



## **FORGIVENESS DAN FATHERLESS PADA REMAJA KORBAN TOXIC RELATIONSHIP**

\*<sup>1</sup>Aironi Zuroida,<sup>2</sup>Ardianti Agustin

Universitas Wijaya Putra

\*<sup>1</sup>[aironizuroida@uwp.ac.id](mailto:aironizuroida@uwp.ac.id), <sup>2</sup>[ardiantiagustin@uwp.ac.id](mailto:ardiantiagustin@uwp.ac.id)

### **Article Info**

#### **Article history:**

Received Desember 12<sup>th</sup>,  
2024

Revised February 20<sup>th</sup>, 2025

Accepted April 25<sup>th</sup>, 2025

**Keyword:** *Fatherless ;  
Adolescence ; Toxic  
Relationship.*

### **ABSTRACT**

*Adolescence is an emotionally challenging period, with adolescents often facing unstable feelings and erratic behavior patterns. The adolescent phase is characterized by intense peer and romantic relationships, which are often the main focus of their lives, often leading to toxic relationships. The phenomenon of Fatherlessness, the absence of a father figure, can exacerbate the emotional impact, especially on girls, who tend to have difficulties in building healthy relationships. This study shows that Forgiveness plays an important role in helping adolescent victims of toxic relationships reduce the negative impact of Fatherlessness. The Forgiveness process allows individuals to let go of feelings of resentment and build better self-control. The method used in this study is a quantitative approach with purposive sampling technique and data collection through Forgiveness and Fatherless scale questionnaires. The results showed a significant relationship between the level of Forgiveness and Fatherlessness, which has implications for improving adolescents' emotional well-being and their ability to move out of harmful relationships.*

Copyright © 2025 Jurnal IDEA.  
All rights reserved.

### **Corresponding Author:**

Aironi Zuroida

Universitas Wijaya Putra

Jl. Raya Benowo 1-3 Surabaya.

Email: [aironizuroida@uwp.ac.id](mailto:aironizuroida@uwp.ac.id)

Abstrak : Masa remaja merupakan periode yang penuh tantangan emosional, dengan remaja sering menghadapi perasaan yang tidak stabil dan pola perilaku yang tidak menentu. Fase remaja ditandai dengan intensitas hubungan dengan teman sebaya dan relasi romantis, yang sering menjadi fokus utama kehidupan mereka, seringkali berujung pada toxic relationship. Fenomena *Fatherless*, yaitu ketiadaan figur ayah, dapat memperburuk dampak emosional, terutama pada anak perempuan, yang cenderung mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sehat. Penelitian ini menunjukkan bahwa *Forgiveness* berperan penting dalam membantu remaja korban toxic relationship mengurangi dampak negatif dari ketiadaan ayah. Proses *Forgiveness* memungkinkan individu untuk melepaskan perasaan dendam dan membangun kontrol diri yang lebih baik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik purposive sampling dan pengumpulan data melalui kuesioner skala *Forgiveness* dan *Fatherless*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat *Forgiveness* dengan kondisi *Fatherless*, yang berimplikasi pada perbaikan kesejahteraan emosional remaja dan kemampuan mereka untuk keluar dari hubungan yang merugikan.

**Kata Kunci:** *Fatherless ; Remaja ; Toxic Relationship*



## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa dimana secara psikologis masih sering mengalami naik turun emosi karena pemikirannya yang belum matang, sehingga berujung pada perilaku tidak menentu dan ledakan emosi yang intens serta dapat berpotensi melakukan tindak kekerasan pada pasangannya dalam berpacaran. Remaja masih mencari pola hidup yang paling sesuai bagi mereka dengan menggunakan metode coba-coba walaupun harus melewati banyak kesalahan. Fase remaja adalah salah satu fase kehidupan yang dialami oleh setiap individu. Sebelum berada pada fase remaja tiap individu akan mengalami fase anak-anak, dimana pada masa itu individu lebih dekat atau menghabiskan waktu dengan keluarga, guru dan teman-temannya. Fase remaja terjadi peningkatan waktu bersama kawan sebaya dan memiliki relasi romantis atau berpacaran menjadi inti kehidupan pada fase remaja (Karlina, 2020).

Berdasarkan pada survei demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) yang diselenggarakan oleh Badan Statistik, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional dan Kementerian Kesehatan pada tahun 2017 mencatat bahwa masyarakat Indonesia baik laki-laki maupun perempuan pernah berpacaran yang mulai berpacaran untuk pertama kali, pada umur 15-17 tahun. Hal tersebut menunjukkan bahwa aktivitas perpacaran oleh remaja terutama di Indonesia bukanlah suatu hal yang tabu (Lestari dan Pohan, ).

Pada dasarnya aktifitas berpacaran merupakan aktifitas yang cukup menyenangkan karena berkaitan dengan hormon Bahagia yang dirasakan oleh pasangan tersebut, namun dalam menjalani hubungan romantis atau berpacaran juga tidak selalu berjalan dengan mulus seperti yang diinginkan. Berpacaran dapat dibagi menjadi dua kategori yaitu pacaran sehat dan pacaran tidak sehat. Hal tersebut didukung dengan hasil data dari Kekerasan Berbasis Gender (KBG) tahun 2022, terdapat kasus kekerasan dalam pacaran (KDP) mencapai 422 kasus.

*Toxic relationship* adalah hubungan yang dibangun di atas konflik, persaingan dan kebutuhan satu orang untuk dapat mengendalikan pihak lain (Elisabeth & Uthama, 2022). Hal ini sesuai dengan pernyataan Effendy bahwa *toxic relationship* adalah hubungan yang didalamnya terdapat keegoisan yang berlebihan, ketidakjujuran dalam suatu hubungan, seringkali sikap merendahkan terhadap pasangan, bahkan sering mengkritik pasangan sendiri, memberi komentar negatif dan rasa tidak aman dalam hubungan (Effendi, 2017). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* merupakan suatu hubungan namun memiliki kepercayaan pada pasangan dan tidak bisa memberikan dukungan antara satu dengan yang lain.

Peneliti melakukan wawancara untuk mendapatkan data di awal berkaitan dengan remaja korban *toxic relationship* dengan mengajukan pertanyaan kenapa bertahan pada hubungan *toxic relationship*. Berdasarkan hasil wawancara mengenai fenomena *toxic*

*relationship* yang dialami setidaknya didapati kesimpulan bahwa Perempuan yang mengalami *toxic relationship* merasa bahwa apa yang dilakukan oleh pasangannya seperti perilaku mengekang dalam berinteraksi sosial dengan dunia luar, mengungkit latar belakang keluarga saat terjadi pertengkaran bahkan kekerasan fisik yang didapat merupakan bentuk dari kasih sayang agar hubungan mereka bisa tetap bertahan. Dalam pengambilan data awal tersebut subyek juga mengatakan bahwa ia merasa kesulitan dalam menghadapi sikap dari pasangannya dikarenakan tidak adanya figure laki-laki didalam keluarganya. Ketika ayah tidak hadir dan tidak ada sosok yang berperan seperti itu dalam kehidupan anak perempuan, maka anak perempuan akan memiliki berbagai macam dampak dalam kehidupannya.

Kekuatan kepribadian anak merupakan hasil dari bentuk pengasuhan dan penanganan yang baik dari kedua orang tua. Ketika salah satu dari kedua orang tuanya tidak hadir dalam proses pengasuhan, maka terdapat ketimpangan dalam perkembangan psikologis anak. Fungsi seorang ayah adalah hidup dan bekerja pada perbatasan antara keluarga dan masyarakat, antara “dalam” dan “luar.” Ayah memperkenalkan dan membimbing anak-anaknya untuk mengarungi dunia luar atau kehidupan bermasyarakat. Masyarakat Indonesia mungkin jarang mendengar mengenai istilah *Fatherless*, mereka lebih sering mengenal *single mom* atau *broken home*. Kenyataannya kasus *Fatherless* di Indonesia cukup banyak bahkan Indonesia menjadi *Father Country* nomer 3 di dunia (Fajarrini & Umam, 2023).

Bagi anak dari latar belakang *Fatherless*, berdamai dengan masa lalu mungkin menjadi tantangan yang tidak mudah untuk dilakukan. Hal tersebut dikarenakan individu pasti telah merasakan banyak pengalaman yang menyakitkan di dalam keluarga. Agar anak yang mengalami *Fatherless* dapat membangun hubungan dan mempertahankan relasi yang intim atau positif dengan orang lain, serta memperbaiki hubungan dengan orang tua mereka, maka diperlukan sebuah cara untuk mengatasi sekaligus menyembuhkan diri dari luka batin. Salah satu cara yang perlu ditempuh individu tersebut adalah dengan mencoba memaafkan atau mengampuni (*Forgiveness*) (Bago et al., 2024).

Saat seseorang mampu memaafkan atau melakukan *Forgiveness*, maka dapat memunculkan pribadi yang optimis, harga diri yang positif, serta kontrol diri yang baik. Selain itu, memaafkan juga dapat memberikan ketenangan batin pada individu. Mereka dapat melepaskan berbagai hal negatif seperti mengurangi perasaan marah dan dapat menghilangkan rasa dendam (Ulin Nihayah, Salsabila Ade Putri, 2021). Buckley menjelaskan bahwa situasi tanpa ayah cenderung membuat anak merasa ada sesuatu yang hilang, menempatkan mereka dalam situasi yang sulit, dan menghambat pertumbuhan mereka (Anjani et al., 2024). Dampak yang dirasakan terutama yang berkaitan dengan hubungan percintaan seperti pandangan terhadap pernikahan sebagai gangguan atau masalah (Junaidin et al., 2023). Anak perempuan dalam kondisi *Fatherless* memiliki kondisi takut ditinggalkan, sama dengan apa yang pernah dilakukan oleh ayahnya. Anak-anak dari latar belakang *Fatherless* sering mengalami tantangan besar dalam membangun hubungan yang sehat dan mempertahankan relasi yang positif. Salah satu cara untuk mengatasi dampak ini adalah melalui proses memaafkan (*Forgiveness*). Proses ini membantu individu mengatasi

luka emosional, membangun optimisme, meningkatkan harga diri, serta mengembangkan kontrol diri yang lebih baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara *Forgiveness* dan *Fatherless* ada remaja yang menjadi korban toxic relationship. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat ditemukan langkah-langkah efektif untuk membantu remaja dalam memperbaiki kesejahteraan emosional mereka dan keluar dari hubungan yang merugikan

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang menekankan analisis data berupa angka melalui prosedur pengukuran dan metode statistik (Azwar, 2014). Subjek penelitian dipilih dengan teknik **purposive sampling**, yaitu penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu, dalam hal ini remaja berusia 14-24 tahun yang menjadi korban toxic relationship dalam berpacaran. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner berbentuk skala Likert, yang terdiri dari dua skala utama, yaitu skala *Forgiveness* dan *Fatherless*. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik korelasi untuk melihat hubungan antar variabel penelitian.

## HASIL

Pada penelitian ini terdapat dua data kuantitatif yang dihasilkan, yaitu skor skala *Forgiveness* dan skor skala *Fatherless*.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

|              | f          | %           |
|--------------|------------|-------------|
| 14-17        | 43         | 20,87%      |
| 18-20        | 78         | 37,86%      |
| ≥21          | 85         | 41,26%      |
| <b>Total</b> | <b>206</b> | <b>100%</b> |

Karakteristik responden berdasarkan usia dilihat dari tabel distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa usia responden usia 14-17 tahun berjumlah 43 responden (20,87%), dan 18-20 tahun berjumlah 78 responden (37,86%) dan responden paling banyak berada pada usia lebih dari 21 tahun berjumlah 85 responden (41,26%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Lama menjadi korban *Toxic relationship*

| Lama mengalami<br><i>Toxic relationship</i> | f          | %           |
|---|------------|-------------|
| 3-11 Bulan                                  | 72         | 34,95%      |
| 1-4 Tahun                                   | 112        | 54,37%      |
| ≥ 5 Tahun                                   | 22         | 10,68%      |
| <b>Total</b>                                | <b>206</b> | <b>100%</b> |

Karakteristik responden berdasarkan lamanya mengalami *Toxic relationship* dilihat dari tabel distribusi frekuensi diatas menunjukkan paling banyak berlangsung selama dalam kurun waktu 1 sampai 4 tahun dengan jumlah bahwa 112 (54,37%), sedangkan 72 (34,95%) merupakan responden yang mengalami *toxic relationship* dalam kurun waktu 3-11 bulan dan 10,68 % lainnya atau 22 Responden mengalami Toxic relarionship dalam kurun waktu lebih dari 5 Tahun.

**Tabel 3.** Gambaran Data Hipotetik Variabel *Forgiveness*

| Nilai Max | Nilai Min | Mean | Range | SD  |
|-----------|-----------|------|-------|-----|
| 68        | 17        | 42,5 | 51    | 8,5 |

**Tabel 4.** Kategorisasi Variabel *Forgiveness*

| Kategori      | Range            | Frekuensi  | Persentase  |
|---------------|------------------|------------|-------------|
| Sangat Rendah | $X \leq 27$      | 0          | 0%          |
| Rendah        | $21 < X \leq 27$ | 57         | 27,67%      |
| Sedang        | $27 < X \leq 33$ | 96         | 46,60%      |
| Tinggi        | $33 < X \leq 39$ | 32         | 15,53%      |
| Sangat Tinggi | $X > 39$         | 21         | 10,19%      |
| <b>Jumlah</b> |                  | <b>206</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel *Forgiveness* pada remaja korban Toxic Relationship bergerak pada kategori rendah sebanyak 57 responden (27,67%), kategori sedang sebanyak 96 responden (46,60%), kategori tinggi sebanyak 32 responden (15,53%), dan kategori sangat tinggi sebanyak responden 21 (10,19%).

**Tabel 5.** Gambaran Data Hipotetik Variabel *Fatherless*

| Nilai Max | Nilai Min | Mean | Range | SD   |
|-----------|-----------|------|-------|------|
| 295       | 59        | 177  | 236   | 39,3 |

**Tabel 4.** Kategorisasi Variabel *Fatherless*

| Kategori      | Range            | Frekuensi  | Persentase  |
|---------------|------------------|------------|-------------|
| Sangat Rendah | $X \leq 27$      | 10         | 4,85%       |
| Rendah        | $21 < X \leq 27$ | 44         | 21,36%      |
| Sedang        | $27 < X \leq 33$ | 51         | 24,36%      |
| Tinggi        | $33 < X \leq 39$ | 48         | 23,30       |
| Sangat Tinggi | $X > 39$         | 53         | 25,73%      |
| <b>Jumlah</b> |                  | <b>206</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel *Fatherless* pada remaja korban Toxic Relationship bergerak pada kategori sangat rendah sebanyak 10 responden (4,85%), kategori rendah sebanyak 44 responden (21,36%), kategori sedang

sebanyak 51 responden (24,36%), kategori tinggi sebanyak 48 responden (23,30%), dan kategori sangat tinggi sebanyak 53 responden (25,73%).

**Tabel 11.** Hasil Uji Korelasi *Pearson*

|                   |                     | <b>Correlations</b> |                   |
|-------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
|                   |                     | FOREGIVENESS        | <i>FATHERLESS</i> |
| FOREGIVENESS      | Pearson Correlation | 1                   | .601**            |
|                   | Sig. (2-tailed)     |                     | .000              |
|                   | N                   | 206                 | 206               |
| <i>FATHERLESS</i> | Pearson Correlation | .601**              | 1                 |
|                   | Sig. (2-tailed)     | .000                |                   |
|                   | N                   | 206                 | 206               |

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

Berdasarkan uji korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) 0,000 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel *Forgiveness* dengan *Fatherless* pada remaja korban toxic relationship. Hal ini berarti bahwa Jika *Forgiveness* tinggi, maka dampak negatif dari kondisi *Fatherless* cenderung rendah. Sebaliknya, bila *Forgiveness* rendah, maka dampak negatif dari kondisi *Fatherless* cenderung tinggi. Adanya hubungan signifikan antara tingkat *forgiveness* dan remaja *fatherless* terkait dampak psikologis *toxic relationship Forgiveness* yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat stres dan kecemasan yang lebih rendah, menunjukkan bahwa kemampuan memaafkan dapat menjadi faktor protektif. Hal ini mendukung gagasan bahwa *forgiveness* berperan penting dalam membantu remaja *fatherless* mengelola pengalaman emosional yang kompleks akibat hubungan yang tidak sehat.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa individu yang mampu mempraktikkan *Forgiveness* atau proses pemaafan terhadap ayah yang tidak hadir, situasi yang terjadi, atau terhadap dirinya sendiri akan lebih mampu mengelola dampak emosional atau psikologis dari ketiadaan ayah. *Forgiveness* yang tinggi membantu meminimalkan dampak buruk dari kondisi *Fatherless*. *Forgiveness* memiliki peran penting dalam dinamika individu yang mengalami kondisi *Fatherless*, terutama dalam mengelola dampak emosional dan psikologis. *Fatherless*, yang merujuk pada ketiadaan figur ayah baik secara fisik maupun emosional, sering kali dikaitkan dengan perasaan kehilangan, kemarahan, atau ketidakpuasan yang dapat memengaruhi hubungan interpersonal di masa depan. Namun, individu dengan tingkat *Forgiveness* yang tinggi cenderung mampu memproses emosi negatif tersebut dengan lebih adaptif. Dalam *Attachment Theory* yang dikemukakan oleh Bowlby (Mutmainna et al., 2023), menjelaskan bahwa hubungan awal antara anak dan orang tua membentuk pola keterikatan yang memengaruhi rasa aman emosional individu. Ketidakhadiran ayah sering kali menghasilkan pola keterikatan tidak aman, yang dapat memicu masalah emosional seperti perasaan ditinggalkan, rendah diri, atau kesulitan membangun hubungan yang sehat di kemudian hari. *Forgiveness* menjadi

mekanisme penting dalam mengatasi emosi negatif ini dengan memfasilitasi pemahaman dan penerimaan atas pengalaman masa lalu.

*Forgiveness* membantu individu mengurangi perasaan dendam, kebencian, atau kemarahan yang berakar pada pengalaman traumatis, seperti *Fatherless*. Proses *Forgiveness* melibatkan transisi dari emosi negatif menuju emosi positif, seperti empati dan penerimaan. Hal ini memungkinkan individu untuk melepaskan diri dari beban emosional yang menghambat pertumbuhan psikologis mereka. Dalam konteks *Fatherless*, memaafkan ayah yang tidak hadir atau situasi yang menyebabkan ketiadaan tersebut dapat membantu individu membangun narasi yang lebih konstruktif dan mengurangi pengaruh luka masa lalu pada kehidupan mereka (Berry et al., 2005). Penelitian dari Toussaint dan Friedman, (2009) menunjukkan bahwa *Forgiveness* berhubungan positif dengan peningkatan kesejahteraan psikologis, termasuk pengurangan stres, depresi, dan kecemasan. *Forgiveness* juga meningkatkan self-esteem dengan membantu individu melihat diri mereka sebagai pribadi yang mampu mengatasi kesulitan. Dalam situasi *Fatherless*, individu yang mempraktikkan *Forgiveness* menunjukkan kemampuan yang lebih baik untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat, karena mereka tidak lagi terjebak pada pola perilaku dan emosi yang berasal dari pengalaman masa lalu.

*Forgiveness* adalah suatu proses yang memungkinkan individu untuk melepaskan perasaan dendam dan kebencian terhadap orang lain atau situasi yang tidak dapat diubah, yang pada akhirnya mengurangi rasa sakit emosional yang berkepanjangan. Ketika seseorang mengalami *Fatherless*, perasaan kehilangan dan ketidakamanan sering kali muncul, namun dengan tingkat *Forgiveness* yang tinggi, individu dapat mengubah cara mereka memandang peristiwa tersebut, sehingga efek negatifnya menjadi lebih ringan. *Forgiveness* memiliki efek positif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada individu yang mengalami pengalaman traumatis, termasuk kehilangan figur ayah, karena mereka belajar untuk menerima situasi dan memproses perasaan secara lebih sehat (McCullough et al., 2000). Selain itu, *Forgiveness* membantu individu untuk mengalihkan fokus mereka dari perasaan terluka terhadap tindakan penerimaan dan pemulihan. Individu yang mampu memaafkan tidak hanya merasa lebih baik dalam jangka pendek, tetapi juga menunjukkan peningkatan dalam kesejahteraan emosional jangka panjang (Karremans et al., 2003). Mereka yang memiliki kapasitas untuk memaafkan cenderung lebih resilien dalam menghadapi stres emosional, seperti yang ditimbulkan oleh pengalaman *Fatherless*. Meskipun ketidakhadiran ayah tidak dapat diubah, *Forgiveness* berperan dalam meminimalkan dampak psikologisnya, dengan memungkinkan individu untuk membangun pemahaman yang lebih positif terhadap kehidupan mereka.

*Forgiveness* cenderung lebih mudah menerima situasi *fatherless* dan mengurangi dampak emosional negatifnya. Mereka dapat memaafkan ketidakhadiran ayah, baik yang disengaja (seperti perceraian atau pengabaian) maupun tidak disengaja (seperti kematian), sehingga proses ini membantu mereka mengelola rasa kehilangan secara konstruktif. *Forgiveness* juga memungkinkan individu untuk menghindari terjebak dalam perasaan marah yang berkepanjangan, yang sering kali dapat memperburuk dampak psikologis. Sebaliknya,

bagi individu yang kesulitan mempraktikkan *forgiveness*, pengalaman *fatherless* dapat menjadi lebih berat secara emosional. Dengan kata lain *forgiveness* memiliki peran dalam membantu remaja *fatherless* yang menjadi korban *toxic relationship* untuk mengelola dampak emosional yang dialami. Tindakan memaafkan diharapkan dapat memberikan ruang bagi individu untuk melepaskan beban emosi negatif dan membuka jalan menuju kehidupan yang lebih bermakna sehingga dapat menciptakan fondasi yang lebih sehat untuk hubungan interpersonal di masa depan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson, ditemukan hubungan signifikan antara *Forgiveness* dan *Fatherless* pada remaja korban *toxic relationship*. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat Hal ini berarti bahwa Jika *Forgiveness* tinggi, maka dampak negatif dari kondisi *Fatherless* cenderung rendah. Sebaliknya, bila *Forgiveness* rendah, maka dampak negatif dari kondisi *Fatherless* cenderung tinggi. Adanya hubungan signifikan antara tingkat *forgiveness* dan remaja *fatherless* terkait dampak psikologis *toxic relationship* *Forgiveness* yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat stres dan kecemasan yang lebih rendah, menunjukkan bahwa kemampuan memaafkan dapat menjadi faktor protektif. Hal ini mendukung gagasan bahwa *forgiveness* berperan penting dalam membantu remaja *fatherless* mengelola pengalaman emosional yang kompleks akibat hubungan yang tidak sehat.

*Forgiveness* memiliki peran penting dalam dinamika individu yang mengalami kondisi *Fatherless*, terutama dalam mengelola dampak emosional dan psikologis. *Fatherless*, yang merujuk pada ketiadaan figur ayah baik secara fisik maupun emosional, sering kali dikaitkan dengan perasaan kehilangan, kemarahan, atau ketidakpuasan yang dapat memengaruhi hubungan interpersonal di masa depan. Namun, individu dengan tingkat *Forgiveness* yang tinggi cenderung mampu memproses emosi negatif tersebut dengan lebih adaptif. Meskipun ketidakhadiran ayah tidak dapat diubah, *Forgiveness* berperan dalam meminimalkan dampak psikologisnya, dengan memungkinkan individu untuk membangun pemahaman yang lebih positif terhadap kehidupan mereka.

Melalui *Forgiveness*, individu yang mengalami *Fatherless* dapat lebih mudah memproses perasaan mereka dan mengurangi tingkat stres, kecemasan, dan depresi. Hal ini membantu mereka dalam menghadapi pengalaman traumatis dan mengembangkan pandangan yang lebih positif terhadap kehidupan mereka terutama dalam membangun dan mempertahankan relasi secara positif dengan orang lain.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anjani, A. F., Anjani, N. K. M., Giovana, S., Apriliani, S., & Farisandy, E. D. (2024). Cinta Pertama Hilang: Mengungkap Dinamika Forgiveness Perempuan Dewasa Tanpa Ayah Pasca Perceraian. *Psyche 165 Journal*, 48–56.
- Bago, A., Lumapow, H., & Hartati, M. (2024). Forgiveness pada Pria dan Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Fatherless di Kota Tomohon. *PSIKOPEDIA*, 5(1), 59–64.
- Berry, J. W., Worthington Jr, E. L., O'Connor, L. E., Parrott III, L., & Wade, N. G. (2005).

- Forgivingness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 73(1), 183–226.
- Effendi, R. (2017). *Filsafat Kebahagiaan: Plato, Aristoteles, Al-Ghazali, Al-Farabi*. Deepublish.
- Elisabeth, M. P., & Uthama, E. D. (2022). Restoration of Trust in Toxic Relationships. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*, 5(2), 9402–9410.
- Fajarrini, A., & Umam, A. N. (2023). Dampak Fatherless Terhadap Karakter Anak Dalam Pandangan Islam. *Abata: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 20–28.
- Junaidin, J., Mustafa, K., Hartono, R., & Khoirunnisa, S. (2023). Kecemasan terhadap Pernikahan pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Fatherless. *Journal on Education*, 5(4), 16649–16658.
- Karlina, L. (2020). Fenomena terjadinya kenakalan remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 147–158.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A. M., Ouwerkerk, J. W., & Kluwer, E. S. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: the role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(5), 1011.
- Lestari<sup>1</sup>, D. A., & Pohan, H. D. (n.d.). *Happiness Mahasiswa yang Mengalami Toxic Relationship: Apakah terkait dengan Forgiveness?*
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). *Forgiveness: Theory, research, and practice*. Guilford Press.
- Mutmainna, N., Ramadhana, N., & Amir, Z. (2023). Fatherless dan Kekerasan Seksual. *Journal Psikologi Forensik Indonesia*, 3(1).
- Toussaint, L., & Friedman, P. (2009). Forgiveness, gratitude, and well-being: The mediating role of affect and beliefs. *Journal of Happiness Studies*, 10, 635–654.
- Ulin Nihayah, Salsabila Ade Putri, R. H. (2021). Konsep Memaafkan dalam Psikologi Positif. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 3(2), 108–119.  
<https://ejournal.iainkerinci.ac.id/index.php/bkpi/article/view/1031/513>