangi orang tua melakukan kekerasan kepada anak, yaitu adanya riwayat kekerasan yang dialami oleh orang tua pada masa kecil, ketidakmatangan emosi, rendahnya kepercayaan diri, minimnya dukungan sosial, jumlah anak yang banyak, serta kurangnya pengetahuan mengenai pola pengasuhan yang tepat (Muarifah dkk., 2020).

Kekerasan yang dialami oleh anak-anak membuat banyak ketakutan dan tidak jarang pula yang mengalami trauma. Trauma berarti kejadian atau pengalaman yang benar-benar buruk, biasanya pengalaman yang “menempel”, yang tidak bisa dilupakan dan memiliki dampak yang bertahan lama pada diri kita. Trauma yang dialami anak akibat

kekerasan dalam lingkungan keluarga cenderung bersifat kompleks, karena dampaknya dapat terbawa hingga masa dewasa. Trauma sendiri merupakan kondisi psikologis yang muncul sebagai respons terhadap tekanan mental atau luka fisik akibat pengalaman yang membekas dan sulit dilupakan, sehingga memengaruhi keseimbangan emosional serta perilaku individu (Pertiwi & Lestari, 2021).

Tindakan kekerasan terhadap anak berpotensi menjadi pemicu munculnya pengalaman buruk di masa kanak-kanak. *Adverse Childhood Experience* atau dalam Bahasa Indonesia dikenal sebagai pengalaman buruk pada masa kanak-kanak, merujuk pada berbagai kejadian yang bersifat traumatis dan tidak menguntungkan bagi perkembangan anak. Pengalaman-pengalaman tersebut umumnya bersifat serius dan dapat menimbulkan dampak jangka panjang, baik pada tahap remaja maupun ketika memasuki usia dewasa. Pengalaman buruk pada anak-anak dapat tertanam dalam perkembangan kepribadian anak (Anggadewi, 2020). Pengalaman buruk yang terjadi memang sulit diidentifikasi karena tidak meninggalkan bekas, namun hal tersebut bisa mengakibatkan trauma diantaranya mengalami kendala dalam menjalin hubungan sosial dengan keluarga dan teman dekat.

Salah satu dampak dari pengalaman buruk pada masa kanak-kanak adalah terhambatnya perkembangan emosional. Anak yang mengalami pengalaman tersebut cenderung mengalami kesulitan dalam membangun keterampilan untuk mengelola dan mengatasi emosi, serta kebingungan dalam memahami dan merespons reaksi emosional dari orang lain. Selain menghambat perkembangan emosional, anak yang mengalami pengalaman buruk juga cenderung mengalami kesulitan dalam proses belajar, baik di lingkungan rumah maupun di sekolah. Kondisi ini turut memengaruhi perkembangan konsep diri yang negatif, serta menimbulkan permasalahan dalam menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Anak mungkin menunjukkan kecenderungan untuk menarik diri dan memilih menyendiri. Jika tidak ditangani dengan tepat, dampak tersebut dapat berkembang menjadi gangguan psikologis yang lebih serius, seperti depresi, bahkan berisiko mengarah pada kematian (Ariani & Asih, 2022).

Saat seseorang berada dalam situasi yang bersifat merugikan secara emosional dan bersifat traumatis hanya sebagian individu yang memiliki kemampuan atau kesiapan untuk memaafkan secara tulus apalagi melupakan kesalahan yang telah dilakukan oleh pihak lain. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemaafan berperan penting dalam penyembuhan luka emosional. McCullough (2000) memiliki pandangan bahwa memaafkan dapat mengurangi perasaan negatif yang merusak hubungan interpersonal. Apabila tidak ada permintaan maaf yang terucap dari pelaku hal tersebut dapat mempengaruhi cara individu berinteraksi dan bisa mengarahkan individu untuk membalas pelaku. Memaafkan sering kali menjadi tantangan besar karena melibatkan berbagai aspek emosi manusia yang kompleks dan dinamis. Hal ini memerlukan usaha keras, kemauan yang kuat, serta latihan mental yang terus-menerus. Setiap individu memiliki kapasitas dan proses berbeda dalam menghadapi luka emosional, sehingga tidak mengherankan jika ada sebagian orang yang merasa sulit untuk melepaskan perasaan marah, dendam, atau kecewa yang terpendam. Dampaknya, ada kalanya perasaan tersebut berkembang menjadi pola perilaku yang negatif atau destruktif. Misalnya, munculnya gerakan-gerakan atau kelompok ekstrem yang melakukan tindakan antisosial dapat menjadi manifestasi dari kebencian dan rasa sakit hati akibat peristiwa masa lalu yang belum terselesaikan. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketidakmampuan untuk

memaafkan tidak hanya mempengaruhi individu secara pribadi, melainkan berpotensi merugikan lingkungan sosial di sekitarnya.

Anak-anak yang mengalami kekerasan menjadi perhatian utama, proses pemaafan terhadap pelaku memerlukan perjalanan panjang dan tidak mudah. Luka emosional yang dialami sering kali memengaruhi perkembangan psikologis korban, sehingga membutuhkan dukungan yang berkelanjutan baik dari keluarga, lingkungan, maupun bantuan profesional. Proses pemaafan ini bukan hanya sekadar tentang melupakan atau memaafkan kesalahan orang lain, tetapi juga tentang membangun kembali kekuatan emosional dan mental untuk menghadapi kehidupan dengan lebih positif.

McCullough dkk. (1997) mengatakan jika pemaafan adalah alat pendorong seseorang mampu menahan diri untuk tidak membalas, menekan dorongan kebencian terhadap pihak yang telah menyakitinya, serta menunjukkan kesiapan yang lebih besar untuk memperbaiki atau memediasi hubungan dengan pelaku. Pengalaman buruk yang ditimbulkan oleh kekerasan yang dilakukan anggota keluarga kepada anak adalah hal yang sangat fatal. Dampak yang ditimbulkan terlihat pada perilaku sosial anak, seperti timbulnya rasa rendah diri, kesulitan dalam bersosialisasi, tidak mudah percaya terhadap orang di sekitarnya, serta kecenderungan untuk menunjukkan perilaku yang agresif.

Worthington (2005), pemaafan dapat melindungi individu dari perasaan negatif. Perasaan negatif ini, jika dibiarkan bisa menyebabkan individu merasa enggan, menghindari, dan menjauh dari aktivitas yang seharusnya dilaksanakan. Pendapat lain juga menyatakan jika pemaafan mempersilakan terjadinya perubahan internal dalam pikiran dan perasaan seseorang. Dengan memaafkan, individu dapat melepaskan perasaan negatif yang dialami, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental mereka. Proses ini membantu individu untuk bergerak maju dan mengurangi dampak negatif dari pengalaman yang menyakitkan.

Memaafkan atau *forgiveness* merupakan kesanggupan untuk membebaskan pikiran dan hati dari kenangan masa lalu yang buruk, serta dari perasaan rasa bersalah. Proses memaafkan dapat membantu individu mengatasi kemarahan dan menghilangkan keinginan untuk membalas dendam kepada seseorang yang telah menyakiti mereka. Dengan demikian, pemaafan tidak hanya bermanfaat bagi orang yang dimaafkan, tetapi juga bagi diri sendiri, karena dapat membawa kedamaian dan kebebasan emosional. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Brandsma (1982) pemaafan merupakan penguasaan terhadap pikiran, perasaan dan perilaku yang negatif tanpa mengabaikan perasaan yang terluka tetapi memandang pelaku dengan penuh penerimaan sehingga hati yang terluka dapat merasakan kesembuhan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian fenomenologi. Pendekatan kualitatif merupakan prosedur penelitian yang bertujuan untuk menelaah objek dalam kondisi alaminya dan memahami suatu fenomena secara mendalam melalui eksplorasi makna, persepsi, serta pengalaman hidup individu dalam konteks tertentu. Penulis memilih pendekatan kualitatif karena dinilai lebih peka dan responsif pada peran serta beragam dampak yang muncul selama penelitian berlangsung. Menurut Creswell (2016) penelitian kualitatif merupakan proses penelitian yang dilakukan dengan menggunakan analisis data untuk dapat mempelajari makna yang

dimiliki oleh subjek terkait fenomena yang ada dengan mengidentifikasi pola atau tema. Metode kualitatif berfokus pada upaya menjawab pertanyaan "mengapa" dan "bagaimana," yang membutuhkan pendekatan deskriptif serta pendalaman terhadap suatu fenomena. Penelitian ini mengumpulkan data melalui penyatuan berbagai informasi sumber data atau triangulasi, kemudian menganalisis data yang dilakukan berdasarkan pengamatan, dan hasilnya akan menekankan arti daripada upaya untuk membuat penyamarataan.

Jenis pendekatan kualitatif yang dipergunakan dalam penelitian ini merupakan jenis pendekatan fenomenologi. Kata fenomena berasal dari bahasa Yunani "*phainomenon*" yang memiliki arti penampakan sesuatu, sedangkan dalam bentuk jamak berbunyi "*phainomena*" yang berarti fenomena-fenomena. Kahija (2017) menjelaskan bahwa fenomena merupakan pengalaman hidup berupa kejadian mental, peristiwa mental maupun aktivitas mental yang dialami oleh individu atau subjek penelitian. Pendekatan ini berfokus pada pemahaman yang mendalam terhadap pengalaman hidup individu yang berhubungan dengan suatu fenomena tertentu. Fenomenologi bertujuan untuk mengungkap esensi dari pengalaman tersebut tanpa dipengaruhi oleh asumsi atau teori yang telah ada sebelumnya.

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam atau *in-depth interview*. Wawancara adalah proses tanya jawab antara penanya dan informan dengan tujuan untuk menggali informasi lebih mendalam mengenai bagaimana narasumber menginterpretasikan situasi dan fenomena yang terjadi. Menurut Kahija (2017) metode wawancara umumnya dibagi menjadi tiga, yakni wawancara terstruktur, semi terstruktur dan tidak struktur. Penelitian ini menggunakan jenis wawancara semi terstruktur, di mana peneliti mempersiapkan panduan wawancara berupa pertanyaan-pertanyaan yang relevan dengan fenomena yang sedang diteliti, agar informasi yang didapatkan selaras dengan kepentingan dan maksud penelitian. Peneliti menerapkan teknik pengumpulan data tambahan yaitu observasi. Observasi ini dimanfaatkan untuk memvisualkan keadaan informan selama proses wawancara berjalan serta hal-hal sesuai yang memiliki keterkaitan dengan data yang dibutuhkan pada penelitian ini (Yundari & Soetjiningasih, 2018).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini akan menjelaskan karakteristik partisipan berdasarkan aspek sosiodemografi. Penelitian ini melibatkan dua partisipan, yang masing-masing memiliki pengalaman akan proses pemaafan terhadap perilaku yang tidak menyenangkan di masa kecil. Saat pengumpulan data, keduanya masih berstatus mahasiswa di sebuah perguruan tinggi di Kota Semarang dengan rentang usia 18-25 tahun berdasarkan karakteristik yang telah dijelaskan sebelumnya, kedua partisipan dalam penelitian ini merupakan perempuan yang pernah mengalami *adverse childhood experience* (ACE). Akan tetapi setiap partisipan memiliki perbedaan dalam hal pelaku kejadian tersebut. Partisipan 1 mengalami *adverse childhood experience* dari ayah kandung saat berusia 7 tahun. Sementara itu, partisipan 2 mengalami *adverse childhood experience* sekitar usia 13 tahun ketika partisipan masih duduk di bangku sekolah menengah pertama (SMP).

Berikut hasil temuan berupa tema-tema dari masing-masing partisipan terkait proses pemaafan pada mahasiswa korban *adverse childhood experience*. Tema-tema yang ditemukan dari analisis tiap partisipan disebut sebagai tema superordinat. Terdapat 13

tema superordinate dari seluruh partisipan dan beberapa tema menunjukkan kesamaan antar partisipan, seperti proses penyembuhan dan pemaafan, ketidakberdayaan di masa kecil, dinamika keluarga dan dampak kekerasan, pertumbuhan emosional dan perubahan diri. Namun, ada juga perbedaan yang ditemukan pada setiap partisipan, misalnya pada partisipan 1 yang mengalami kontradiksi dan kekecewaan dalam hubungan keluarga, sedangkan partisipan 2 mengalami kompleksitas emosional dan ketahanan dalam situasi sulit.

Berdasarkan hasil analisis terhadap seluruh partisipan dapat diketahui bahwa kedua partisipan memiliki proses pemaafan yang berbeda. Partisipan 1 berada dalam tahap *uncovering phase*, pada tahap ini individu menyadari dan mengakui rasa sakit serta emosi negatif yang dialami akibat tindakan orang lain. Kesadaran ini penting untuk memahami dampak dari peristiwa yang terjadi. Sedangkan partisipan 2 berada pada tahap *work phase*, pada tahap ini individu mulai bekerja secara aktif untuk memaafkan. Hal ini melibatkan usaha untuk memahami perspektif pelaku, mengembangkan empati dan menggantikan emosi negatif dengan perasaan positif.

Berdasarkan hasil tema superordinat, kedua partisipan memiliki persamaan dan perbedaan dalam proses memaafkan. Setiap tema superordinat saling berhubungan dan menunjukkan tema yang lebih menonjol pada masing-masing partisipan. Tema superordinat yang ditemukan juga memiliki hubungan tertentu bagi setiap partisipan yang kemudian dapat menunjukkan tema-tema yang terlihat lebih menonjol dibandingkan tema lainnya.

1. Persamaan Tema Antarpartisipan

Analisis pengalaman proses pemaafan pada setiap partisipan menunjukkan beberapa tema yang sama. Ada 5 tema utama yang ditemukan pada semua partisipan, yaitu: (1) Trauma dan ketidakberdayaan di masa kecil; (2) Proses penyembuhan dan pemaafan; (3) Mekanisme perlindungan dan *coping*; (4) Dinamika keluarga dan dampak KDRT; dan (5) Penyembuhan dan pertumbuhan pribadi. Kesamaan tema ini muncul karena semua partisipan mengalami pengalaman buruk di masa kecil dari orang terdekat. Hal tersebut membuat makna proses pemaafan bagi partisipan cenderung memiliki kesamaan.

2. Perbedaan Tema Antarpartisipan

Analisis menunjukkan adanya beberapa perbedaan pada tiap partisipan. Perbedaan ini dipengaruhi oleh dampak pengalaman buruk pada masa kecil dan lingkungan atau *support system* yang dimiliki. Berikut beberapa perbedaan tema pada masing-masing partisipan: Partisipan 1 memiliki tema (1) Kontradiksi dan kekecewaan dalam hubungan keluarga. Partisipan 2 memiliki tema (1) Kompleksitas emosional ketahanan dalam situasi sulit. Berikut penjelasan mengenai perbedaan tema pada semua partisipan:

Partisipan 1 memiliki tema kontradiksi dan kekecewaan dalam hubungan keluarga dikarenakan partisipan 1 memiliki kekecewaan dan pertentangan dalam hubungan keluarganya. Perilaku ini terjadi karena interaksi kompleks antara harapan, nilai, dan dinamika emosional. Harapan anak yang tidak terpenuhi, seperti ingin mendapatkan dukungan atau pengertian dari anggota keluarga, sering kali menyebabkan kekecewaan. Ketika realitas yang dihadapi tidak sesuai dengan ekspektasi. Selain itu, perbedaan nilai dan keyakinan antar anggota keluarga dapat

menciptakan ketegangan, terutama ketika pandangan mengenai pendidikan, karier, atau norma sosial tidak sejalan.

Dinamika kekuasaan dalam keluarga juga berperan, di mana individu yang merasa terpinggirkan dapat mengalami frustrasi. Perubahan signifikan dalam struktur keluarga, seperti perceraian atau pergeseran peran, dapat memicu ketidakpastian dan kehilangan, yang semakin memperburuk kekecewaan. Secara keseluruhan, fenomena ini mencerminkan tantangan yang dihadapi individu dalam menavigasi hubungan yang seharusnya mendukung namun sering kali dipenuhi dengan konflik dan ketidakpastian. Partisipan 2 memiliki tema kompleksitas emosional ketahanan dalam situasi sulit tetapi tidak membuat partisipan 2 memiliki kekecewaan. Hal ini terjadi karena partisipan 2 memiliki dukungan sosial dari anggota keluarga yang lain. Ketahanan emosional merujuk pada kemampuan individu untuk menghadapi, beradaptasi, dan pulih dari stres atau kesulitan. Pengalaman hidup yang beragam, baik positif maupun negatif, dapat membentuk cara seseorang merespons tantangan.

3. Hubungan Antartema Pada Seluruh Partisipan

Tema-tema yang ditemukan dari hasil analisis terhadap pengalaman seluruh partisipan menunjukkan adanya hubungan tertentu antara satu tema dengan tema lainnya. Ada dua jenis hubungan, yaitu hubungan sebab akibat dan hubungan timbal balik. Hubungan sebab akibat berarti bahwa salah satu tema dapat mempengaruhi munculnya tema lain, sedangkan hubungan timbal balik berarti kedua tema tersebut muncul dengan saling mempengaruhi satu sama lain. Berdasarkan hubungan antartema ini dapat diketahui tema mana yang terlihat lebih menonjol pada seluruh partisipan. Berikut ini adalah uraian mengenai hubungan antartema pada semua partisipan:

a. Proses penyembuhan dan Pemaafan

Tema ini memiliki keterhubungan dengan beberapa tema lainnya. Pada partisipan 1, proses penyembuhan dan pemaafan mempengaruhi munculnya tema dinamika keluarga dan dampak KDRT, dampak perceraian dan kekerasan dalam keluarga, trauma dan ketidakberdayaan di masa kecil, kontradiksi dan kekecewaan dalam hubungan keluarga, mekanisme perlindungan dan *coping*, dan pertumbuhan emosional dan transformasi diri. Pada partisipan 2, tema ini mempengaruhi munculnya tema proses penyembuhan dan pemaafan, dampak perceraian dan kekerasan dalam keluarga, dinamika keluarga dan perbedaan perlakuan, kekerasan dan dinamika keluarga yang rumit, penyembuhan dan pertumbuhan pribadi, strategi mengatasi stress dan kesehatan emosional dan kompleksitas emosional dan ketahanan dalam situasi sulit.

b. Dampak Perceraian dan Kekerasan

Tema ini memiliki beberapa hubungan dengan tema lainnya. Partisipan 1 mengungkapkan dampak perceraian dan kekerasan mempengaruhi munculnya tema trauma dan ketidakberdayaan di masa kecil dan kontradiksi dan kekecewaan dalam hubungan keluarga. Tema ini juga memiliki hubungan timbal balik dengan tema dinamika keluarga dan dampak KDRT dan kompleksitas emosional dan ketahanan dalam situasi

sulit. Bagi partisipan 2 tema dampak perceraian dan kekerasan menyebabkan munculnya tema kekerasan dan dinamika keluarga yang rumit, kompleksitas emosional dan ketahanan dalam situasi sulit, dan dinamika keluarga dan perbedaan perlakuan.

Penjelasan di atas memperlihatkan bahwa terdapat dua tema yang tampak lebih dominan dibandingkan tema-tema lain yang dialami oleh semua partisipan. Kedua tema ini muncul secara konsisten dan memiliki pengaruh yang besar dalam pengalaman para partisipan. Kedua tema tersebut adalah (1) Proses penyembuhan dan pemaafan dan (2) Dampak perceraian dan kekerasan.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan makna dari proses pemaafan pada mahasiswa yang pernah mengalami *adverse childhood experience*. Berikut adalah rangkuman hasil temuan dari penelitian ini:

1. Individu selaku mahasiswa memaknai pengalaman buruk pada masa anak-anak cenderung membuatnya mengalami berbagai trauma. Tema ini muncul sebagai tema yang menghubungkan pengalaman antara partisipan satu dengan partisipan lainnya. Terdapat 5 tema yang merefleksikan proses pemaafan bagi mahasiswa, yaitu: (1) Dampak trauma keluarga; (2) Penyembuhan dan pemaafan; (3) Strategi *coping* dan kesehatan emosional; (4) Dinamika keluarga dan kekerasan; dan (5) Pertumbuhan pribadi dan emosional.
2. Setelah mengalami pengalaman buruk pada masa anak-anak (ACE), individu mampu melewati trauma yang dialami dengan berusaha untuk mencari jalan keluar agar kesehatan emosionalnya tetap stabil dan terjaga. Partisipan menjadi lebih terbuka pada orang lain, menerima dan merasakan emosi, mengakui kejadian yang dialami serta berusaha untuk bangkit dari keterpurukan.
3. Fase pemaafan partisipan 1 cenderung menunjukkan fase pengungkapan (*uncovering phase*) dan menyadari luka emosional atau trauma yang dialaminya. (1) Dampak trauma keluarga dan (2) Penyembuhan dan pemaafan. Sedangkan partisipan 2 cenderung menunjukkan ke fase tindakan (*work phase*) yaitu ada tindakan yang secara aktif memberikan pemaafan kepada orang yang bersalah. (1) Pertumbuhan pribadi dan emosional.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggadewi, B. E. T. (2020). Dampak psikologis trauma masa kanak-kanak pada remaja. *Journal of Counseling and Personal Development*, 2(2), 1–7.
- Ariani, N. W. T., & Asih, K. S. (2022). Dampak kekerasan pada anak. *Jurnal Psikologi Mandala*, 6(1), 69–78. <https://doi.org/10.36002/jpm.v6i1.1833>
- Brandsma, J. M. (1982). *Forgiveness: A dynamic, theological and therapeutic analysis*. *Pastoral Psychology*, 31(1), 40-50.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2016). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- La Kahija, Y.F. (2017). *Penelitian fenomenologis: Jalan memahami pengalaman hidup*. Cetakan ke-5. Yogyakarta: Penerbit PT Kanisius Yogyakarta.
- Kemensesneg, R. (2014). Undang - undang nomor 35 tahun 2014 tentang perubahan atas undang –undang nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak. *UU Perlindungan Anak*, 48. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/38723/uu-no-35-tahun-2014>
- McCullough, M. E., Worthington, E., L., Jr., & Rachal, K. C. (1997). *Interpersonal forgiving in close relationship*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321-336. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.321>
- McCullough, M. E. (2000). *Forgiveness as human strength: theory, measurement, and links to well-being*. *Journal of Social and Clinical Psychology*; Spring, 19(1), 43-55. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.43>
- Muarifah, A., Wati, D. E., & Puspitasari, I. (2020). Identifikasi bentuk dan dampak kekerasan pada anak usia dini di Kota Yogyakarta. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 757. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.451>
- Pertiwi, A. D., & Lestari, T. (2021). Dampak terhadap perkembangan psikososial anak yang pernah mengalami kekerasan dalam keluarga. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1860–1864.
- Prima Sihombing, & Berlianti, B. (2024). Indonesia darurat kekerasan pada anak, edukasi kekerasan perlu dilakukan sebagai pencegahan dini. *Abdisoshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial dan Humaniora*, 3(1), 27–35. <https://doi.org/10.55123/abdisoshum.v3i1.3086>
- Worthington, E. L. Jr. (2005). *Handbook of forgiveness*. New York: Routledge. Diakses dari <https://books.google.com/>
- Yundari, B., & Soetjningsih, H. (2018). Pemaafan (*forgiveness*) oleh istri terhadap suami yang berselingkuh untuk mempertahankan keutuhan rumah tangga. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 2(3), 199–216. <https://doi.org/10.28932/hmn.v2i3.1747>