



PERAN SECURE ATTACHMENT DENGAN FORGIVENESS PADA REMAJA PASCA PERCERAIAN ORANG TUA

Aironi Zuroida^{1*}, Fifin Dwi Purwaningtyas², Starry Kireida Kusnadi³
Rosvita Gamul⁴, Misliatun Khosyi'ah⁵

^{1*,2,3,4,5} Universitas Wijaya Putra, Indonesia

^{1*} aironizuroida@uwp.ac.id, ² fifin@uwp.ac.id, ³ starrykusnadi@uwp.ac.id,
⁴ 21081013@student.uwp.ac.id, ⁵ 24081017@student.uwp.ac.id.

Article Info

Article history:

Received Marc 27th, 2026

Revised April 4th, 2026

Accepted April 24th, 2026

Keyword: Secure

Attachment; Forgiveness;
Adolescents; Parental
Divorce

ABSTRACT

Parental divorce is a family experience that has a significant impact on adolescents' psychological development, including their emotional regulation and adjustment abilities. This study aims to examine the relationship between secure attachment and forgiveness among adolescents following parental divorce. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The participants consisted of 62 adolescents aged 12–21 years, selected using purposive sampling. Data were collected using Likert-scale questionnaires to measure secure attachment and forgiveness, and were analyzed using descriptive statistics and Pearson Product Moment correlation. The results showed that most adolescents were at a moderate level of secure attachment and forgiveness. Correlation analysis revealed a significant positive relationship between secure attachment and forgiveness ($r = 0.450$; $p < 0.001$), with a moderate strength. These findings indicate that adolescents with secure emotional attachment to their parents tend to be more capable of processing negative emotions, reducing feelings of anger or disappointment, and developing a forgiving attitude toward the experience of parental divorce. Secure attachment serves as a protective factor that supports adolescents' emotional adjustment and fosters psychological resilience. This study highlights the importance of considering the quality of emotional attachment in psychological interventions for adolescents experiencing parental divorce and contributes to the understanding of protective mechanisms that facilitate the development of forgiveness.

Copyright © 2026 Jurnal IDEA.
All rights reserved.

Corresponding Author:

Aironi Zuroida
psikologi, Universitas Wijaya Putra
Email: aironizuroida@uwp.ac.id

Abstrak : Perceraian orang tua merupakan pengalaman keluarga yang berdampak signifikan terhadap perkembangan psikologis remaja, termasuk kemampuan regulasi emosi dan penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *secure attachment* dengan *forgiveness* pada remaja pasca perceraian orang tua. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 62 remaja berusia 12–21 tahun yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert untuk mengukur *secure attachment* dan *forgiveness*, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja berada pada tingkat *secure attachment* dan *forgiveness* kategori sedang. Analisis korelasi mengungkapkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *secure attachment* dan *forgiveness* ($r = 0,450$; $p < 0,000$), dengan kekuatan hubungan dalam kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa remaja dengan keterikatan emosional yang aman terhadap orang tua cenderung lebih mampu memproses emosi negatif, mengurangi perasaan marah atau kecewa, dan mengembangkan sikap memaafkan terhadap pengalaman perceraian. *Secure attachment* berperan sebagai faktor protektif yang mendukung penyesuaian emosional remaja dan membangun ketahanan psikologis. Penelitian ini menegaskan pentingnya memperhatikan kualitas keterikatan emosional dalam intervensi psikologis bagi remaja pasca perceraian orang tua dan memberikan kontribusi pada pemahaman mekanisme protektif yang memfasilitasi perkembangan *forgiveness*.

Kata kunci: *Secure Attacement, Forgiveness, Remaja, Perceraian Orang Tua.*

Pendahuluan

Perceraian orang tua merupakan peristiwa keluarga yang tidak hanya berdampak pada relasi pasangan suami dan istri, tetapi juga meninggalkan konsekuensi psikologis yang signifikan bagi anak, khususnya pada masa remaja. Sejumlah kajian menunjukkan bahwa remaja berada pada fase perkembangan yang krusial dalam pembentukan identitas diri, regulasi emosi, serta keterampilan sosial, sehingga perubahan struktur keluarga akibat perceraian menjadi stresor yang bermakna secara psikologis (Alfaruqi & Laksmawati, 2023). Ketika perceraian terjadi, remaja sering menghadapi ketidakpastian relasional, kehilangan kelekatan emosional, serta konflik loyalitas terhadap salah satu atau kedua orang tua, yang pada akhirnya meningkatkan risiko munculnya kecemasan dan gejala depresi. Oleh karena itu, dampak perceraian terhadap perkembangan emosional remaja tidak dapat dipahami secara sederhana, melainkan memerlukan pendekatan kontekstual yang lebih mendalam.

Angka perceraian di Indonesia berada pada tingkat yang mengkhawatirkan dan tercatat sebagai salah satu yang tertinggi di kawasan Asia Pasifik (Djawas et al., 2021). Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa dalam tiga tahun terakhir terjadi ratusan ribu kasus perceraian, yakni 516.344 kasus pada tahun 2022, 463.654 kasus pada 2023, dan 399.921 kasus pada 2024 (Nikmah et al., 2025). Meskipun terdapat kecenderungan penurunan, jumlah tersebut masih menunjukkan bahwa perceraian merupakan persoalan keluarga yang signifikan di Indonesia. Lebih lanjut, data Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3A) mencatat bahwa lebih dari separuh kasus perceraian melibatkan anak dan remaja sebagai pihak yang terdampak langsung (Effendi et al., 2025), sehingga perceraian tidak hanya berdampak pada pasangan suami istri, tetapi juga membawa konsekuensi serius bagi perkembangan psikologis generasi muda. Kondisi ini memperkuat urgensi untuk tidak hanya memotret dampak negatif perceraian, tetapi juga mengkaji faktor-faktor psikologis protektif yang berpotensi membantu remaja melakukan penyesuaian emosional secara lebih adaptif.

Salah satu faktor protektif yang banyak dibahas dalam literatur mutakhir adalah kualitas keterikatan remaja dengan orang tua atau *secure attachment*. Teori attachment menjelaskan bahwa keterikatan yang aman berfungsi sebagai *safe haven* dan *secure base*, yang memungkinkan individu merasa aman secara emosional saat menghadapi stres dan konflik relasional. Penelitian-penelitian terkini yang dipublikasikan dalam jurnal internasional menunjukkan bahwa kualitas keterikatan orang tua dengan anak berkorelasi positif dengan kesejahteraan mental remaja, termasuk kemampuan regulasi emosi dan pembentukan relasi interpersonal yang sehat (Tan et al., 2023).

Selain itu, *forgiveness* (kemampuan memaafkan) merupakan aspek penting dalam proses penyesuaian diri pasca konflik interpersonal yang kuat, seperti perceraian. Proses *forgiveness* melibatkan pengurangan emosi negatif seperti kemarahan dan kebencian serta mengarah pada penerimaan, yang secara empiris terbukti terkait dengan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi pada anak dan remaja. Enright dan Fitzgibbons (2015) mendefinisikan *forgiveness* sebagai proses emosional dan kognitif untuk mengurangi kemarahan, kebencian, serta keinginan untuk membalas, yang pada akhirnya membawa individu pada penerimaan dan kelegaan psikologis. Individu yang mampu memaafkan cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan kualitas kesehatan mental yang lebih baik. Penelitian oleh (Toussaint et al., 2017).

Dalam konteks remaja pasca perceraian orang tua, *forgiveness* menjadi semakin kompleks karena remaja sering kali menyimpan perasaan marah, kecewa, atau terluka terhadap orang tua yang berpisah. Namun, kemampuan untuk memaafkan tidak terbentuk secara otomatis. Studi empiris menunjukkan bahwa kualitas hubungan awal dengan orang tua, khususnya

keterikatan yang aman, memfasilitasi rasa aman emosional dan regulasi emosi yang lebih efektif. Kondisi ini pada gilirannya mendukung perkembangan *forgiveness* yang lebih adaptif dibandingkan remaja dengan pola keterikatan yang tidak aman (Tay-Karapas et al., 2024).

Meskipun demikian, kajian empiris yang secara spesifik mengintegrasikan *secure attachment* dan *forgiveness* dalam konteks remaja pasca perceraian orang tua di Indonesia masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada gambaran umum *forgiveness* atau penyesuaian diri remaja, tanpa secara eksplisit mengkaji peran keterikatan orang tua sebagai fondasi psikologis dalam proses pemulihan emosional. Keterbatasan ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian dalam memahami mekanisme protektif yang memungkinkan remaja bangkit dan beradaptasi secara emosional setelah perceraian orang tua.

Penelitian ini mengkaji hubungan antara *secure attachment* dan *forgiveness* pada remaja pasca perceraian orang tua sebagai respons terhadap keterbatasan penelitian sebelumnya. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengungkapan peran keterikatan aman sebagai mekanisme protektif yang memungkinkan remaja mengembangkan *forgiveness* di tengah pengalaman keluarga yang mengalami perpecahan, khususnya dalam konteks sosial budaya Indonesia. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis sekaligus implikasi praktis bagi upaya penguatan kesehatan mental remaja.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengkaji hubungan antara *secure attachment* dan *forgiveness* pada remaja pasca perceraian orang tua. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner yang disebarluaskan melalui grup atau komunitas remaja dengan kondisi orang tua telah bercerai. Peneliti menggunakan non-probability sampling dengan teknik sampling purposive sampling dengan jumlah 62 responden. Kriteria partisipan remaja berusia 12–21 tahun dan memiliki pengalaman perceraian orang tua. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tertutup berbentuk skala Likert yang terdiri dari dua instrumen, yaitu skala *secure attachment* dan skala *forgiveness*. Skala *secure attachment* pada penelitian ini merujuk teori Armsden & Greenberg yaitu IPPA yang di adopsi dari Maureen & Febrieta (2024) terdiri dari 25 aitem dengan berdasarkan reliabilitas menggunakan teknik cronbach's Alpha diperoleh sebesar 0,84. Sedangkan skala *forgiveness* pada penelitian ini merujuk pada teori Mc Cullough (Munthe, 2013) yang di adopsi dari Fandini (2019) terdiri dari 17 aitem dan berdasarkan hasil analisis reliabilitas yang menggunakan teknik cronbach's Alpha di peroleh sebesar 0,941.

Uji korelasi dalam penelitian ini menggunakan teknik Pearson Product Moment, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel *secure attachment* dan *forgiveness*. Sebelum dilakukan uji hipotesis menggunakan teknik statistik parametrik, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas untuk memastikan kelayakan penggunaan analisis tersebut. Hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk (yang direkomendasikan untuk jumlah sampel kurang dari 100) menunjukkan bahwa variabel *secure attachment* memiliki nilai signifikansi $p = 0,003$ ($p < 0,05$) sehingga tidak berdistribusi normal, sedangkan variabel *forgiveness* memiliki nilai signifikansi $p = 0,719$ ($p > 0,05$) sehingga berdistribusi normal. Namun demikian, uji normalitas terhadap residual menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0,634$ ($p > 0,05$), yang mengindikasikan bahwa residual berdistribusi normal. Selain itu, jumlah sampel dalam penelitian ini ($n = 62$) tergolong

cukup besar, sehingga berdasarkan prinsip *central limit theorem*, analisis parametrik tetap dapat digunakan. Dengan demikian, secara keseluruhan asumsi analisis parametrik terpenuhi, sehingga uji korelasi Pearson Product Moment tetap layak digunakan dalam penelitian ini.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari *secure attachment* dan *forgiveness*. *Secure attachment* diartikan sebagai ikatan emosional yang aman antara individu dengan orang tua yang ditandai oleh adanya kepercayaan, komunikasi yang baik, dan rendahnya perasaan keterasingan. Variabel ini diukur menggunakan adaptasi skala *Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)* yang mengacu pada konsep kelekatan, dengan dimensi *trust*, *communication*, dan *alienation*. Skala juga menggunakan model Likert, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat kelekatan aman yang lebih tinggi. Sementara itu, *forgiveness* diartikan sebagai kecenderungan individu untuk mengurangi motivasi menghindar dan membalas dendam terhadap pihak yang menyakiti, serta meningkatkan motivasi untuk berbuat baik dan berdamai dalam hubungan interpersonal. Variabel ini diukur menggunakan skala *forgiveness* yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh McCullough (dalam Munthe, 2013), yaitu *avoidance motivation*, *revenge motivation*, dan *benevolence motivation*. Skala disusun dalam bentuk Likert, di mana semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan tingkat *forgiveness* yang semakin tinggi.

Hasil

Analisis data dalam penelitian ini difokuskan pada dua variabel utama, yaitu *secure attachment* dan *forgiveness* pada remaja pasca perceraian orang tua. Seluruh data yang terkumpul telah melalui tahapan pengujian prasyarat analisis. Hasil uji normalitas sebesar $p = 0,634$ ($p > 0,05$), sehingga residual berdistribusi normal. Selain itu, hasil uji linearitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada kolom *deviation from linearity* sebesar $0,119$ ($p > 0,05$), yang mengindikasikan tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari hubungan linear antara *secure attachment* dan *forgiveness*. Selain itu, nilai signifikansi pada komponen *linearity* sebesar $0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa hubungan linear antara kedua variabel bersifat signifikan. Dengan demikian, asumsi linearitas telah terpenuhi, sehingga memenuhi kriteria untuk dianalisis lebih lanjut.

Berdasarkan hasil pengelompokan skor *secure attachment*, sebagian besar responden berada pada tingkat sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja memiliki keterikatan emosional yang cukup dengan orang tua meskipun berada dalam kondisi keluarga pasca perceraian. Sementara itu, hanya sebagian kecil responden yang menunjukkan tingkat keterikatan yang tinggi, dan sebagian lainnya berada pada kategori rendah. Distribusi lengkap tingkat *secure attachment* disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1
Kategorisasi Tingkat *Secure Attachment*

VARIABEL	KATEGORISASI	RENTANG SKOR	FREKUENSI	PRESENTASE
<i>Secure Attachment</i>	Rendah	$X < 50$	11	17,7 %
	Sedang	$50 < X \leq 75$	48	77,4 %
	Tinggi	$75 < X$	3	4,8 %
TOTAL			62	100 %

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berada pada tingkat *secure attachment* kategori sedang, yaitu sebanyak 48 remaja (77,4%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja pasca perceraian orang tua memiliki keterikatan emosional yang cukup dengan orang tua, meskipun berada dalam kondisi keluarga yang tidak lagi utuh. Sebanyak 11 responden (17,7%) berada pada kategori rendah, yang mengindikasikan adanya keterbatasan rasa aman emosional, sedangkan hanya 3 responden (4,8%) yang menunjukkan tingkat *secure attachment* tinggi.

Hasil kategorisasi *secure attachment* menunjukkan gambaran umum keterikatan emosional remaja pasca perceraian orang tua. Tingkat keterikatan ini diperkirakan berkaitan dengan cara remaja mengelola emosi dan merespons pengalaman keluarga yang dialami. Oleh karena itu, analisis selanjutnya difokuskan pada gambaran tingkat *forgiveness* sebagai salah satu aspek psikologis yang relevan dalam proses penyesuaian diri remaja.

Tabel 2.
Kategorisasi Tingkat *Forgiveness*

VARIABEL	KATEGORISASI	RENTANG SKOR	FREKUENSI	PRESENTASE
<i>Forgiveness</i>	Rendah	$X < 34$	3	4,8 %
	Sedang	$34 < X \leq 51$	53	85,5 %
	Tinggi	$51 < X$	6	9,7 %
TOTAL			62	100 %

Hasil pengelompokan skor *forgiveness* pada Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 53 remaja (85,5%). Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan memaafkan pada remaja pasca perceraian orang tua cenderung berkembang secara moderat. Sementara itu, 6 responden (9,7%) berada pada kategori tinggi dan 3 responden (4,8%) berada pada kategori rendah, yang mencerminkan adanya variasi dalam cara remaja memproses emosi negatif terkait pengalaman perceraian orang tua.

Hasil Uji Korelasi Secure Attachment dan Forgiveness

Setelah dilakukan analisis deskriptif, tahap selanjutnya adalah pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antara *secure attachment* dan *forgiveness*.

Tabel 3.
Hasil Uji Korelasi

		Secure Attachmen	Forgiveness
<i>Secure Attachment</i>	Pearson Correlation	1	.450**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	62	62
<i>Forgiveness</i>	Pearson Correlation	.450**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	62	62

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil uji korelasi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) dengan koefisien korelasi sebesar 0,450. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara *secure attachment* dan *forgiveness*. Artinya, semakin baik kualitas keterikatan emosional remaja dengan orang tua, semakin besar kecenderungan remaja untuk mengembangkan kemampuan memaafkan dalam menghadapi pengalaman perceraian orang tua.

Temuan ini menunjukkan bahwa *secure attachment* berperan sebagai faktor psikologis yang mendukung proses penyesuaian emosional remaja dalam menghadapi peristiwa keluarga yang penuh tekanan. Remaja dengan keterikatan yang aman cenderung memiliki rasa aman emosional, kepercayaan terhadap figur signifikan, serta kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif. Kondisi tersebut memungkinkan remaja untuk memproses perasaan marah, kecewa, atau kehilangan secara lebih konstruktif, sehingga membuka ruang bagi berkembangnya *forgiveness*.

Dalam konteks perceraian orang tua, remaja sering kali dihadapkan pada konflik internal, rasa dikhianati, atau kekecewaan terhadap salah satu atau kedua orang tua. Apabila remaja memiliki *secure attachment*, mereka cenderung mampu memaknai konflik keluarga secara lebih realistis dan tidak sepenuhnya memandang peristiwa perceraian sebagai ancaman terhadap harga diri atau nilai personal. Hal ini membuat remaja lebih mudah mengurangi emosi negatif yang berkepanjangan dan mengembangkan sikap menerima serta memaafkan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *secure attachment* dan *forgiveness* pada remaja pasca perceraian orang tua. Temuan ini mengindikasikan bahwa kualitas keterikatan emosional yang aman dengan orang tua berperan penting dalam mendukung kemampuan remaja untuk mengembangkan sikap memaafkan terhadap pengalaman keluarga yang penuh tekanan. Dengan kata lain, *secure attachment* berfungsi sebagai landasan psikologis yang membantu remaja mengelola emosi negatif, seperti marah, kecewa, dan rasa ditolak, serta membangun penerimaan yang lebih adaptif terhadap peristiwa perceraian orang tua.

Temuan ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa keterikatan aman berkaitan dengan regulasi emosi yang lebih adaptif dan penyesuaian psikologis yang lebih baik pada remaja (Kullik & Petermann, 2013). Remaja dengan *secure attachment* cenderung memiliki rasa aman emosional dan kepercayaan interpersonal yang lebih tinggi, sehingga mereka lebih mampu memproses konflik keluarga secara lebih objektif tanpa terjebak pada kemarahan atau perasaan ditinggalkan yang berkepanjangan. Ketersediaan figur kelekatan yang responsif juga memberikan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan emosi secara lebih terbuka, yang pada akhirnya mendukung terbentuknya pemaknaan ulang terhadap peristiwa perceraian.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan-temuan empiris yang menyatakan bahwa *forgiveness* berhubungan dengan kesehatan mental yang lebih baik, termasuk tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih rendah pada remaja (Toussaint et al., 2017). *Forgiveness* berperan dalam mengurangi intensitas emosi negatif yang berlarut-larut dan mencegah munculnya pola ruminasi yang maladaptif. Dalam konteks perceraian orang tua, kemampuan memaafkan membantu remaja mengurangi kecenderungan menyalahkan diri sendiri maupun orang tua, sehingga beban emosional yang dirasakan menjadi lebih ringan.

Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih menempatkan forgiveness sebagai strategi koping individual, tanpa secara eksplisit mengaitkannya dengan kualitas keterikatan emosional dalam relasi orang tua dengan anak pasca perceraian. Penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa *secure attachment* bukan hanya berperan dalam pembentukan regulasi emosi, tetapi juga menjadi konteks relasional yang memfasilitasi berkembangnya *forgiveness* pada remaja. Artinya, kemampuan memaafkan tidak berdiri sendiri, melainkan tumbuh dari pengalaman relasional yang relatif aman dan suportif.

Dalam perspektif yang lebih luas, *forgiveness* dapat dipahami sebagai proses intrapsikis yang sangat dipengaruhi oleh rasa aman emosional (Azizah et al., 2024). Ketika remaja memiliki landasan keterikatan yang relatif aman, mereka cenderung mampu mengelola ambivalensi emosi terhadap orang tua secara lebih seimbang. Kondisi ini memungkinkan remaja untuk memandang konflik keluarga sebagai peristiwa yang kompleks, bukan semata-mata sebagai pengalaman yang sepenuhnya mengancam, sehingga proses memaafkan dapat berkembang sebagai respons adaptif terhadap tekanan relasional yang dialami.

Temuan ini juga mengindikasikan bahwa perubahan struktur keluarga akibat perceraian tidak secara otomatis menghilangkan fungsi protektif dari keterikatan emosional. Selama remaja masih merasakan adanya kehadiran emosional, konsistensi, dan responsivitas dari figur orang tua, *secure attachment* tetap dapat berperan dalam mendukung penyesuaian psikologis mereka. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas relasi emosional lebih menentukan dibandingkan keberadaan struktur keluarga secara formal.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa intervensi psikologis bagi remaja pasca perceraian orang tua perlu memperhatikan kualitas keterikatan emosional serta pengembangan kemampuan *forgiveness* secara simultan. Pendekatan yang berfokus pada penguatan relasi orang tua dengan anak, peningkatan regulasi emosi, serta fasilitasi proses memaafkan berpotensi membantu remaja membangun ketahanan emosional yang lebih baik dan mencegah berkembangnya masalah psikologis jangka panjang.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara *secure attachment* dan *forgiveness* pada remaja pasca perceraian orang tua. Temuan ini mengindikasikan bahwa kualitas keterikatan emosional yang aman dengan orang tua berperan penting dalam mendukung kemampuan remaja untuk mengelola emosi negatif dan mengembangkan sikap memaafkan terhadap pengalaman keluarga yang penuh tekanan. Remaja dengan keterikatan yang aman cenderung memiliki rasa aman emosional, kepercayaan terhadap figur orang tua, dan kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif, sehingga mereka mampu memproses perasaan marah, kecewa, atau kehilangan secara lebih konstruktif. *Secure attachment* memungkinkan remaja memaknai konflik keluarga secara lebih realistis dan tidak sepenuhnya memandang perceraian sebagai ancaman terhadap harga diri atau nilai personal, sehingga membuka ruang bagi berkembangnya *forgiveness*.

Temuan ini juga memperluas pemahaman bahwa kemampuan memaafkan tidak berdiri sendiri, melainkan tumbuh dari pengalaman relasional yang aman dan suportif. Dengan adanya *secure attachment*, remaja lebih mampu mengekspresikan emosi secara terbuka, memproses konflik keluarga secara objektif, serta mengurangi kecenderungan menyalahkan diri sendiri maupun orang tua. Kondisi ini mendukung terbentuknya pemaknaan ulang terhadap peristiwa

perceraian, penguatan regulasi emosi, dan pengembangan penerimaan yang adaptif. Hasil penelitian sejalan dengan temuan sebelumnya yang menegaskan bahwa keterikatan aman berkaitan dengan regulasi emosi yang lebih adaptif, penyesuaian psikologis yang lebih baik, dan kesehatan mental yang lebih optimal pada remaja.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa perubahan struktur keluarga akibat perceraian tidak secara otomatis menghilangkan fungsi protektif dari keterikatan emosional. Selama remaja masih merasakan kehadiran emosional, konsistensi, dan responsivitas dari figur orang tua, secure attachment tetap berperan dalam mendukung penyesuaian psikologis mereka. Hal ini menegaskan pentingnya memandang relasi emosional sebagai faktor utama dalam pembangunan ketahanan psikologis remaja, lebih daripada sekadar struktur keluarga formal.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar intervensi psikologis bagi remaja pasca perceraian orang tua menekankan penguatan keterikatan emosional dengan orang tua, peningkatan regulasi emosi, dan fasilitasi pengembangan kemampuan memaafkan secara simultan. Pendekatan ini berpotensi membantu remaja membangun ketahanan emosional yang lebih baik, mengurangi beban psikologis, mencegah munculnya masalah mental jangka panjang, serta memberikan kontribusi pada pengembangan psikologi sebagai ilmu melalui pemahaman hubungan antara *secure attachment* dan *forgiveness* dalam konteks keluarga yang kompleks.

Referensi

- Alfaruqi, M. M. D., & Laksmawati, H. (2023). Penyesuaian diri pada remaja pasca perceraian orang tua. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 511–530.
- Azizah, D., Rahmadhani, M. F. H., & Lestari, N. (2024). Konsep Forgiveness dalam Islam dan Kaitannya dengan Kesehatan Mental. *Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 107–125.
- Djawas, M., Ridhwan, R., Devy, S., & Husna, A. (2021). The Government's role in decreasing divorce rates in Indonesia: the case of aceh and South Sulawesi. *Ahkam: Jurnal Ilmu Syariah*, 21(1).
- Effendi, N. P., Rahman, A., & Afifah, L. K. N. (2025). Intervensi Psikologis Pada Remaja Pasca Konflik Orang Tua Bercerai. *Jurnal Sosial Humaniora*, 2(1), 50–57.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. (2015). Forgiveness therapy. *American Psychological Association*.
- Fandini, L. (2019). PERBEDAAN FORGIVENESS DITINJAU DARI TIPE KEPERIBADIAN PADA REMAJA DI YAYASAN AL-HIDAYAH MEDAN: Forgiveness, tipe kepribadian. *Psikologi Prima*, 2(1), 41–51.
- Kullik, A., & Petermann, F. (2013). Attachment to parents and peers as a risk factor for adolescent depressive disorders: The mediating role of emotion regulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 44(4), 537–548.
- Maureen, C. L., & Febrieta, D. (2024). Peran kelekatan orang tua untuk meningkatkan regulasi emosi pada remaja akhir. *SCHEMA: Journal of Psychological Research*, 9(01), 37–45.
- Munthe, R. U. N. (2013). *Perbedaan Forgiveness Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai Di Kecamatan Medan Timur*. Universitas Medan Area.
- Nikmah, R., Rosidah, Z. N., Zuhroh, D., Mardian, A., Wati, A., & Lestari, A. F. (2025). Literasi Pra-Nikah di Era Digital: Edukasi dan Sharing Gen-Z Tentang Kesiapan Ekonomi, Mental, Hukum Dalam Pernikahan Ideal di MAN 1 Boyolali. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Desa (JPMD)*, 6(2), 587–607.
- Tan, R., Yang, Y., Huang, T., Lin, X., & Gao, H. (2023). Parent-child attachment and mental health in young adolescents: a moderated mediation analysis. *Frontiers in Psychology*, 14,

1298485.

Tay-Karapas, K., Guzmán-González, M., Gómez, F., Comino, P., Salaberria, K., & Bahamondes, J. (2024). An attachment-based pilot program to promote adolescent adjustment to parental divorce. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *18*(1), 44.

Toussaint, L., Worthington, E. L., & Williams, D. R. (2017). Forgiveness and Health: A Review and Theoretical Exploration of Emotion Pathways. *Journal of Behavioral Medicine*, *40*(4), 614–625.