

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang masalah**

Keluarga merupakan tempat anak mendapatkan bimbingan, pendidikan, perhatian, serta kasih sayang dari orang tua. Dalam keluarga anak yang mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari orang tua secara optimal, akan belajar untuk membentuk perilaku, kepribadian, dan moral yang nantinya akan berguna untuk kehidupan sosialnya (Karolina, 2009).

Menurut Sarwono (2009) Keluarga merupakan unit sosial terkecil bagi setiap individu yang memberikan pondasi primer bagi perkembangan anak. Anak yang tumbuh dan dibesarkan bersama keluarga dilingkungan yang mendukung dan adaptif akan cenderung lebih sehat baik secara fisik maupun mental.

Namun, tidak semua anak memiliki kesempatan untuk mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua. Beberapa anak harus mengalami hal yang tidak mereka inginkan, yaitu berpisah dari orang tuanya karena suatu alasan, seperti menjadi yatim, yatim piatu, bahkan ditelantarkan oleh orang tua karena beberapa masalah, seperti masalah ekonomi, masalah komunikasi, dan masalah terkait dengan perbedaan pendapat (Gunarsa, 2006).

Panti asuhan merupakan tempat tinggal bagi anak – anak yatim, piatu, atau anak-anak terlantar yang sudah tidak mendapatkan hak-hak kesejahteraan sosial dalam keluarganya (Kemenkes RI, 2010). Data Kementerian Sosial Indonesia (Wahyuningrum, 2013) menjelaskan bawah jumlah panti asuhan di seluruh Indonesia diperkirakan antara 5.000 s.d 8.000 yang mengasuh sampai setengah

juta anak, merupakan jumlah panti asuhan terbesar di seluruh dunia. Penelitian Depsos RI dan UNICEF menyatakan bahwa muatan utama dari mayoritas panti asuhan di Indonesia bukan pada pengasuhan melainkan hanya memberikan pelayanan dan akses pendidikan kepada anak asuhnya saja (Kemensos, 2008).

Riyadi, dkk (2014), mengungkapkan bahwa masalah perkembangan pada anak yang tinggal di panti asuhan lebih banyak dibandingkan dengan anak yang diasuh oleh orang tua. Masalah mental emosional yang terjadi pada anak di panti asuhan adalah kemarahan yang berdampak pada perilaku yang merusak dan juga menentang terhadap lingkungan sosial.

Pada masa remaja, individu mulai memperhatikan mengenai berbagai fenomena yang terjadi di lingkungannya, dimana dapat mempengaruhi pembentukan nilai dari mereka. Remaja merupakan generasi bangsa yang harus diperhatikan dari segi perkembangan mental dan emosionalnya (Gunardi, 2010). Masa remaja merupakan masa yang kritis dalam siklus perkembangan seseorang sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Pada masa perkembangan ini rawan terjadi konflik antara remaja dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan sekitar, Apabila konflik ini tidak dapat diselesaikan dengan baik maka akan memberikan dampak negatif terhadap perkembangan remaja, termasuk masalah mental emosional (IDAI, 2013). Menurut Hurlock (2008) masa remaja dikatakan sebagai masa transisi, sebagai periode peralihan, sebagai periode perubahan, sebagai usia bermasalah, sebagai masa mencari identitas, sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, sebagai masa yang tidak realistik dan sebagai ambang masa dewasa, karena belum mempunyai pegangan, sementara kepribadianya

masih mengalami suatu perkembangan, remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisiknya. Remaja masih labil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya, sehingga diperoleh suatu gambaran yang jelas tentang dirinya dan supaya remaja bisa menjalankan apa yang sudah didapatkannya.

Remaja yang tinggal di panti asuhan, sebagian besar tidak mempunyai keluarga yang utuh, baik itu ditinggalkan karena kematian atau penolakan dari keluarga terutama orangtua, hal ini akan menimbulkan emosi dendam, rasa tidak percaya karena merasa dikhianati, kebencian dan kemarahan. Remaja yang menyimpan kemarahan dapat melakukan tindakan agresif yang dapat mengganggu lingkungan maupun dirinya sendiri (Purwanto dan Mulyono, 2006)

Seperti yang dikatakan oleh Kartono (2008), remaja akan melakukan tindakan kemarahan terhadap lingkungannya, seperti mengganggu ketenangan lingkungan, mengambil hak orang lain, dan lain sebagainya, hal ini dikarenakan remaja tidak merasakan bahagia, merasa ditolak, sehingga mengalami konflik batin yang membuat remaja bersikap sangat agresif.

Marah menurut Greenberg dan Waston (2006) tidak bisa diartikan dengan hal yang positif atau negatif pada tingkatan yang wajar. Akan tetapi, pada intensitas yang berlebihan emosi marah bisa menjadi sangat merusak dan berbahaya. Spielberger (2010) menyatakan bahwa marah adalah emosi negatif yang dialami oleh seseorang, yang dapat menimbulkan suatu perasaan terganggu dan tidak nyaman. Kemarahan dapat disertai oleh tanda-tanda fisiologis yang berupa menegangnya otot-otot dan terjadinya percepatan dalam peredaran darah.

Spielberger (Mikulincer, 2002) menyatakan bahwa kemarahan terbagi menjadi dua aspek, yaitu pengalaman marah dan ekspresi kemarahan. Pengalaman marah terdiri dari keadaan marah dan sifat marah (*state and trait anger*). Keadaan marah (*state anger*) didefinisikan sebagai suatu keadaan emosi yang ditandai dengan perasaan-perasaan subjektif yang bervariasi dari rasa kecewa yang ringan atau jengkel sampai dengan kemarahan yang intens atau meledak-ledak, Sifat marah (*trait anger*) didefinisikan sebagai melihat situasi-situasi dalam jangkauan yang lebih luas sebagai hal yang mengecewakan atau frustrasi dan kecenderungan untuk merespon situasi-situasi tersebut dengan lebih sering terjadi dan meningkat.

Peneliti melakukan wawancara kepada remaja yang tinggal di panti asuhan pada tanggal 12 Januari 2020. Subjek pertama berinisial FW, FW mengatakan ia tinggal di panti asuhan sejak ia berumur 9 tahun, Ibu FW menitipkannya di panti asuhan setelah ayahnya meninggal dunia, FW mempunyai 3 adik yang masih kecil-kecil. FW mengatakan, alasan ibunya menitipkan FW di panti karena tidak sanggup untuk merawat dan membiayai sekolah FW. FW mengatakan, ia kecewa dan marah kepada ibu dan saudara-saudaranya karena tega menitipkan FW ke panti asuhan. FW mengatakan, ia sangat marah kepada ibunya sampai FW tidak mau jika harus bertemu kembali dengan ibunya, FW mengatakan ;

*“Ibu itu nggak sayang sama saya mbak, saya mangkel banget sama ibu mbak, padahal saya tidak papa hidupnya kekurangan asal saya bisa bareng terus sama ibu dan adik saya mbak, kadang saya luapkan kekesalan saya ke anak-anak panti lainnya mbak. Kadang saya juga marah dengan diri saya sendiri mbak, kenapa saya tidak bisa membantu ibu saya. Saya kalau marah rasanya mau membanting benda-benda yang ada di sekitar saya mbak dan rasanya pengen maki-maki orang”.*

Subjek yang kedua berinisial SH, remaja berusia 14 tahun yang tinggal di panti asuhan sejak ia bayi. SH ditemukan oleh warga dipinggir jalan kemudian dititipkan di panti asuhan. SH mengatakan, ia marah dan kecewa dengan orang tuanya karena sudah tega membiarkan ia tinggal di panti asuhan, tidak mau merawatnya. SH mengatakan ia ingin mencari siapa kedua orangtuanya dan menanyakan kenapa tega membuangnya di panti, SH mengatakan ia ingin memaki dan meluapkan rasa kecewa dan marahnya ke orangtuanya,

*“saya rasanya ingin mencari orang tua saya habis itu mau saya maki-maki mbak, saya suka iri kalau ada teman-teman saya yang mendapat perhatian dari ibu, bapaknya. Saya pernah memukul teman saya karena saya iri mbak. Nggak tahu kenapa rasanya pengen mukul aja biar dia rasain sakit. saya nggak pernah dibeliin apa-apa sama orang tua saya mbak, saya juga pengen diajak jalan-jalan bareng dan makan bareng bapak ibu saya mbak”.*

Peneliti melakukan wawancara kembali kepada remaja panti asuhan dilakukan tanggal 5 November 2020. Subyek ketiga berinisial NT, remaja berusia 16 tahun tinggal di panti asuhan sejak orang tuanya meninggal karena kecelakaan. NT, mengatakan ia merasa sedih dan marah, NT merasa sedih karena harus kehilangan kedua orangtuanya. NT juga merasakan marah kepada saudara-saudaranya karena telah menitipkannya di panti asuhan.

*“saya sangat sedih mbak, karena kedua orangtua saya meninggal pada saat bersamaan, saya sangat rindu sekali dengan kedua orangtua saya. Saya sebenarnya ingin berzarah ke makam orangtua saya, akan tetapi akses saya untuk ke sana sulit. Saudara-saudara saya sudah tidak peduli lagi dengan saya mbak. Saya marah sekali dengan mereka, karena mereka tidak mau merawat saya, malah saya ditaruh di panti asuhan, saya kalau di sekolah sering berantem dengan teman saya mbak, soalnya dia gangguin saya terus”.*

Subyek ke empat berinisial DR, remaja berusia 15 tahun, tinggal di panti asuhan sejak ia masih bayi. DR tidak mengetahui siapa orang tua dan saudara-

saudaranya. DR mengatakan, ia merasa marah dan sakit hati dengan orang tuanya karena sudah tega meninggalkannya. DR juga mengatakan, ia sangat berkeinginan mencari orangtuanya, akan tetapi ia tidak tahu harus mencari kemana.

*“ Saya sakit hati dan marah sekali dengan ibu, bapak saya. Sampai sekarang saya tidak tahu siapa orang tua kandung saya sendiri mbak. Kalau melihat teman-teman sekolah menceritakan kesehariannya dengan orangtuanya, rasanya saya pengen pukul meja, kenapa mereka punya orangtua utuh sedangkan saya tidak punya. Saya ingin mencari mereka mbak, tapi mustahil, saya saja tidak tahu mereka (orang tua DR) itu siapa”.*

Subyek ke lima berinisial FK, remaja berusia 16 tahun. FK tinggal di panti asuhan saat FK mulai masuk sekolah SD. Orang tua FK menitipkan FK di panti asuhan dengan alasan kekurangan ekonomi. Orang tua FK merantau ke luar jawa dan memilih untuk menitipkan FK di panti asuhan. FK mengatakan, ia merasa marah dan kecewa kepada orang tuanya karena tidak mengajaknya merantau malah memilih untuk menitipkannya di panti asuhan.

*“Mbak, saya tu mangkel (marah) sama bapak, ibu saya, masak malah menitipkan saya di sini (panti asuhan) dari pada mengajak saya ikut dengan mereka. Saya tidak masalah tidak sekolah asal saya bisa dekat dengan mereka. Kalau bertemu dengan mereka rasanya ingin saya pukul mbak, tega sekali dengan anaknya, anaknya malah disia-siakan seperti ini”.*

Kemarahan yang dialami remaja panti asuhan berdampak pada perilakunya di lingkungan, yaitu remaja menjadi berperilaku agresif salah satunya kenakalan remaja. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara peneliti terhadap pengasuh di salah satu panti asuhan di Yogyakarta pada tanggal 3 januari 2020, berdasarkan hasil wawancara terhadap pengasuh, pengasuh mengatakan terdapat beberapa anak asuh remaja melakukan kenakalan, bentuk kenakalan yang dilakukan oleh remaja yang tinggal di panti asuhan tersebut beragam, mulai dari

suka membolos sekolah, berkelahi dengan teman-temannya di sekolah, ketahuan merokok disekolahan, mengganggu adek-adek asuh lainnya sampai menangis dan ketakutan, bahkan ada remaja putri yang hamil di luar nikah karena pergaulan bebas. Pengasuh panti mengatakan, keberadaan anak-anak di pantia asuhan X beragam, ada yang sengaja orang tuanya menitipkan anaknya ke panti karena kurangnya faktor ekonomi dan ada yang sengaja membuang anaknya dengan sengaja, sebagian besar anak-anak yang tinggal dipanti asuhan X dibuang oleh orangtuanya karena tidak menginginkan keberadaan anaknya.

Dari berbagai permasalahan yang ditemukan di lapangan, dapat disimpulkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami gejala emosi negatif, remaja mengalami rasa marah dan kecewa terhadap orangtuanya yang tega menitipkan maupun membuang anaknya ke panti asuhan. Rasa marah yang dialami remaja yang tinggal di panti mempengaruhi perilakunya, remaja menjadi berontak, dan melakukan perilaku agresif, seperti berkelahi, membolos sekolah, merokok, bahkan ada yang melakukan pergaulan bebas sehingga hamil di luar nikah.

Salah satu permasalahan penting yang dihadapi oleh remaja yang tinggal di panti asuhan yakni kemarahan, yang menyebabkan munculnya pemikiran-pemikiran dan perasaan-perasaan negatif seperti rasa dendam dan keinginan untuk membalas dendam, iri hati, sakit hati yang berdampak pada perilaku remaja menjadi agresif. Dengan demikian, diperlukan suatu pelatihan yang dapat memunculkan pemikiran positif serta mencari jalan keluar bagi remaja panti asuhan ini agar dapat mengurangi kemarahan mereka.

Bowlby (1973) membedakan respon terhadap kemarahan menjadi dua, yaitu respon yang fungsional dan respon yang disfungsional. Respon yang fungsional memiliki suatu pengharapan akan datangnya keadaan yang lebih baik, sedangkan respon yang disfungsional mengandung keputusan dalam kemarahan. Respon kemarahan yang dialami oleh remaja panti asuhan yaitu respon disfungsional, dimana remaja hanya terfokuskan pada kemarahan yang dirasakannya saja, tanpa mencari jalan keluar bagaimana agar amarah yang remaja rasakan dapat berkurang bahkan menghilang.

Dari berbagai keluhan kemarahan yang terjadi pada remaja panti asuhan ada kemungkinan tingkat kemarahan semakin hari dapat semakin meningkat karena faktor penyebab yang cukup kompleks. Faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kemarahan remaja panti asuhan yaitu faktor individu (psikis, fisik, meliputi temperamen, kesalahan berpikir), faktor keluarga (pola asuh orang tua, ketrampilan sosial yang dimiliki orang tua, cara mendidik anak), dan faktor lingkungan sosial (meliputi peran belajar, *modelling*, pembiasaan, hubungan dengan teman sebaya, dan lingkungan sekolah) (Mash & Wolfe, 2005).

Beberapa peneliti terdahulu telah mengkaji dan melakukan percobaan upaya untuk menurunkan tingkat kemarahan. Salah satunya Penelitian yang dilakukan oleh Nandhini H, dkk (2014), terapi tawa untuk mengurangi emosi marah pada *caregiver* lansia. Penelitian lainnya Baisoeni, dkk (2020), *spiritual care* dalam mengurangi tingkat kemarahan pasien skizofrenia. Kemudian penelitian Theozard, H (2012), menggunakan teknik menulis pengalaman emosional dalam terapi ekspresif terhadap emosi marah pada remaja. Sejalan

dengan penelitian di atas, oleh Hadriami, E dan Samuel, S (2016), terapi pemaafan *playback theatre* mampu mengurangi sakit hati. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Sriyani (2016) terapi pemaafan dapat menurunkan tingkat kemarahan pada remaja yang memiliki orangtua bercerai. Salah satu cara untuk menurunkan kemarahan adalah dengan memaafkan (Luskin, 2008). Dengan memaafkan, berarti terlepasnya seseorang dari kemarahan terhadap panca indera, serta kesembuhan terhadap luka-luka hati dan tidak ada balas dendam.

Penelitian-penelitian yang terkumpul dalam laporan penelitian *American Psychological Association* (2006) menemukan beberapa manfaat pemaafan antara lain pemaafan menjadi cara *healing* (penyembuhan) psikologis, mengurangi rasa sakit hati, kemarahan, meningkatkan harapan, kualitas hidup, dan perasaan peduli terhadap orang lain, dan meningkatkan kesejahteraan seseorang baik secara fisik maupun emosi.

Kaitan antara kemarahan dengan pemaafan yaitu, dimana Indikator pertama dari dimensi pemaafan adalah meninggalkan perasaan marah, sakit hati, dan benci. Indikator ini bersumber dari pandangan Enright (2002) yang menekankan pentingnya kesediaan seseorang untuk meninggalkan kemarahan sebagai indikator pemaafan. Senada dengan Enright, McCullough dkk (1997) menyebut salah satu indikator pemaafan adalah meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti. Selain itu, Nashori dkk (2011) mengatakan bahwa salah satu indikator lainnya dari pemaafan adalah tidak merasa sakit hati lagi ketika mengingat peristiwa yang menyakitkan. Dengan

begitu, ketika individu dapat memaafkan ataupun memiliki tingkat pemaafan yang tinggi maka kemarahan yang dimiliki akan menurun.

Hal serupa dikatakan oleh Worthington (2005) cara untuk mengatasi emosi-emosi negatif seperti kemarahan menurut yaitu dengan memaafkan, dimana memaafkan berarti meredakan afeksi marah, perilaku marah, kognisi, dan motivasi dari sakit hati. *Forgiveness* menurut McCullough, Root, & Cohen (2006) adalah sikap menerima dengan keluasan hati peristiwa yang mengecewakan termasuk menerima kenyataan yang menyakitkan bagi diri. Ia juga menambahkan bahwa *forgiveness* merupakan salah satu cara agar individu dapat membuka diri untuk bersikap evaluatif serta mengembangkan nilai-nilai hidup yang positif. Nilai-nilai hidup yang positif dapat mengarahkan individu untuk mencapai sikap mental dan perilaku yang positif. Sebaliknya, kemarahan, perasaan dendam, kebencian, dan kekecewaan yang terus-menerus hanya akan membawa individu pada sikap mental dan perilaku yang negatif yang dapat berdampak buruk bagi dirinya dan orang lain.

Baumeister (1998) mensyaratkan adanya pernyataan intrapsikis seperti ketulusan dalam pemaafan bukan hanya perilaku interpersonal dan sekedar rekonsiliasi. Pemaafan yang tulus merupakan pilihan sadar individu melepaskan keinginan untuk membalas dan mewujudkannya dengan respons rekonsiliasi. Menurut Fincham (2004) dimensi dalam pemaafan ada dua, Pertama adalah membuang motivasi pembalasan dendam dan penghindaran, kedua adalah meningkatkan motivasi kebaikan atau kemurahan hati dan rekonsiliasi. Dengan ataupun tanpa memberi maaf seseorang tidak akan mudah melupakan luka

hatinya, karena memberi maaf sesungguhnya tidak bertujuan melupakan luka hati melainkan memberi kesempatan baik kepada orang lain maupun kepada diri sendiri untuk membangun hubungan yang lebih serasi. Sikap tidak memaafkan biasanya mengasah tumbuhnya kemarahan dan dendam.

Menurut Fitzgibbons (Enright dan North, 1998) Mekanisme dasar yang sering digunakan individu dalam menghadapi kemarahan yakni; pertama, penyangkalan dengan menutupi segala pikiran, perasaan, perilaku, dan motivasi negatif yang dimiliki; kedua, ekspresi agresi yakni dengan melawan secara pasif maupun aktif terhadap penyebab luka atau sakit; ketiga, pemaafan yaitu dengan mengelola sakit hati secara positif melalui tahap-tahap pereduksian afeksi, kognisi, perilaku, dan motivasi negatif .

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disampaikan bahwa rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh pelatihan pemaafan (*forgiveness*) terhadap penurunan tingkat kemarahan remaja yang tinggal di panti asuhan?

## **B. Tujuan dan Manfaat**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan pemaafan (*forgiveness*), terhadap penurunan tingkat kemarahan remaja yang tinggal di panti asuhan, adapun manfaat dari penelitian ini ialah :

### **1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dan memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu

psikologi, khususnya dalam bidang psikoterapi, konseling, psikologi keluarga dan kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan juga sebagai awal penelitian berikutnya khususnya yang berhubungan dengan pelatihan pemaafan terhadap penurunan tingkat kemarahan.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi para praktisi di bidang psikologi memberikan kontribusi dalam memberikan metode maupun sarana untuk menurunkan tingkat kemarahan remaja yang tinggal di panti asuhan.
- b. Bagi remaja yang tinggal di panti, diharapkan dapat memaafkan sehingga kemarahan yang dirasakan menjadi berkurang.

## C. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian terdahulu tentang menurunkan kemarahan sudah banyak dilakukan, begitu juga dengan penelitian yang menggunakan Pemaafan sebagai intervensi. Penggunaan pemaafan untuk menurunkan kemarahan sudah dilakukan dalam beberapa peneliti, namun ada beberapa hal yang membedakan antara peneliti yang sudah dilakukan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Leo, R (2016) yang meneliti mengenai "Hubungan *self-forgiveness* dengan *psychological well-being* pada eks seminaris seminari tinggi angkatan 2007-2011" ; penelitian ini melihat hubungan antara Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara *self- forgiveness* dengan *psychological well-being*

pada Eks Seminaris Seminari Tinggi Angkatan 2007-2011. Sebanyak 38 orang diambil sebagai sampel yang dilakukan dengan menggunakan teknik sampel *snow ball*. Metode penelitian yang dipakai dalam pengumpulan data yakni dengan metode skala, yaitu *Heartland Forgiveness Scale* dan skala *Psychological Well-Being*. Teknik analisis data yang digunakan untuk melihat hubungan antar variabel menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment*. Dari analisis data diperoleh hasil koefisien korelasi  $r = 0,925$  dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara self-forgiveness dengan psychological well-being pada eks seminaris seminari tinggi angkatan 2007-2011.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Arini (2014) yang meneliti mengenai "pengaruh pelatihan pemaafan terhadap peningkatan optimisme pada remaja yang tinggal di panti asuhan". Penelitian ini dilakukan terhadap 11 subjek di PA Muhammadiyah Putri Yogyakarta. Metode yang diberikan adalah eksperimen dengan memberikan pelatihan pemaafan. Hasil yang diperoleh dari penelitian berdasarkan uji hipotesis menunjukkan  $p=0,465$  saat *pretest-posttest*  $p=0,143$  dan saat *posttest- followup* didapatkan  $p>0,05$ , artinya hipotesis ditolak, dimana tidak ada pengaruh antara pelatihan pemaafan terhadap peningkatan optimisme remaja yang tinggal di panti asuhan.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Purwakania (2013), yang meneliti mengenai " pemaafan sebagai variabel moderator pada pengaruh

religiusitas dengan agresi relasional dikalangan mahasiswa universitas berbasis nilai-nilai Islami. Hasil dari penelitian ini adalah menunjukkan bahwa bahwa religiusitas tidak berpengaruh secara langsung terhadap agresi relasional, tetapi berpengaruh langsung terhadap pemaafan. Pemaafan memiliki pengaruh langsung yang signifikan terhadap relasi agresional, yaitu menunjukkan bahwa persamaan ini memiliki pengaruh yang cukup signifikan (dengan  $F=7,525$ ;  $p<0,05$ ) Dengan demikian, untuk mengatasi relasi agresional, penting memperkuat nilai-nilai religius yang berhubungan langsung dengan pemaafan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Hadriami dan Samuel (2016), tujuan dari penelitian adalah membuktikan apakah terapi pemaafan *playback theatre* mampu mengurangi sakit hati. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni *single-case design* yakni ABA Design, dengan subjek penelitiannya adalah tiga orang dewasa yang sedang sakit hati atau tidak memaafkan pelaku. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yakni *Enright Forgiveness Inventory* (EFI) dan *Transgression-Related Interpersonal Motivation Scale-12* (TRIM-12). Analisis data yang digunakan adalah analisis kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif menerangkan grafik hasil skala, sedangkan analisis kualitatif mendeskripsikan hasil observasi dan wawancara selama penelitian. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa hipotesis diterima, dengan adanya dampak positif terapi yakni berkurangnya intensitas aspek-aspek sakit

hati dalam diri subjek.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Nandhini H, dkk (2014), Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi tawa untuk mengurangi emosi marah pada *caregiver lansia*. Teknik pengambilan subjek yang digunakan adalah metode purposive sampling. Subjek penelitian berjumlah 20 orang, yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan kriteria wanita atau laki-laki yang mengasuh lansia dan mengisi rekam medis. Metode eksperimen yang digunakan adalah kuasi eksperimental, dengan menggunakan nonrandomized pretestposttest control group design. Berdasarkan hasil uji prates dan pascates pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan menggunakan analisis t-Test, gain score diperoleh skor  $F = 0,296$  dan skor  $p$  sebesar  $0,478$  (2-tailed)/  $0,593$  (1-tailed). Skor  $p > 0,01$ , menunjukkan tidak adanya perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah terapi.
6. Penelitian yang dilakukan oleh Baisoeni, dkk (2020), mengenai *spiritual care* dalam mengurangi tingkat kemarahan pasien skizofrenia, Hasil dari beberapa partikel yang sudah dilakukan penelusuran terdapat terapi spiritual yang dapat dilakukan dalam memberikan intervensi kepada pasien skizofrenia seperti pemenuhan kebutuhan spiritual dengan berdoa, beristigfar, dzikir, sholat, membaca Al-Quran, terapi murrotal, ruqyah, dan terapi mindfulnas dengan pendekatan spiritual. Adanya terapi spiritual ini, pasien lebih mampu untuk mengontrol dirinya sehingga

menurunkan tingkat kemarahan pasien.

Merujuk pada berbagai penelitian terdahulu seperti yang sudah dijelaskan di atas, kekhasan atau keunikan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada keaslian topik, alat ukur, metode, serta subjek penelitian. Peneliti mengambil topik tentang pelatihan pemaafan untuk menurunkan tingkat kemarahan remaja putri asuhan. Alat ukur yang akan digunakan ialah yaitu *State - Trait Anger Expression Inventory -2* (STAXY-2) merupakan alat ukur pengalaman dan ekspresi marah yang disusun Spielberger (1988) yang terdiri atas 57 aitem. Desain penelitian yang dilakukan menggunakan model *group pretest-posttest design* yang bertujuan mengetahui pengaruh dari pelatihan pemaafan untuk menurunkan kemarahan pada remaja putri asuhan. Adapun subjek penelitian yang akan diambil belum pernah mendapatkan intervensi pelatihan pemaafan sebelumnya.

Dapat disimpulkan bahwa penelitian dengan judul **“Pengaruh Pelatihan Pemaafan (*Forgiveness*) Terhadap Penurunan Tingkat Kemarahan Remaja Yang Tinggal Di Putri Asuhan”** berbeda dengan penelitian-penelitian yang pernah diteliti sebelumnya.