



## Hubungan antara Mindfulness dan Dispositional Forgiveness pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai

Theresia Indira Shanti ✉ & Bianca Vanessa Susanto

Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Sudirman, Jakarta, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima 14 Mei 2020  
Disetujui 21 Mei 2020  
Dipublikasikan 30 Juni 2020

*Keywords:*  
Coming Out, Lesbian, LGBT, Semarang

*DOI:*  
<https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i1.37534>

### Abstrak

Perceraian adalah pemutusan hubungan pernikahan secara legal. Dampak dari perceraian bukan hanya dirasakan oleh suami dan istri, namun juga oleh anak dari keluarga itu termasuk mereka yang sedang dalam tahap perkembangan remaja. Remaja membutuhkan *dispositional forgiveness* untuk dapat mengurangi resiko akibat perasaan negatif yang dirasakan. Pada konteks ini *dispositional forgiveness* pada remaja dikaitkan dengan sikap *mindfulness* remaja mengenai kondisi keluarga setelah perceraian orang tuanya. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai. Partisipan penelitian ini adalah 54 remaja berusia 15-21 tahun yang mengalami perceraian orang tua dalam rentang usia 12-21 tahun. Teknik sampling yang digunakan untuk mencari partisipan adalah *convenience sampling*. Alat ukur 15-items *Five Facets of Mindfulness* dan *Heartland Forgiveness Scale* digunakan untuk menjawab tujuan penelitian. Uji korelasi dilakukan terhadap data yang diperoleh dari kedua alat ukur ini. Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai. *Mindfulness* dapat membantu individu untuk mengidentifikasi dan menerima perasaan serta pikirannya sehingga membantu terjadinya *dispositional forgiveness* dalam individu. Peneliti menjabarkan beberapa saran yang penting untuk dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya.

### Abstract

*Divorce is the legal dissolution of a marital relationship. Divorce does not only affect both husband and wife, but also the children, including those who's going through adolescence. In order to decrease the detrimental effect caused by the negative feelings towards their parents' divorce, adolescents need to have dispositional forgiveness. In this context, dispositional forgiveness in adolescent can be related to mindfulness about their family condition after the divorce. The purpose of this study is to see whether there is a significant relationship between mindfulness and dispositional forgiveness among adolescents of divorced parents. The participants of this study were 54 middle and late adolescents that went through parental divorce in the age of 12-21. The participants were obtained by convenience sampling technique. Fifteen items Five Facets of Mindfulness and Heartland Forgiveness Scale were used to answer the purpose of this study. A correlational test was performed to analyze data. Correlation test results show that there is a significant relationship between mindfulness and dispositional forgiveness among adolescents of divorced parents. Mindfulness can help adolescents identify and accept their feelings and thoughts, which can lead into dispositional forgiveness in adolescents. Researcher outlined some important suggestions to be considered for future research*

**How to cite:** Shanti, T., & Susanto, B. (2020). Hubungan antara Mindfulness dan Dispositional Forgiveness pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 30-40. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i1.37534>

© 2020 Universitas Negeri Semarang

## PENDAHULUAN

Perceraian adalah pemutusan hubungan pernikahan yang dilakukan secara legal (Bennet dalam Safitri, 2017). Data dari Badan Pusat Statistik (2017) menunjukkan bahwa di Indonesia terjadi 344.237 kasus perceraian di tahun 2014, 347.256 di tahun 2015, dan 365.333 di tahun 2016. Melalui data tersebut diketahui bahwa rata-rata angka perceraian meningkat sekitar 3% setiap tahunnya. Perceraian pasti berdampak terhadap pihak-pihak yang terlibat di dalamnya, salah satunya adalah anak. Anak yang orang tuanya bercerai cenderung merasa kecewa dan bingung terhadap perubahan yang terjadi dalam keluarga (Purwanti, Ropi, & Widiyanti, 2013).

Penelitian Azra (2017) dan Safitri (2017) menyatakan bahwa anak yang mengalami perceraian orang tua saat usia remaja lebih sulit mengatasi rasa sakit hati akibat perceraian orang tuanya. Hal ini disebabkan remaja merupakan masa transisi dalam kehidupan, saat individu menjadi lebih rentan terhadap berbagai hal yang terjadi di dalam hidupnya (Azra, 2017; Safitri, 2017). Apabila tidak diatasi dengan baik, rasa kecewa dan bingung pada remaja akibat perceraian orang tua dapat mengarah kepada hal-hal negatif yang berpotensi besar untuk membahayakan anak sendiri seperti depresi, pergaulan bebas, dan sebagainya (Tomcikova, Geckova, Reijneveld & van Dijk, 2011; Hartman, Magalhães & Mandich, 2011; Aziz, 2015).

Penelitian terdahulu mengenai perceraian menyatakan bahwa *forgiveness* dapat menjadi solusi untuk menghindarkan remaja dari dampak negatif akibat rasa marah dan kecewanya (Hikmah, 2015; Azra, 2017; Safitri, 2017). *Forgiveness* sendiri merupakan pemetaan kognitif terhadap transgresi yang dirasakan sehingga respon terhadap transgresor, transgresi, dan gejala sisa dari transgresi diubah dari respon negatif menjadi respon yang netral atau respon yang positif (Thompson et al., 2005). *Forgiveness* dilihat dapat menjadi solusi untuk mengatasi perasaan negatif pada remaja karena *forgiveness* merupakan perubahan yang bersifat internal dan dapat dikontrol oleh individu (Enright, 1991). Selain itu, *forgiveness* merupakan konsep moral yang sudah berkembang pada diri individu sejak masa kanak-kanak, sehingga konsep *forgiveness* sudah dikenal oleh remaja (Enright, 1991).

Berdasarkan spesifikasi tingkat pengukurannya, *forgiveness* dibagi menjadi tiga

tingkatan (McCullough, Hoyt, & Rachal, 2000). Tingkatan pertama adalah pemaafan terhadap individu spesifik atas kesalahan spesifik, tingkatan kedua adalah pemaafan terhadap individu spesifik terhadap kesalahan spesifik berulang, dan tingkatan ketiga adalah pemaafan individu pada level disposisi, yaitu pemaafan secara umum dalam kehidupan sehari-hari yang disebut dengan *dispositional forgiveness*. Studi-studi sebelumnya mengenai *forgiveness* mengindikasikan bahwa pengukuran *forgiveness* pada tingkat disposisi pada umumnya lebih berkorelasi dengan skor kesehatan mental dan kesejahteraan individu, sedangkan pengukuran *forgiveness* pada tingkatan transgresi spesifik yang cenderung tidak berkorelasi secara signifikan dengan skor kesehatan mental individu (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997; Siregar, 2012; Mary & Patra, 2015; Sabili, 2016).

*Dispositional Forgiveness* dapat dilihat dari tiga dimensi, yaitu *forgiveness of self*, perubahan pandangan dan interpretasi atas diri sendiri dari negatif menjadi netral atau positif; *forgiveness of others*, perubahan respon terhadap transgresor (pihak yang menyebabkan transgresi) dari respon negatif menjadi respon netral atau positif, dan *forgiveness of situation*, penerimaan dan perubahan respon terhadap situasi di luar kehendak diri sendiri yang menyebabkan transgresi dari respon negatif dan penolakan menjadi respon netral atau positif (Thompson et al., 2005).

Walaupun *dispositional forgiveness* sudah terbukti berdampak positif dan dapat menurunkan resiko dampak negatif akibat perasaan negatif yang dialami remaja akibat perceraian, penelitian Sadiq dan Mehnaz (2017) menunjukkan bahwa remaja memiliki tingkat *dispositional forgiveness* yang lebih rendah dibandingkan usia dewasa dan lanjut usia. Sadiq dan Mehnaz (2017) menduga bahwa hal ini dipengaruhi respon reaktif remaja terhadap transgresi yang cenderung dilakukan secara tidak sadar dan tanpa memikirkan konsekuensi atas responnya tersebut. Respon remaja ini dapat dikaitkan dengan kurangnya kesadaran remaja terhadap situasi di sekitarnya. Kesadaran yang dimaksud disebut dengan *mindfulness*. Penelitian ini menguji dugaan ini dengan mengaitkan *mindfulness* dengan *dispositional forgiveness*.

Menurut Baer et al. (2006), *mindfulness* adalah sikap yang membutuhkan kesadaran penuh dari individu terhadap keadaan yang berlangsung pada saat itu juga dengan tidak memberikan penilaian pribadi dan membutuh-

kan penerimaan. Individu yang memiliki sikap *mindfulness* akan memperhatikan keadaannya melalui pikiran dan emosinya dibandingkan langsung bereaksi otomatis terhadap keadaannya.

*Mindfulness* memiliki lima dimensi yaitu *observing*, kemampuan untuk melakukan observasi dan menyadari adanya pikiran, perasaan, persepsi, dan sensasi; *describing*, kemampuan untuk mendeskripsikan pikiran dan perasaannya dengan kata-kata; *acting with awareness*, kemampuan untuk bertindak dengan kesadaran dan menaruh perhatiannya pada kegiatan yang sedang dilakukan; *non-judgement*, kemampuan bersikap tanpa penilaian terhadap pengalaman internalnya; *non-reactivity*, kemampuan bersikap non-reaktif terhadap pengalaman internal pribadi (Baer et al., 2008).

Individu yang sudah *mindful* akan memperhatikan keadaannya melalui pikiran dan emosinya dibandingkan langsung bereaksi secara otomatis terhadap keadaannya, dengan pandangan yang netral dan tidak dipengaruhi oleh penilaian pribadinya (Carmody et al. dalam Gambrel & Keeling, 2010). Hal ini dapat membantu remaja untuk lebih mudah memiliki *dispositional forgiveness* dalam kesehariannya terhadap berbagai *transgresi* yang dapat muncul baik pada sepanjang proses ataupun setelah perceraian berlangsung.

Studi sebelumnya mengenai *forgiveness* menunjukkan bahwa *mindfulness* memang memiliki hubungan dengan *forgiveness* (Johns, Allen, dan Gordon, 2015). Namun, studi tersebut dilakukan pada konteks perselingkuhan dalam pernikahan. Pengukuran *forgiveness* pada penelitian tersebut juga dilakukan pada tingkatan pemaafan terhadap satu kesalahan spesifik dari seseorang. Berdasarkan perbedaan konteks penelitian dan tingkat pengukuran *forgiveness* yang digunakan, menjadi penting untuk melihat hubungan antara kedua variabel dalam konteks perceraian dengan tingkat pengukuran *forgiveness* pada level disposisi. Alasan lain perlunya penelitian ini dilakukan berkaitan adanya pengaruh perceraian orang tua yang dialami remaja terhadap kehidupan remaja itu di kemudian hari, terutama pada kehidupan perkawinan remaja. Dengan diketahuinya kaitan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness*, diharapkan dapat disarankan langkah yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak negatif remaja yang mengalami perceraian orang tua.

Tujuan penelitian ini adalah untuk me-

lihat apakah terdapat hubungan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai. Hipotesis null dalam penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai. Hipotesis alternatif dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dari bulan Maret hingga Mei 2019 terhadap remaja di Jabodetabek. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel.

Populasi pada penelitian ini adalah remaja tengah dan akhir yang mengalami perceraian orang tua di usia 12-21 tahun. Pemilihan karakteristik populasi didasari oleh diskusi hasil penelitian Azra (2017) dan Safitri (2017) yang menunjukkan bahwa tahap remaja merupakan tahap perkembangan individu saat kondisi diri menjadi lebih rentan terhadap peristiwa-peristiwa dalam hidupnya. Pembatasan usia remaja yang mengisi kuesioner pada usia remaja tengah (15-17 tahun) dan akhir (18-21 tahun) dilakukan berdasarkan pertimbangan bahwa remaja tengah dan akhir sudah mampu berpikir abstrak secara matang terkait dengan pernyataan-pernyataan yang terdapat pada kuesioner. Hal ini didasari oleh karakteristik remaja awal yang proses perkembangan berpikir abstraknya belum berkembang matang seperti remaja tengah dan remaja akhir (Agbaria, Ronen, & Hamama dalam Khairat & Adiyanti, 2015).

Teknik sampling yang digunakan untuk mendapatkan sampel dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling*. Pada metode *non-probability sampling*, setiap individu dalam populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian (Creswell, 2012). Metode ini digunakan karena jumlah populasi tidak diketahui secara pasti dan kemungkinan setiap individu menjadi partisipan penelitian juga tidak diketahui.

Teknik *non-probability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling*. Teknik sampling *convenience sampling* dilakukan dengan memilih partisipan karena mereka tersedia, bersedia, dan memenuhi karakteristik yang menjadi studi dari pen-

eliti (Creswell, 2012). Jumlah sampel penelitian ditentukan berdasarkan batas minimal sampel yang dinyatakan oleh Creswell (2012), bahwa penelitian korelasional membutuhkan kurang lebih 30 responden sebagai sampel penelitian untuk dapat merepresentasikan populasi dengan baik.

Pada tahap pengambilan data, peneliti menyebarkan kuesioner alat ukur secara *online* menggunakan aplikasi *Google Form*. Peneliti menyebarkan link *Google Form* melalui personal chat terhadap beberapa teman peneliti yang sudah diketahui mengalami perceraian orang tua dan juga teman-teman lain berusia 15-21 tahun yang mungkin memiliki kenalan dengan karakteristik yang sesuai. Penyebaran kuesioner dilakukan pada tanggal 26 April 2019 sampai dengan 9 Mei 2019 dengan jumlah responden sebanyak 57 orang. Kemudian peneliti melakukan seleksi data untuk memastikan apakah seluruh responden memenuhi karakteristik penelitian. Hasilnya terdapat tiga data yang tidak digunakan oleh peneliti karena tidak memenuhi karakteristik penelitian, yaitu berusia di atas 21 tahun dan mengalami perceraian di bawah usia 12 tahun. Proses seleksi data menghasilkan 54 responden yang datanya akan digunakan dalam penelitian ini. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis data dan interpretasi terhadap perhitungan yang sudah diperoleh.

### Instrumen Penelitian

**Pertama, 15-items Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ-15)**

FFMQ-15 terdiri atas 15 butir pernyataan yang terbagi dalam lima dimensi *mindfulness*, yaitu *observing*, *describing*, *acting with awareness*, *non-judgement*, dan *non-reactivity*, mengacu pada teori Baer et al. (2008). FFMQ-15 sudah teruji memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dengan nilai *Cronbach's alpha* berkisar dari 0.64 hingga 0.80 (Gu et al., 2016).

Respon stimulus dalam FFMQ-15 berbentuk skala Likert dengan lima pilihan respons stimulus. Partisipan tes diminta untuk menilai dari skala 1 (Tidak pernah) hingga 5 (Selalu) terhadap 15 buah pernyataan yang menunjukkan keadaan tertentu pada diri mereka sendiri. Setelah partisipan tes mengisi seluruh item berdasarkan pilihan respon stimulus yang sesuai dengan dirinya masing-masing, peneliti memberikan skor setiap item sesuai dengan respons stimulus yang dipilih. *Scoring* secara terbalik dilakukan untuk item-item *unfavorable*.

le. Skor setiap item akan dijumlahkan sesuai dengan dimensi yang diukur. Setelah itu, skor dari setiap dimensi akan ditotalkan, sehingga akan didapatkan skor akhir *mindfulness*. Selain menghasilkan skor akhir, FFMQ-15 merupakan alat ukur multidimensional yang setiap dimensinya dapat diukur dan menghasilkan skor masing-masing.

Pada penelitian ini, peneliti melakukan *back translation* dan modifikasi terhadap alat ukur FFMQ-15. Hal ini dikarenakan alat ukur FFMQ-15 masih dalam konteks sehari-hari sehingga perlu dimodifikasi ke dalam konteks perceraian. Setelah melakukan modifikasi item, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas ulang. Uji validitas dilakukan dengan *construct validity* dengan teknik uji validitas *internal consistency*. Nilai korelasinya berkisar antara  $r=.410$  sampai  $r=.881$ . Hasil uji reliabilitas dengan *Cronbach's alpha* berkisar antara .644 sampai .917.

**Kedua, Heartland Forgiveness Scale:**

*Forgiveness* pada partisipan penelitian akan diukur dengan menggunakan *Heartland Forgiveness Scale (HFS)*. *Heartland Forgiveness Scale* merupakan kuesioner *self-report* yang mengukur *dispositional forgiveness*, yaitu kecenderungan umum untuk memaafkan terhadap diri, orang lain, dan situasi di luar kendali seseorang seperti bencana alam atau penyakit.

*Heartland Forgiveness Scale* terdiri dari 18 buah item pernyataan yang terdiri dari tiga dimensi yaitu *forgiveness of self*, *forgiveness of others*, dan *forgiveness of situations*, didasarkan teori Thompson et al., (2005). Respon stimulus dalam *Heartland Forgiveness Scale* berbentuk skala likert dengan empat pilihan respons stimulus. Partisipan tes diminta untuk menilai dari skala 1 (Sangat tidak sesuai dengan saya) hingga 4 (sangat sesuai dengan saya) terhadap 18 buah pernyataan yang menunjukkan keadaan tertentu pada diri mereka sendiri. Setelah partisipan tes mengisi seluruh item berdasarkan pilihan respon stimulus yang sesuai dengan dirinya masing-masing, peneliti akan memberikan skor setiap item sesuai dengan respons stimulus yang dipilih, kemudian skor setiap item akan dijumlahkan sesuai dengan dimensi yang diukur. Setelah itu, skor dari setiap item akan ditotalkan, sehingga akan didapatkan skor akhir *forgiveness*. Selain menghasilkan sebuah total skor akhir, *Heartland Forgiveness Scale* sendiri merupakan alat ukur multidimensional yang setiap dimensinya dapat dijadikan sub-skala dan menghasilkan skor sendiri (Thompson et al., 2005).

*Heartland Forgiveness Scale* sudah diterjemahkan dalam berbagai bahasa dan setiap versinya sudah terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik *convergent validation* yang menguji apakah skor tes berkorelasi dengan skor tes lain yang secara teoretis mengukur konstruk yang sama. Skor alat ukur *Heartland Forgiveness Scale* dikorelasikan dengan skor alat ukur *Transgression Related Interpersonal Motivations* atau TRIM-18 yang telah banyak digunakan dalam studi-studi sebelumnya tentang *forgiveness*. Hasil korelasi menunjukkan nilai  $r = .519$  (Sabili, 2016). Menurut Gravetter dan Forzano (2009), korelasi dengan koefisien di atas 0.5 menggambarkan hubungan yang kuat.

Hasil uji reliabilitas *Heartland Forgiveness Scale* versi bahasa Indonesia dengan menggunakan *Cronbach's alpha* memiliki nilai reliabilitas yang tinggi baik dari skor total ( $\alpha = .873$ ), begitu juga dengan ketiga dimensi *forgiveness of self* ( $\alpha = .758$ ), *forgiveness of others* ( $\alpha = .777$ ), dan *forgiveness of situation* ( $\alpha = .728$ ) (Sabili, 2016). Menurut Nunnally dan Bernstein (1994), alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila memperoleh koefisien  $\alpha$  sebesar minimal 0.6, dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa HFS merupakan alat ukur yang baik dan reliabel untuk mengukur *dispositional forgiveness*.

Peneliti melakukan perubahan terhadap item dengan proses *expert judgement* dan *face validity* untuk menyesuaikan pemahaman remaja terhadap setiap item. Setelah melakukan perubahan kata-kata terhadap beberapa item, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas ulang. Uji validitas dilakukan dengan *construct validity* dengan teknik uji validitas internal consistency. Nilai korelasinya berkisar antara  $r = .272$  sampai  $r = .643$ . Hasil uji reliabilitas dengan *Cronbach's alpha* berkisar antara  $.679$  sampai  $.858$ .

## HASIL

Jumlah seluruh responden dalam penelitian ini adalah 54 responden. Berikut ini (Tabel 1) merupakan data demografi responden penelitian yang digolongkan berdasarkan jenis kelamin,

### Uji Hipotesis Penelitian: Uji Korelasi

Sebelum melakukan uji korelasi untuk analisis data, peneliti melakukan uji normalitas terhadap kedua alat ukur untuk mengetahui persebaran data responden dalam

penelitian ini. Uji normalitas dilakukan pada *software* SPSS dengan menggunakan Shapiro-Wilk. Hasil uji *normalitas* menunjukkan bahwa persebaran data pada kedua alat ukur membentuk distribusi normal dengan nilai signifikansi Shapiro-Wilk  $.463$  ( $p > .05$ ) untuk alat ukur FFMQ-15, dan nilai signifikansi Shapiro-Wilk  $.547$  ( $p > .05$ )

untuk alat ukur *Heartland Forgiveness Scale*. Hal ini menunjukkan data tersebar secara merata, sehingga peneliti menggunakan uji korelasi Pearson untuk menguji hipotesis null ( $H_0$ ).

Setelah menentukan teknik korelasi berdasarkan persebaran data responden, peneliti melakukan uji korelasi Pearson untuk menjawab pertanyaan penelitian, yaitu apakah terdapat hubungan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja yang orang tuanya bercerai. Hasil uji korelasi antara kedua variabel dapat dilihat pada tabel berikut (Tabel 2).

Berdasarkan hasil yang tertera pada Tabel 2., konstruk *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* berhubungan secara positif dan signifikan pada  $p < 0.01$ . Hasil korelasi positif dengan nilai  $r = .474$ ,  $p = .000$  ( $p < 0.01$ ),  $r^2 = 0.22$ , yang menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *mindfulness* pada remaja yang orang tuanya bercerai, maka semakin tinggi juga tingkat *dispositional forgiveness* pada remaja, begitu juga sebaliknya.

Gravetter dan Wallnau (2013) menyatakan bahwa nilai  $r^2 < 0.01$  mengindikasikan korelasi yang lemah,  $0.09$  mengindikasikan korelasi sedang, dan  $0.25$  atau lebih besarnya mengindikasikan korelasi yang kuat. Nilai koefisien determinasi sebesar  $0.22$  antara variabel *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada penelitian ini mengindikasikan korelasi sedang. Koefisien determinasi atau  $r^2$  mengindikasikan *shared varians* yang dimiliki oleh kedua variabel (Gravetter & Wallnau, 2013). Artinya, sebesar 22% varians dari *mindfulness* berasal dari *varians dispositional forgiveness*, begitu juga sebaliknya. Sedangkan 78% sisa varians dalam masing-masing variabel berasal dari faktor-faktor lain yang tidak diketahui.

### Uji Korelasi antar Variabel dan Dimensi

Setelah mengetahui korelasi antara variabel *mindfulness* dan *dispositional forgiveness*, selanjutnya peneliti melakukan analisis tambahan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara dimensi-dimensi pada *mindfulness* dan

Tabel 1 Data Demografis

Kategori	Penggolongan	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	15	27,78%
	Perempuan	39	72,22%
Usia	15-17 tahun	9	16,67%
	18-21 tahun	45	83,33%
Jangka Waktu Setelah Perceraian	<1 tahun	4	7,41%
	1-2 tahun	15	27,78%
	3-4 tahun	14	25,92%
	≥5 tahun	21	38,89%

*dispositional forgiveness* untuk mendapatkan gambaran yang lebih luas mengenai hubungan kedua variabel.

Sebelum melakukan uji korelasi, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas terhadap kedua alat ukur untuk mengetahui persebaran data responden dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil uji normalitas pada dimensi-dimensi *dispositional forgiveness* dengan menggunakan Shapiro-Wilk, diketahui bahwa persebaran data pada ketiga dimensi membentuk distribusi normal dengan nilai signifikansi Shapiro-Wilk lebih besar dari 0.05 ( $p < 0.05$ ), yaitu sebesar .660 pada dimensi *forgiveness of self*, .056 pada dimensi *forgiveness of others*, dan .230 pada dimensi *forgiveness of situations*. Hal ini menunjukkan bahwa data tersebar secara merata, sehingga peneliti menggunakan uji korelasi Pearson untuk menguji korelasi ketiga dimensi tersebut.

*forgiveness of situation*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *mindfulness* pada remaja, maka skor ketiga dimensi *dispositional forgiveness* juga akan cenderung tinggi, begitupun dengan sebaliknya.

Selanjutnya, peneliti melakukan uji normalitas untuk melihat persebaran data pada dimensi-dimensi *mindfulness*. Berdasarkan hasil uji normalitas dengan Shapiro-Wilk, diketahui bahwa persebaran data pada dimensi *describing*, *non-judgement*, dan *non-reactivity* membentuk distribusi normal dengan nilai signifikansi Shapiro-Wilk lebih besar dari 0.05 ( $p < 0.05$ ) dengan nilai signifikansi .114 pada dimensi *describing*, .091 pada dimensi *non-judgement*, dan .090 pada dimensi *non-reactivity*. Hal ini menunjukkan bahwa data tersebar secara merata, sehingga peneliti menggunakan uji korelasi Pearson untuk menguji korelasi ketiga dimensi tersebut. Selain itu, diketahui

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi antara Mindfulness dan Dispositional Forgiveness pada Remaja dengan Orang Tua Berceraian

	<i>Dispositional Forgiveness</i>
<i>Mindfulness</i>	.474**

Catatan: \*\*Korelasi signifikan pada  $p < 0.01$  (*two-tailed*)

Setelah menentukan teknik korelasi berdasarkan persebaran data responden, peneliti melakukan uji korelasi antara konstruk dan dimensi kedua variabel.

Hasil uji korelasi pada tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel *mindfulness*

bahwa persebaran data pada dimensi *observing* dan *acting with awareness* membentuk distribusi tidak normal dengan nilai signifikansi Shapiro-Wilk lebih kecil dari 0.05 ( $p < 0.05$ ) dengan nilai signifikansi .006 pada dimensi *observing* dan .000 pada dimensi *acting with awareness*. Hal ini menunjukkan bahwa

Tabel 3 Hasil korelasi antara mindfulness dan dimensi-dimensi dispositional forgiveness

Dimensi	<i>Forgiveness of Self</i>	<i>Forgiveness of Others</i>	<i>Forgiveness of Situation</i>
<i>Mindfulness</i>	.364**	.280*	.528**

Catatan: \*\*Korelasi signifikan pada  $p < 0.01$  (two-tailed)

Tabel 4. Korelasi Dimensi-dimensi Mindfulness dan Dispositional Forgiveness

Dimensi	<i>Observing</i>	<i>Describing</i>	<i>Awareness</i>	<i>Non-Judgement</i>	<i>Non-Reactivity</i>
<i>Dispositional Forgiveness</i>	-.349**	.506**	.354**	.155	.286*

Catatan: \*\*Korelasi signifikan pada  $p < 0.01$  (two-tailed)

dengan ketiga dimensi *dispositional forgiveness* yaitu *forgiveness of self*, *forgiveness of others*, dan persebaran data tidak merata, sehingga peneliti menggunakan uji korelasi Spearman untuk menguji korelasi kedua dimensi tersebut. Setelah menentukan teknik korelasi berdasarkan persebaran data responden, peneliti melakukan uji korelasi antara konstruk dan dimensi kedua variabel. Hasil korelasi antara dimensi-dimensi mindfulness dan dispositional forgiveness dapat dilihat pada tabel 4.

Hasil uji korelasi pada Tabel 4. menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tiga dimensi *mindfulness* yaitu *describing*, *acting with awareness*, dan *non-reactivity* dengan variabel *dispositional forgiveness*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor ketiga dimensi tersebut, semakin tinggi juga skor *dispositional forgiveness*, demikian juga sebaliknya.

Dimensi *observing* didapati memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan variabel *dispositional forgiveness*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *dispositional forgiveness* pada remaja, maka skor *observing* akan cenderung rendah, demikian juga sebaliknya. Dimensi *non-judgement* didapati tidak berkorelasi secara signifikan dengan variabel *dispositional forgiveness*.

### Uji Beda berdasarkan Data Demografis

Untuk memperkaya data hasil penelitian, peneliti melakukan uji beda berdasarkan kategori data demografis seperti jenis kelamin, usia, dan jangka waktu setelah perceraian berlangsung. Uji beda dilakukan untuk melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat mindfulness juga *dispositional forgiveness* pada kategori pria dan wanita, remaja tengah dan akhir, serta jangka waktu perceraian di bawah dan di atas tiga tahun. Tabel 5 menyajikan hasil uji beda berdasar data demografis.

Berdasarkan data hasil uji beda terhadap data demografis pada Tabel 5, nilai signifikansi *forgiveness* dan *mindfulness* pada seluruh kategori lebih besar dari 0.05 ( $p > 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara *forgiveness* dan *mindfulness* pada pria dan wanita, remaja tengah dan akhir, serta remaja dengan jangka waktu perceraian orang tua di bawah dan di atas tiga tahun.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal ini

Tabel 5. Uji Beda berdasarkan Data Demografis

Kategori		<i>Mindfulness</i>	<i>Dispositional Forgiveness</i>
Jenis Kelamin	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.724	.237
Usia	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.372	.416
Jangka Waktu Setelah Perceraian	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.328	.288

sesuai dengan dugaan hasil penelitian Sadiq dan Mehnaz (2017) sebelumnya yang menduga adanya hubungan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja, dan juga penelitian terdahulu oleh Johns, Allen, dan Gordon (2015) yang mendapati hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada konteks perselingkuhan.

Hubungan ini dapat dijelaskan dengan bagaimana *mindfulness* membantu individu untuk mengidentifikasi dan menerima perasaan juga pikirannya. Dengan demikian, individu tidak memendam perasaannya yang justru dapat menghambat individu untuk melakukan *dispositional forgiveness* (Davidson, 2010). *Mindfulness* dapat membantu individu untuk melihat kejadian negatif dengan sisi pandang yang lebih objektif dan menyeluruh, juga untuk bersikap tidak dipengaruhi oleh perilaku orang lain (Johns, Allen, & Gordon, 2015). Pandangan objektif dan sikap tidak bergantung pada perilaku orang lain ini dapat membantu individu untuk melakukan *dispositional forgiveness*.

Peneliti menduga hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* ini juga dapat dikaitkan dengan keserupaan proses kognitif yang terjadi dalam *mindfulness* dan *dispositional forgiveness*, yaitu proses regulasi diri yang sudah berkembang pada masa remaja. Christensen (2010) menyatakan bahwa *forgiveness* sangat berkaitan dengan kemampuan regulasi diri. Proses kognitif dalam *mindfulness* pun digambarkan dengan keseimbangan antara *top bottom* dan *bottom up* yang terjadi pada proses regulasi diri (Broderick & Frank, 2014). Namun dibutuhkan penelitian lebih lanjut untuk menjawab dugaan peneliti.

Peneliti juga melakukan analisis data tambahan untuk memperkaya data penelitian. Dari hasil analisis data tambahan, diketahui bahwa seluruh dimensi-dimensi *mindfulness* berkorelasi positif dan signifikan dengan *dispositional forgiveness*. Hal ini merupakan temuan yang konsisten dengan hasil penelitian utama yang menunjukkan bahwa *mindfulness* berkorelasi positif dan signifikan dengan *dispositional forgiveness*.

Pada penelitian mengenai hubungan antara dimensi-dimensi *mindfulness* dan konstruk *dispositional forgiveness*, ditemukan bahwa tiga dimensi *mindfulness* yaitu *describing*, *acting with awareness*, dan *non-reactivity* berkorelasi positif

dan signifikan dengan *dispositional forgiveness*. Hal ini merupakan hal yang konsisten dengan hasil penelitian utama. Namun, hal yang menjadi menarik adalah hubungan dimensi *observing* dan *non-judgement* dengan *dispositional forgiveness*.

Dimensi *observing* didapati berkorelasi secara negatif dan signifikan dengan *dispositional forgiveness*, yang berarti semakin tinggi *observing* dari seorang individu, semakin rendah *dispositional forgiveness* individu tersebut, dan sebaliknya. Dalam Johns, Allen, dan Gordon (2015), dikatakan bahwa proses yang terjadi pada fase *observing* meliputi proses berpikir secara dalam (*ruminant*). Peneliti menduga hal ini dapat menyebabkan individu justru semakin terjebak dalam transgresi yang dialami. Khususnya mengingat karakteristik perkembangan remaja, masa ketika emosi berperan sangat besar dan mendominasi proses berpikir remaja (Hashmi, 2013). Hal ini dapat membuat remaja tidak bisa berpikir jernih sehingga menghambat terjadinya *forgiveness* yang membutuhkan perubahan respon kognitif terhadap transgresi.

Dimensi *non-judgement* didapati tidak berkorelasi secara signifikan dengan *dispositional forgiveness*. *Non-judgement* dapat dijelaskan dengan kemampuan remaja untuk tidak memberi penilaian terhadap pikiran dan perasaannya. Salah satu proses kognitif yang terjadi di masa remaja adalah bagaimana remaja lebih sering berpikir secara dalam mengenai proses berpikirnya sendiri, yang dapat disebut dengan metakognisi (Hashmi, 2013). Peneliti menduga bahwa metakognisi ini dapat menghambat remaja untuk bersikap *non-judgement* atau tidak memberikan penilaian terhadap pikiran dan perasaannya, sehingga mungkin memengaruhi hubungan yang tidak signifikan antara dimensi *non-judgement* dengan *dispositional forgiveness*. Hasil penelitian tambahan mengenai hubungan antara konstruk dan aspek ini dapat diteliti lebih lanjut dalam penelitian kedepannya mengenai kedua variabel.

Peneliti juga melakukan uji beda untuk melihat apakah terdapat perbedaan signifikan antara berbagai kategori data demografis yang dapat memengaruhi hasil penelitian. Pertama, peneliti melakukan uji beda terhadap jenis kelamin. Berdasarkan uji beda antara kategori pria dan wanita, tidak didapati perbedaan yang signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada kedua kategori. Hal ini

sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu mengenai *dispositional forgiveness* yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat *dispositional forgiveness* pria dan wanita (Toussaint & Webb, 2005).

Kedua, peneliti melakukan uji beda terhadap kategori usia responden yang mungkin juga dapat memengaruhi *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja. Menurut Broderick dan Frank (2014), remaja merupakan masa saat perkembangan regulasi diri terjadi dengan sangat pesat. Proses regulasi diri merupakan proses kognitif yang dibutuhkan dalam *mindfulness* (Broderick & Frank, 2014) dan juga *forgiveness* (Christensen, 2010). Berdasarkan hasil uji beda, didapati bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok usia remaja tengah dan remaja akhir. Peneliti memiliki asumsi bahwa remaja tengah dan akhir memiliki karakteristik perkembangan yang cukup beririsan ditinjau dari kematangannya dalam penyelesaian konflik dibandingkan dengan remaja awal yang baru saja beralih dari masa kanak-kanak sehingga belum berpengalaman menyelesaikan konflik secara mandiri (Hashmi, 2013). Hal ini dapat diteliti lebih lanjut pada penelitian berikutnya mengenai variabel yang terkait.

Ketiga, peneliti melakukan uji beda terhadap kategori jangka waktu setelah perceraian terjadi. Konflik keluarga setelah perceraian pada umumnya mereda pada dua hingga tiga tahun setelah perceraian terjadi, sehingga perasaan kecewa dan marah pada remaja yang mengalami perceraian orang tua di atas tiga tahun mungkin juga sudah lebih mereda (Kelly dalam Esmaeili & Yaacob, 2011). Berdasarkan hasil uji beda yang dilakukan, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja yang mengalami perceraian orang tua di bawah dan di atas tiga tahun. Hal ini berbeda dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa jangka waktu antara perceraian orang tua dan masa saat ini berpengaruh dalam meredakan kesedihan dan kemarahan remaja atas perceraian orang tuanya (Purwanti, Ropi, & Ridianti, 2013). Peneliti memiliki asumsi bahwa jangka waktu sendiri tidak dapat menyelesaikan perasaan kecewa remaja secara otomatis. Apabila individu tetap memendam perasaan kecewa dan marahnya, hal ini tetap dapat menghambat individu untuk melakukan *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* walaupun dalam jangka waktu yang lama sekalipun (Davidson, 2010).

Untuk penelitian berikutnya, mungkin hal ini dapat dijadikan karakteristik penelitian tambahan.

Penelitian ini juga tidak lepas dari beberapa keterbatasan. Keterbatasan pertama terkait dengan jumlah sampel penelitian yang terbilang cukup terbatas, yaitu 33 orang untuk try out dan 54 orang untuk field. Kendala ini berkaitan dengan karakteristik populasi yang spesifik sehingga cenderung sulit dicari, yaitu remaja tengah dan akhir yang mengalami perceraian di rentang usia 12-21 tahun. Terdapat beberapa orang yang mengalami perceraian orang tua dan bersedia mengisi kuesioner namun hanya memenuhi salah satu kriteria, sehingga tidak relevan untuk penelitian ini.

Keterbatasan kedua, peneliti tidak men-data aspek lain seputar konteks perceraian yang mungkin memengaruhi *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai seperti frekuensi komunikasi baik tatap muka maupun *non*-tatap muka dengan orang tua setelah perceraian. Menurut Suryadinata (2016), komunikasi interpersonal dengan orang tua dapat membantu remaja dalam mengatasi perasaan negatifnya pasca perceraian orang tuanya. Hal yang sama juga dinyatakan oleh Wulandari (2017), bahwa frekuensi komunikasi anak dengan orang tua setelah perceraian turut berpengaruh dalam mengatasi perasaan negatifnya dan menyesuaikan diri dengan kondisi keluarganya setelah perceraian. Oleh karena itu, pada penelitian berikutnya dapat dipertimbangkan untuk men-data frekuensi komunikasi baik tatap muka maupun *non*-tatap muka antara orang tua dengan anak.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data terhadap 54 responden remaja dengan orang tua bercerai, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *mindfulness* pada remaja, maka cenderung semakin tinggi juga *dispositional forgiveness*, begitu juga sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis null dalam penelitian ini ditolak.

Hasil analisis tambahan pada tingkat dimensi menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara variabel *mindfulness* dengan ketiga dimensi *dispositional for-*

*giveness* yaitu *forgiveness of self*, *forgiveness of others*, dan *forgiveness of situation*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *mindfulness* pada remaja, maka skor ketiga dimensi *dispositional forgiveness* juga akan cenderung tinggi, begitu juga sebaliknya.

Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tiga dimensi *mindfulness* yaitu *describing*, *acting with awareness*, dan *non-reactivity* dengan variabel *dispositional forgiveness*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *dispositional forgiveness*, semakin tinggi juga skor ketiga dimensi tersebut, demikian juga sebaliknya. Dimensi *observing* didapati memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan variabel *dispositional forgiveness*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *dispositional forgiveness* pada remaja, maka skor *observing* akan cenderung rendah, demikian juga sebaliknya. Dimensi *non-judgement* didapati tidak berkorelasi secara signifikan dengan variabel *dispositional forgiveness*.

Hasil uji beda terhadap data demografis menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada pria dan wanita, remaja tengah dan akhir, serta remaja dengan jangka waktu perceraian orang tua di bawah dan di atas tiga tahun.

Berdasarkan hasil diskusi, saran yang dapat diberikan peneliti untuk penelitian berikutnya adalah melakukan penelitian lebih lanjut mengenai peran regulasi diri sebagai moderator dalam hubungan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* dan juga menambahkan karakteristik partisipan berdasarkan data demografis seperti usia, jangka waktu setelah perceraian, dan frekuensi komunikasi dengan orang tua setelah perceraian sebagai kriteria partisipan. Peneliti menduga hal-hal ini dapat memengaruhi *mindfulness* dan *dispositional forgiveness* pada remaja dengan orang tua bercerai.

Selain itu, terdapat saran praktis yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dan *dispositional forgiveness*. Bagi psikolog dan konselor, disarankan untuk membimbing remaja dengan orang tua bercerai untuk memiliki *mindfulness* mengenai kondisi keluarganya setelah perceraian orang tuanya sehingga dapat meningkatkan *dispositional forgiveness*. Bagi remaja dengan orang tua bercerai, disarankan untuk memiliki dan menerapkan *mindfulness* dalam kehidupan

sehari-hari sehingga dapat mengurangi resiko dampak negatif atas rasa kecewa yang dialami atas perceraian orang tuanya dan membantu untuk cenderung memiliki *dispositional forgiveness*. Cara berlatih *mindfulness* diantaranya adalah dengan berlatih untuk berpikir situasi sekarang (bukan masa lampau yang tidak menyenangkan dan masa depan yang membuat cemas), potensi dan kekuatan yang dimiliki untuk mengatasi tantangan saat ini termasuk tantangan karena perceraian orang tua, dan bahwa tetap ada makna positif yang dialami saat ini karena perceraian orang tua yang dialaminya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, M. (2015). Perilaku sosial anak remaja korban broken home dalam berbagai perspektif (suatu penelitian di SMPN 18 Kota Banda Aceh). *Jurnal Al-Ijtima'iyyah*, 1(1).
- Azra, F. N. (2017). Forgiveness dan subjective well being dewasa awal atas perceraian orang tua pada masa remaja. *Psikoborneo*, 5(3), 529-540.
- Badan Pusat Statistik. (2017). *Jumlah Perceraian di Indonesia, 2014-2016*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27-45.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Lykins, E., Button, D., Krietemeyer, J., Sauer, S., Walsh, E., Duggan, D., & Williams, J. M. G. (2008). Construct validity of the Five Facet Mindfulness Questionnaire in meditating and nonmeditating samples. *Assessment*, 15, 329-342.
- Broderick, P. C., & Frank, J. L. (2014). Learning to BREATHE: An intervention to foster mindfulness in adolescence. *New Directions for Youth Development*, 2014(142), 31-44.
- Christensen, K. J. (2010). *Early Adolescents' Forgiveness of Parents: An Analysis of Determinants*. (Disertasi, Brigham Young University).
- Creswell, J. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative Research (4th ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Davidson, R. J. (2010). Empirical explorations of mindfulness: Conceptual and methodological conundrums. *Emotion*, 10(1), 8-11.
- Enright, R. D. (1991). The moral development of forgiveness. *Handbook of moral behavior and development*, 1, 123-152.
- Esmaili, N. S., & Yaacob, S. N. (2011). Post-divorce parental conflict and adolescents' delinquency in divorced families. *Asian Culture and History*, 3(2), 34.

- Gambrel, L. E., & Keeling, M. L. (2010). Relational aspects of mindfulness: Implications for the practice of marriage and family therapy. *Contemporary Family Therapy*, 32(4), 412-426.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.A. B. (2009). *Research methods for the behavioral Sciences (3rd ed.)*. United States: Wadsworth Cenage Learning.
- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2013). *Statistics for the behavioral sciences*. Belmont, CA: Engage Learning.
- Hartman, L. R., Magalhães, L., & Mandich, A. (2011). What does parental divorce or marital separation mean for adolescents? A scoping review of North American literature. *Journal of Divorce & Remarriage*, 52(7), 490-518.
- Hashmi, S. A. B. A. (2013). Adolescence: An age of storm and stress. *Review of Arts and Humanities*, 2(1).
- Hikmah, S. (2015). Mengobati luka anak korban perceraian melalui pemaafan. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 10(2), 229-246.
- Johns, K. N., Allen, E. S., & Gordon, K. C. (2015). The relationship between mindfulness and forgiveness of infidelity. *Mindfulness*, 6(6), 1462-1471.
- Khairat, M., & Adiyanti, M. G. (2015). Self-esteem dan prestasi akademik sebagai prediktor subjective well-being remaja awal. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 1(3).
- Mary, E. M., & Patra, S. (2015). Relationship between forgiveness, gratitude and resilience among the adolescents. *Indian Journal of Positive Psychology*, 6(1), 63.
- McCullough, M. E., Worthington Jr, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321.
- McCullough, M. E., Hoyt, W. T., & Rachal, K. C. (2000). What we know (and need to know) about assessing forgiveness constructs. *Forgiveness: Theory, Research, and Practice*, 65-88.
- Nunnally, J., & Bernstein, I. (1994). *Psychometric theory*. New York: McGraw-Hill; 1994.
- Purwanti, D., Ropi, H., & Widiarti, E. (2013). Gambaran respon beduka pada anak remaja dengan orang tua bercerai di SMP Negeri 1 Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(2).
- Sabili, Z. (2016). *Hubungan Forgiveness dan Psychological Well Being Pada Perempuan dari Kelompok Minoritas Seksual*. (Skripsi, Universitas Indonesia, Depok, Indonesia).
- Sadiq, R., & Mehnaz, S. (2017). A comparative analysis of forgiveness among adolescents, adults and older people. *The International Journal of Indian Psychology*. Vol (5), 24-34
- Safitri, A. M. (2017). Proses dan faktor yang memengaruhi perilaku memaafkan pada remaja broken home. *Psikoborneo*. 5 (1), 152 – 161.
- Siregar, C. (2012). Menyembuhkan luka batin dengan memaafkan. *Humaniora* 3(2), 581-592.
- Suryadinata, E. (2016). Proses komunikasi interpersonal antara orang tua tunggal (ibu) dengan anak dalam mempertahankan intimacy. *Jurnal E-Komunikasi*, 4(2).
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), 313-360.
- Tomcikova, Z., Geckova, A. M., Reijneveld, S. A., & van Dijk, J. P. (2011). Parental divorce, adolescents' feelings toward parents and drunkenness in adolescents. *European addiction research*, 17(3), 113-118.
- Wulandari, O. (2017). Pemeliharaan hubungan antara orang tua yang bercerai dan anak (Studi kualitatif deskriptif komunikasi antarpribadi antara orang tua yang memiliki hak asuh dengan anaknya). *Komuniti: Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, 8(1), 3-18.426.