

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

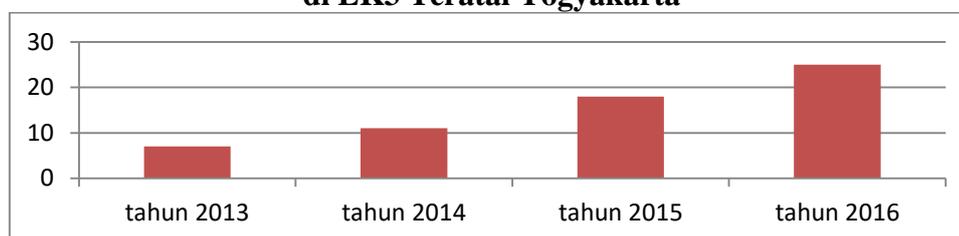
Rumah tangga merupakan lembaga terkecil dalam sebuah masyarakat yang terbentuk karena adanya ikatan perkawinan. Biasanya terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak (Soeroso, 2010). Ikatan perkawinan yang membentuk sebuah rumah tangga, merupakan ikatan lahir dan batin seorang pria dan wanita sebagai suami dan istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia, harmonis dan sejahtera. Nick (2002) juga menjelaskan bahwa keluarga harmonis merupakan tempat yang menyenangkan dan positif untuk hidup, karena anggotanya telah belajar beberapa cara untuk saling memperlakukan dengan baik. Anggota keluarga dapat saling mendapatkan dukungan, kasih sayang dan loyalitas. Mereka dapat berbicara satu sama lain, mereka saling menghargai dan menikmati keberadaan bersama.

Pada kenyataannya tidak semua keluarga dapat mewujudkan sebuah keluarga yang harmonis, tidak semua suami dan keluarga dapat memberikan dukungan dan penghargaan kepada anggotanya termasuk kepada istri (Nurhayati, 2012). Banyak kasus ditemukan mengenai pelanggaran hak anggota keluarga, tidak dihargai, penelantaran hingga penyiksaan secara fisik terhadap anggota keluarga termasuk istri yang dilakukan oleh suami yang kemudian dapat disebut sebagai kekerasan dalam rumah tangga. Menurut UU Nomor 23 tahun 2004 Pasal 1 ayat 1, kekerasan dalam rumah tangga adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan

secara fisik, seksual, psikologis, dan atau penelantaran rumah tangga, termasuk di dalamnya ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga (Nurhayati, 2012).

Kekerasan dalam rumah tangga dapat dilakukan oleh siapa saja yang berada di dalam rumah tangga tersebut, anggota rumah tangga baik laki-laki maupun perempuan memungkinkan menjadi pelaku atau menjadi korban kekerasan di dalam rumah tangga. Berdasarkan data yang diperoleh peneliti, perempuan cenderung lebih banyak menjadi korban daripada sebagai pelaku dan sebaliknya laki-laki lebih banyak menjadi pelaku daripada sebagai korban kekerasan. Temuan peneliti di Lembaga Konsultasi Kesejahteraan Sosial (LK3) Teratai Yogyakarta, kasus-kasus pelanggaran hak atau kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terhadap istri mengalami peningkatan setiap tahunnya. Berikut grafik kasus KDRT berdasarkan catatan di LK3 Teratai Yogyakarta dari tahun 2013 hingga 2016:

Tabel 1. Grafik Kasus KDRT tahun 2013-2016 di LK3 Teratai Yogyakarta



Tindak kekerasan terhadap istri merupakan ancaman yang terus menerus terjadi di seluruh Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), dari kasus kekerasan terhadap perempuan yang ditangani oleh LSM Rifka Annisa di DIY dari tahun

2013-2016 tercatat bahwa pada tahun 2013 terdapat 254 kasus kekerasan terhadap istri, tahun 2014 kasus kekerasan terhadap istri mengalami penurunan yakni 180 kasus, kemudian pada tahun 2015 meningkat menjadi 231 kasus, dan catatan terakhir pada 2016 terdapat 240 kasus kekerasan terhadap istri (Rifka Annisa, 2016). Besarnya jumlah kasus-kasus KDRT khususnya pada istri tidak hanya terjadi di DIY saja, namun pada seluruh daerah di Indonesia, berikut catatan tahunan Komnas Perempuan dari tahun 2013 tercatat 7.716 kasus kekerasan terhadap istri, pada tahun 2014 tercatat 7548 kasus, tahun 2015 tercatat 6.725 kasus dan pada tahun 2016 tercatat 5.784 kasus kekerasan terhadap istri yang dilakukan oleh suami (Komnasperempuan.go.id, Catahu 2013-2016).

Istri sebagai korban kekerasan mengalami berbagai kerugian dan penderitaan berupa risiko luka fisik, gangguan stres pascatrauma (*Post-traumatic stress disorder/ PTSD*) dan efek-efek psikologis lain terutama depresi dan harga diri rendah (Casardi dkk, O'leary, shalev, Yehuda & McFarlance, Watson dkk ; dalam Nevid dkk, 2003). Paula & Shelly (2006) menjelaskan bahwa kekerasan yang dialami wanita baik secara emosional maupun secara fisik menimbulkan dampak buruk bagi psikologis korban. Dampak tersebut seperti kehilangan harga diri dan kepercayaan diri, perasaan tidak berdaya, perasaan bersalah, trauma mendalam, PTSD dan depresi hingga munculnya keinginan menyakiti diri sendiri. Kekerasan yang dialami seseorang merupakan sebuah peristiwa negatif dan buruk baginya.

Peristiwa negatif yang dialami korban kekerasan menimbulkan penderitaan, perasaan sakit dan kekecewaan yang mendalam. Peristiwa negatif tersebut berupa bentuk-bentuk kekerasan seperti yang dijelaskan Soeroso (2011) berupa kekerasan fisik seperti pemukulan, kekerasan psikologis dan emosional seperti penghinaan dan merendahkan korban, kekerasan seksual seperti pemaksaan hubungan seksual dan kekerasan ekonomi atau penelantaran terhadap korban. Berbagai bentuk kekerasan tersebut merupakan hal yang menyakitkan dan melukai korban baik secara fisik maupun psikologis, sehingga hal tersebut memunculkan emosi dan perasaan negatif yang mengakibatkan penderitaan dan perubahan psikologis pada korban.

Salah satu perubahan psikologis yang dialami korban KDRT ialah perubahan harga diri, perubahan tersebut dapat berupa berkurangnya harga diri hingga pada taraf kehilangan harga diri. Menurut Baron & Byrne (2004) peristiwa negatif dalam hidup seseorang memiliki efek negatif terhadap harga diri orang tersebut, sebagai contoh ketika masalah muncul di sekolah, di dalam keluarga di tempat kerja atau di antara teman, maka akan terjadi penurunan harga diri. McGarry (2010) dalam penelitiannya mengenai dampak kekerasan dalam rumah tangga terhadap kesejahteraan wanita yang menjadi korban, menjelaskan bahwa kekerasan dalam rumah tangga yang dialami wanita merupakan peristiwa negatif yang menimbulkan masalah emosional di kemudian hari seperti menurunnya harga diri pada korban.

Harga diri menurut Baron & Byrne (2004) adalah evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif sampai negatif. Kemudian Maslow (Alwisol, 2004) menjelaskan bahwa harga diri merupakan salah satu kebutuhan hidup seseorang, dengan kualitas harga diri yang baik individu akan menjadi orang yang tidak rentan terhadap stres dan emosi negatif serta potensi untuk membangun hubungan yang harmonis dengan orang lain semakin baik. Kualitas harga diri yang baik menurut Coopersmith (Mruk, 2006) ditandai dengan sikap aktif dan terbuka, bertanggung jawab, optimis terhadap masa depan, tidak takut menghadapi tantangan dan masalah, kehidupan sosial yang harmonis, serta mengetahui dan mampu mengembangkan peribadinya dengan baik. Kemudian Brehmn & Kassir (Dayaksini & Hudaniah, 2003) memaparkan bahwa individu yang menilai dirinya positif cenderung untuk bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan diri.

Sebaliknya individu yang menilai dirinya negatif relatif tidak sehat, cemas, tertekan dan pesimis tentang masa depannya dan cenderung mudah mengalami kegagalan (Brehmn & Kassir; dalam Dayaksini & Hudaniah, 2003). Lebih lanjut Olmstead dkk (Baron & Byrne, 2004) berpendapat bahwa evaluasi diri yang negatif dihubungkan dengan keterampilan sosial yang tidak memadai, perasaan kesepian, depresi dan unjuk kerja lebih buruk yang menyertai pengalaman kegagalan pada seseorang. Harga diri yang positif maupun negatif pada seseorang dapat terbentuk apabila dirinya dapat atau tidak merasakan dan memenuhi empat aspek yang menjadi sumber pembentukan harga diri, aspek

tersebut menurut Coopersmith (Mruk, 2006) ialah *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan) dan *competence* (kemampuan).

Berdasarkan hasil wawancara awal pada 24 November 2016 yang dilakukan peneliti kepada enam istri dengan KDRT, tiga diantaranya mengungkapkan informasi sebagai berikut: EL merasa takut terhadap suaminya, tidak dapat mengungkapkan perasaannya baik kepada suami atau kepada orang lain, merasa diabaikan, merasa malu untuk bergaul di lingkungannya, kehilangan semangat untuk bekerja dan menjalani kehidupannya dan merasa mudah panik ketika menghadapi masalah dan ingin membalas dendam. Demikian juga dengan SY, ia mengungkapkan bahwa perlakuan buruk suaminya membuat ia merasa tidak memiliki kemampuan dan kelebihan apapun yang dapat dibanggakan sebagai wanita dan istri, merasa minder dan tidak percaya diri dalam bergaul, merasa tidak berarti dan tidak diterima oleh keluarga dan lingkungan, merasa putus asa dan tidak tau apa yang harus dilakukan. SY juga merasa marah dengan diri sendiri dan suami yang memperlakukannya secara buruk, sehingga terkadang SY ingin membalas suaminya atau berperilaku yang tidak seharusnya. Kemudian pada subjek YL, ia mengeluhkan kehilangan rasa percaya diri dalam bekerja dan bergaul, sering uring-uringan ketika ada orang lain yang memberikan kritikan, merasa tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki sehingga YL seringkali bingung dengan apa yang ia kerjakan, sulit mengambil tindakan dan keputusan karena selalu meminta bantuan orangtuanya. Menilai dirinya buruk, tidak mampu dan gagal. Menilai orang lain buruk, mudah curiga dan mudah tersinggung.

Hasil temuan awal di atas dapat menggambarkan bahwa perlakuan buruk dan kekerasan dari suami berdampak pada perubahan dan penurunan aspek-aspek harga diri, yakni kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kemampuan (*competence*), kebajikan (*virtue*) (Coopersmith, dalam Mruk, 2006). Ketiga subjek di atas terlihat bahwa mereka mengalami penurunan pada aspek kekuatan (*power*) di mana subjek tidak lagi mampu mengontrol perilaku dan sikap diri sendiri serta suami dan orang lain terhadap diri subjek. Kemudian perubahan pada aspek keberartian (*significance*), di mana subjek kehilangan perasaan berarti dan berharga dari suami dan keluarganya, pada aspek kompetensi (*competence*) di mana subjek kehilangan kemampuan untuk mengembangkan diri, bekerja, mencapai eksistensi dan bersosial dengan lingkungannya. Pada aspek kebajikan (*virtue*) tidak semua subjek kehilangan kemampuan dalam aspek ini, subjek EL dan SY mengatakan bahwa dirinya merasa dendam dan ingin membalas dendam kepada suaminya serta sesekali muncul keinginan untuk melakukan hal-hal yang tidak sesuai secara norma dan agama.

Hal tersebut juga sesuai dengan penjelasan Coopersmith (Mruk, 2006) bahwa individu dengan harga diri negatif seringkali merasa putus asa, tidak mampu mempertahankan dirinya dan haknya, merasa tidak berdaya dengan kondisi yang dihadapi, cenderung menutup dan menarik diri dari kehidupan sosial, serta tidak dapat mengembangkan kemampuan dan kepribadiannya dengan baik. Jika seorang istri memiliki harga diri negatif, maka dirinya kehilangan kemampuan untuk mempertahankan dirinya dan haknya, merasa rendah diri dan

tidak berarti di hadapan suami, keluarga dan lingkungan. Mengalami kesulitan dalam mengelola rumah tangga, dan mengelola kemampuannya sebagai pribadi.

Penelitian mengenai penanganan harga diri rendah telah banyak dilakukan. Berdasarkan beberapa penelitian yang pernah dilakukan ada beberapa bentuk intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan harga diri, diantaranya penggunaan *cognitive behavioral therapy* (CBT) untuk meningkatkan harga diri pada dewasa awal oleh Sarandria(2012), kemudian Susanti (2013) menggunakan *cognitive behavioral therapy in group* untuk meningkatkan harga diri pada remaja dengan obesitas, sedangkan Pratiwi (2015) melakukan penelitian mengenai *Bibliotherapy* dan *forgiveness therapy* untuk meningkatkan harga diri pada korban *bullying*. Kemudian Mruk (2006) menyimpulkan bahwa ada empat kelompok dasar yang digunakan oleh para peneliti terdahulu dalam teknik peningkatan *self-esteem* yakni *acceptance and positive feed back, cognitif restructuring, assertiveness training, natural self esteem moment, modelling and problem solving* dan *group, individual work and practice* yang berguna membantu menyesuaikan program baik individu atau kelompok dengan karakteristik tertentu.

Berdasarkan penelitian mengenai harga diri rendah serta berbagai macam *treatmen* yang telah digunakan untuk peningkatan harga diri tersebut, maka dapat dilihat bahwa harga diri merupakan sebuah evaluasi diri dan memiliki esensi yang terletak pada keyakinan dasar mengenai dirinya. Keyakinan dasar ini melibatkan kognisi individu (Coopersmith, dalam Mruk 2006). Oleh karena itu peneliti memilih menggunakan *forgiveness therapy* sebagai intervensi yang juga sesuai untuk membantu meningkatkan harga diri pada individu. *Forgiveness therapy*

merupakan salah satu terapi yang menggunakan pendekatan kognitif perilaku, di mana rangkaian proses pemaafan lebih banyak menggunakan pendekatan kognitif perilaku yang menghubungkan prinsip pemrosesan informasi dan teori belajar (Enright, Freedman & Reque, dalam Enright & North, 1998). Asumsi dasar terapi kognitif perilaku adalah terdapat hubungan timbal balik antara apa yang difikirkan dengan apa yang dirasakan, fisiologi dan perilaku.

Pendekatan kognitif perilaku menjadi pendekatan yang paling empiris untuk menghasilkan metode intervensi untuk harga diri. Teknik-teknik di dalamnya dapat meningkatkan harga diri dalam berbagai cara. Pertama, terapis menginterupsi kaitan antara pikiran, perasaan dan perilaku individu yang negatif, yang dapat mempertahankan harga diri yang rendah. Kedua, membuat individu merasa memiliki kelebihan dan kemampuan. Ketiga, melatih kebiasaan-kebiasaan baru sehingga terbentuk hubungan antara pikiran, pengalaman dan tindakan yang lebih baik (Mruk, 2006).

Hal tersebut sesuai dengan tahapan kegiatan dan tujuan di dalam *forgiveness therapy* (Enright, Freedman & Reque, dalam Enright & North, 1998), pada tahap pertama yakni membongkar emosi negatif (*uncovering phase*) individu diajarkan untuk mengidentifikasi pikiran, emosi dan perilaku negatif yang ada pada dirinya beserta penyebab dan dampaknya. Tahap kedua dan ketiga yakni tahap memutuskan untuk memaafkan (*decision phase*) dan tahap bekerja dengan pemaafan (*work phase*), tahap ini bertujuan untuk membantu individu mengelola kemampuannya dalam mengambil keputusan, mengelola pikiran, emosi dan

tindakannya melalui metode *scalling*, *imagery*, penugasan, *reframing* dan *self monitoring*.

Tahap ke empat adalah tahap memperdalam (*deepening phase*), tahap ini menggunakan *self monitoring*, *reframing*, *imagery* dan *sharing* untuk membantu individu mengevaluasi perkembangan yang dirasakannya serta dapat menentukan tujuan hidup yang baru. Ketika individu mampu merasakan perubahan positif dalam dirinya, ia dapat bersikap optimis dengan menentukan tujuan dan harapan hidup yang baru, dapat menentukan action atau tindakan yang akan dilakukannya dikemudian hari, serta dapat menemukan cara yang efektif untuk menghadapi hambatan atau masalah yang mungkin muncul.

Kemudian dengan melihat permasalahan yang dihadapi istri dengan kekerasan dalam rumah tangga, yakni kekerasan dari suaminya yang menyebabkan berbagai permasalahan psikologis termasuk penurunan harga diri. Pemberian *forgiveness therapy* dirasakan sangat tepat, karena *forgiveness therapy* dengan tahapan di dalamnya telah terbukti efektif bagi orang dewasa dan anak dengan berbagai pengalaman menyakitkan dan ketidakadilan akibat perbuatan orang lain (Enright, 2012). *Forgiveness therapy* tidak hanya menawarkan pemulihan secara psikologis, namun juga membantu rekonsiliasi terhadap hubungan interpersonal dengan cara merubah perilaku seseorang terhadap diri sendiri dan orang atau perilaku yang pernah menyakiti. Seperti penjelasan Thompson dkk (2005) Melalui *forgiveness therapy*, individu akan berlatih untuk mengubah emosi, pikiran dan perilaku negatifnya terhadap kekecewaan,

kemarahan ataupun luka hati yang dirasakan (diri sendiri atau orang lain atau situasi di luar kendali) serta respon terhadapnya.

Kemampuan untuk memaafkan akan mampu mendorong tercapainya harga diri yang positif. Seperti yang dijelaskan Enright (Enright & North, 1998) ketika seseorang memaafkan dirinya, maka akan terjadi mekanisme menuju proses penghargaan diri yang positif. Mekanisme yang pertama merupakan mekanisme kognitif yang membantu individu untuk mengevaluasi *real self-schema* secara lebih positif seperti mengganti evaluasi negatif yang selama ini dilakukannya menjadi evaluasi yang lebih berfokus pada sisi-sisi positif di balik kejadian. Mekanisme kedua ditandai dengan adanya penilaian kembali *ideal self-schema* secara lebih realistis seperti dengan mengevaluasi standard mereka dalam mengevaluasi diri mereka sendiri. Mekanisme ketiga ditunjukkan dengan adanya perilaku-perilaku yang diarahkan untuk memperbaiki *real self-schema* dengan perubahan perilaku seperti dengan menunjukkan permintaan maaf dan berusaha melakukan perbaikan diri.

Devies (2006) menjelaskan, ketika individu mampu memaafkan dan berdamai dengan dirinya sendiri, orang lain dan situasi maka individu akan dipenuhi perasaan-perasaan berharga dan pikiran-pikiran yang positif baik kepada dirinya sendiri, orang lain ataupun kondisi yang dihadapi. Ia tidak akan terjebak dalam pikiran yang negatif terhadap setiap bagian dalam diri dan kehidupannya seperti justru menyalahkan diri sendiri, orang lain, ataupun situasi namun cenderung menunjukkan sikap menerimanya sebagai bagian dalam diri dan kehidupannya. Sebaliknya ketika individu tidak mampu memaafkan, ia akan

diliputi oleh perasaan rendah diri, tidak berani untuk memikul tanggung jawab atas perilakunya sendiri, dan cenderung menyalahkan keterbatasan ataupun pengingkaran kelebihan yang dimiliki.

Terapi pemaafan telah banyak diteliti dan terbukti efektif untuk kasus-kasus yang berkaitan dengan pelanggaran hak-hak seseorang oleh orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Reed & Enright (2006) menjelaskan bahwa *forgiveness therapy* memiliki efektivitas terhadap penurunan depresi, kecemasan dan stres pasca trauma pada wanita dengan pelanggaran atau pelecehan emosional oleh pasangan, selain itu hasil penelitian ini juga menjelaskan bahwa pemberian *forgiveness therapy* pada kelompok eksperimen memberikan dampak yang signifikan pada peningkatan harga diri wanita dengan pelecehan emosional oleh pasangan. Lamb (2006) menggunakan pemaafan pada wanita dengan kekerasan atau penganiyaan, kemudian pemberian psikoedukasi pemaafan yang dilakukan Enright, Knutson, Holter & Casey (2006) pada anak-anak yang berada di daerah kekerasan dan kemiskinan. Pratiwi (2015) melakukan penelitian mengenai *bibliotherapy* dan *forgiveness therapy* untuk meningkatkan harga diri pada dengan *bullying*, serta penggunaan terapi pemaafan oleh Rahmandani (2011) untuk meningkatkan penerimaan diri pada penderita kanker payudara.

Forgiveness atau pemaafan yang dilakukan oleh istri dengan KDRT diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap psikologis mereka, terutama pada penurunan harga diri yang mereka rasakan setelah mendapat kekerasan dan perlakuan negatif dari pasangan atau suami. Pemaafan merupakan aspek pemulihan pada suatu hubungan atau kondisi tidak menyenangkan yang

dirasakan akibat perbuatan pelaku. Pemulihan tersebut mencakup memaafkan, kemudian memunculkan energi dan emosi positif dalam diri, untuk kemudian dapat menghilangkan kebencian terhadap pelaku dan kondisi tidak menyenangkan serta dapat melibatkan diri dalam lingkungan. Setelah proses pemulihan tersebut subjek memiliki kemampuan untuk menerima dan menghargai dirinya, kondisi yang dia alami dan pelaku yang menyakitinya dengan positif.

Korban dapat menilai dan mengevaluasi kebiasaan menilai dan memandang dirinya dengan penuh rasa percaya diri dan kemampuan berfikir positif tentang keberartian, kesuksesan, dan keberharagaan terhadap dirinya, dan tidak menutup kemungkinan dengan termotivasi untuk memenuhi kebutuhan hidupnya seperti kekuatan, penghargaan status, dominasi, dianggap penting, dan apresiasi dari orang lain, dengan terpenuhinya hal-hal tersebut tentu saja menumbuhkan kembali harga diri korban. Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga yang dialami oleh istri memiliki dampak negatif terhadap fisik dan psikologis pada korban, salah satu dampak psikologisnya ialah penurunan harga diri. Penurunan harga diri pada istri dengan KDRT menyebabkan terhambatnya kemampuan mereka dalam mengerjakan tugas, mengembangkan diri dan kepribadian serta hubungan dengan orang lain dan lingkungan sosial. Oleh sebab itu dibutuhkan adanya penanganan atau intervensi guna membantu istri dengan KDRT meningkatkan harga dirinya kembali, salah satunya dengan *forgiveness therapy*.

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disampaikan bahwa rumusan permasalahan dalam penelitian ini, apakah *forgiveness therapy* dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri pada istri dengan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) ?.

B. Tujuan dan Manfaat

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Forgiveness therapy* untuk meningkatkan harga diri pada istri dengan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), 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 rumah tangga, psikologi keluarga dan kesehatan mental, serta pengembangan secara teoritis tentang efektivitas *forgiveness therapy* terhadap peningkatan harga diri.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi para praktisi di bidang psikologi memberikan kontribusi dalam peningkatan keterampilan psikoterapi, tentang proses dan tahapan *forgiveness therapy* untuk peningkatan harga diri pada istri dengan KDRT.
- b. Bagi para pendamping dan pekerja sosial di lembaga-lembaga yang bergerak di bidang perlindungan perempuan dengan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), diharapkan dengan penelitian ini dapat

memberikan informasi dan juga keterampilan tentang langkah dan cara pelaksanaan dan mafaat *forgiveness therapy* dalam menumbuhkan dan meningkatkan kembali harga diri para istri dengan KDRT.

- c. Bagi wanita terutama istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga dan mengalami penurunan dan kehilangan harga diri karena hal tersebut, diharapkan dapat mengembangkan sikap positif, emosi dan afek yang positif, dapat terlepas dari kungkungan emosi dan kondisi perasaan yang negatif dengan cara memaafkan orang yang telah melakukan tindak kekerasan dan tidak menyimpan kebencian di dalam diri untuk mencapai kehidupan yang lebih baik dan lebih positif.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang peningkatan harga diri memang sudah banyak dilakukan, begitu juga dengan penelitian yang menggunakan terapi pemaafan sebagai intervensinya. Penggunaan terapi pemaafan atau *forgiveness therapy* untuk meningkatkan harga diri sudah dilakukan dalam beberapa penelitian, namun ada beberapa hal yang membedakan antara penelitian yang sudah dilakukan dengan penelitian yang dilakukan peneliti.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sarandria (2012) menggunakan *Cognitive Behavioural Therapy (CBT)* untuk meningkatkan *self esteem* pada dewasa muda. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang dewasa muda (19-30 tahun) dan memiliki *self esteem* rendah berdasarkan hasil skor dari alat ukur *self esteem* yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan desain *one group pre-test post-test design* atau *before after*

design. Hasil penelitian ini menunjukkan intervensi *cognitive behavioural therapy (CBT)* terbukti dapat meningkatkan *self esteem* pada dewasa muda. Ketiga partisipan menunjukkan peningkatan pada skor RSES dan CSEI pada post-test. Pada subjek 1 perbandingan skor RSES pretest 10 posttest 19, CSEI pretest 20 posttest 36. Pada subjek 2 perbandingan skor RSES pretest 12 posttest 16, CSEI pretest 13 posttest 31. Pada subjek 3 perbandingan skor RSES pretest 14 posttest 18, CSEI pretest 32 posttest 45. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa partisipan merasakan manfaat yang positif dengan mengikuti program intervensi. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti terletak pada perlakuan atau intervensi yang dilakukan dan subjek penelitian. Persamaannya terletak pada variabel harga diri yang bertujuan untuk ditingkatkan.

2. Susanti (2013) menggunakan *cognitive behavioral therapy in group* untuk meningkatkan harga diri pada remaja putri dengan obesitas. Penelitian ini melibatkan 10 remaja putri penderita obesitas, berusia 12-15 tahun dengan IMT minimal 25 dan memiliki harga diri yang sedang atau rendah. pengukuran harga diri menggunakan behavioral checklist harga diri yang disusun dari aspek-aspek harga diri reasoner. Desain penelitian ini menggunakan penelitian eksperimental dengan metode *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples*, di mana kelompok eksperimen diberikan intervensi CBT ingroup yang dilakukan dua kali seminggu selama empat minggu dan diikuti dua minggu tindak

lanjut. Analisis data menggunakan metode *mann whitney* dengan SPSS, dan hasil penelitian ini menunjukkan CBT ingroup efektif untuk meningkatkan harga diri remaja putri penderita obesitas pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan $Z = -0,54$ ($p < 0,01$).

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti ialah terletak pada variabel terikat yakni harga diri rendah, sedangkan perbedaannya ialah pada subjek serta intervensi yang diberikan untuk meningkatkan harga diri tersebut.

3. Pratiwi (2015) melakukan penelitian mengenai *Bibliotherapy* dan *forgiveness therapy* untuk meningkatkan harga diri pada siswa dengan *bullying*. Responden penelitian ini ialah siswa SMP sebanyak 2 orang yang pernah mengalami *bullying* dengan harga diri rendah atau sangat rendah, dengan menggunakan metode penelitian eksperimen *one group pre-test post-test design* dan analisis data secara kuantitatif dan juga analisis deskriptif. Berdasarkan hasil uji statistik *wilcoxon* yang diperoleh dari hasil pengukuran harga diri, menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian intervensi $Z = 0,180$ ($p > 0,05$). Jika dilihat dari analisis deskriptif maka ada pengaruh positif intervensi yang diberikan terhadap harga diri dan distorsi kognitif.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti ialah pada perlakuan berupa *forgiveness therapy* dan juga pada variabel yang diuji yakni harga diri. Perbedaannya terletak pada subjek

penelitiannya, penelitian ini subjeknya 2 orang siswa SMP yang mengalami *bullying*, sedangkan penelitian oleh peneliti dilakukan kepada wanita dengan kekerasan dalam rumah tangga.

4. Penelitian yang telah dilakukan oleh Redd & Enright (2006), mengenai efektifitas *forgiveness therapy* pada depresi, kecemasan dan *posttraumatic stres* pada perempuan yang telah mendapatkan kekerasan emosional dari pasangan. Hasilnya perbandingan mean kelompok eksperimen antara post-test dan follow-up mengalami penurunan untuk depresi -10,80 menjadi -13,60 , untuk kecemasan -10,20 menjadi -17,40. Kemudian pada aspek harga diri mengalami peningkatan yakni 16,60 menjadi 24,00 , sedangkan untuk PTS tidak mengalami penurunan dari -7,20 menjadi -4,40.

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti pada perlakuan yang diberikan yakni *forgiveness therapy*, memiliki subjek penelitian dengan kasus yang sama yakni kekerasan dalam rumah tangga, serta variabel yang diukur termasuk di dalamnya tingkat harga diri, sedangkan perbedaannya ialah pada konten penelitian, penelitian ini memiliki konten yang lebih luas dengan beberapa variabel yang diuji seperti depresi, kecemasan dan PTSS.

5. Malik (2014) dalam penelitian studi kasus memberikan *forgiveness therapy* kepada subjek yang mengalami depresi dan harga diri rendah karena pelecehan seksual. Subjek dalam penelitian ini merupakan seorang wanita berusia 25 tahun yang diketahui mengalami depresi dan harga diri rendah berdasarkan hasil tes *The Beck Depression Inventory* (BDI) dan

The Rosenberg Self Esteem Scale (RSES). Hasil dari penelitian ini secara kuantitatif terlihat dari tes BDI bahwa subjek mengalami penurunan tingkat depresi, dan subjek juga mengalami peningkatan harga diri berdasarkan pengukuran RSES yang dilakukan setelah pemberian terapi selama 21 sesi. Kemudian secara deskriptif subjek menunjukkan kemajuan yang signifikan sepanjang proses terapi, dengan menurunnya gejala-gejala dari depresi dan rendah diri yang selama ini dialaminya.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti ialah pada terapi atau perlakuan yang digunakan yakni *forgiveness therapy*, kemudian penelitian ini juga bertujuan untuk mempengaruhi variabel terikat harga diri. Sedangkan perbedaannya, penelitian ini memiliki 2 variabel terikat yang akan dipengaruhi yakni tingkat harga diri dan tingkat depresi, dengan desain penelitian studi kasus.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Kim & Lee (2014), menguji efektifitas *forgiveness therapy* untuk resiliensi, harga diri dan spritual pada istri dengan suami penyalahguna alkohol (*alcoholic*). Desain penelitian adalah desain kuasi-eksperimental. Terapi pengampunan dilakukan sekali seminggu selama 12 minggu. Peserta penelitian 29 orang, 16 ditugaskan untuk kelompok eksperimen dan 13 untuk kelompok kontrol. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif, uji-t, χ^2 test dan ANOVA berulang. Berdasarkan analisis data diperoleh perbandingan *mean* kelompok eksperimen dan kontrol antara *pretest-posttest* pada tiga variabel terikat dalam penelitian ini. Variabel harga diri KE pretest 28.31

posttest 29.94, KK pretest 30.31 posttest 28.69 dengan $p = .012$ ($p \leq .05$). Variabel resiliensi KE pretest 122.56 posttest 129.50, KK pretest 135.31 posttest 123.15 dengan $p = .022$ ($p \leq .05$). Variabel spritual KE pretest 129.06 posttest 133.44, KK pretest 124.62 posttest 108.54 dengan $p = .002$ ($p \leq .05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi pengampunan efektif dalam meningkatkan ketahanan, harga diri, dan spiritualitas dalam istri dari pria yang dengan penyalahgunaan alkohol. Oleh karena itu, terapi pengampunan dapat dianggap sebagai intervensi keperawatan yang berguna untuk mempromosikan peningkatan stabilitas emosional dan memberikan bantuan nyeri untuk istri tersebut.

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti pada menggunakan *forgiveness therapy* dengan satu variabel terikat yang sama yakni harga diri. Perbedaannya pada penelitian ini tidak hanya melihat pengaruh pada variabel harga diri saja namun juga pada resiliensi dan spritual, kemudian subjek penelitian, desain dan analisis data yang digunakan.

7. Kang & Kim (2015) menguji efek dari program terapi pemaafan untuk meningkatkan harga diri, kemarahan dan pengampunan pada orang-orang yang menyalahgunakan alkohol. Menggunakan desain penelitian *A non-equivalent control group pre-posttest design was employed*. Peserta adalah 38 orang yang menyalahgunakan alkohol dan yang setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Mereka ditugaskan menjadi kelompok eksperimen dalam pertemuan Alcoholics Anonymous di rumah sakit J ($n =$

19) dan kelompok kontrol dalam pertemuan Alcoholics Anonymous di rumah sakit B (n = 19). Program delapan sesi diberikan seminggu sekali selama 8 minggu.. Analisis data menggunakan persentase, uji χ^2 , uji Kolmogorov – Smirnov. Berdasarkan analisis data diperoleh perbandingan antara kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dan kelompok kontrol. Variabel harga diri KE pretest 2.3 posttest 2.8, KK pretest 2.7 posttest 2.5 dengan $p < .001$. Variabel kemarahan KE pretest 3.4 posttest 1.1, KK 1.7 posttest 1.4 dengan $p < .001$. Variabel pemaafan KE pretest 1.4 posttest 3.4, KK pretest 2.5 posttest 2.6 dengan $p > .001$. Hasilnya menunjukkan penurunan yang signifikan dalam kemarahan, kenaikan pada harga diri dan pemaafan pada kelompok eksperimen . Temuan menunjukkan bahwa program terapi pemaafan memiliki efek positif pada harga diri, kemarahan, dan pemaafan orang-orang yang menyalahgunakan alkohol.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka dapat dilihat bahwa telah banyak penelitian yang menggunakan berbagai terapi untuk meningkatkan harga diri, begitu juga dengan penggunaan *forgiveness therapy* untuk menangani berbagai masalah psikologis seperti depresi, PTSD, kecemasan, penerimaan diri rendah, konsep diri, serta harga diri rendah. Namun dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti secara spesifik belum pernah dilakukan, yakni penggunaan *forgiveness therapy* untuk peningkatan harga diri pada istri dengan kekerasan dalam rumah tangga.