

**HUBUNGAN ANTARA *FORGIVENESS* DENGAN *WOUNDED INNER
CHILD* PADA REMAJA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi (S1)



DISUSUN OLEH :

BIONDI DESTRIATMA PUTRA

NIM. 30701900046

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLM SULTAN AGUNG SEMARANG

TAHUN 2023


**PERSETUJUAN PEMBIMBING
HUBUNGAN ANTARA *FORGIVENESS* DENGAN *WOUNDED INNER
CHILD* PADA REMAJA**

Dipersiapkan Dan Disusun Oleh :

Biondi Destriatma Putra

30701900046

Telah disetujui dan dipertahankan didepan Dewan Penguji guna memenuhi persyaratan untuk menyandang gelar Sarjana Psikologi Pembimbing Tanggal


Hj. Ratna Suptadewi, S.Psi., M.Si.Psi

Jumat, 17 November 2023

Semarang, 17 November 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi


Dj. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Psi
NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA *FORGIVENESS* DENGAN *WOUNDED INNER*
***CHILD* PADA REMAJA**

Dipersiapkan Dan Disusun Oleh :

Biondi Destriatma Putra

30701900046

Telah dipertahankan di Dewan Penguji

Pada Tanggal 29 November 2023

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Dra. Rohmatun, M.Si
2. Anisa Fitriani, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Hj. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si.Psi

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 29 November 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi




Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIK. 210799001

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Biondi Destriatma Putra dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang sepengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terjadi terdapat hal – hal yang tidak sesuai pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 17 November 2023.

Yang Menyatakan,



Biondi Destriatma Putra

NIM. 30701900046

MOTTO

“Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah pula kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya jika kamu beriman”

Surah Ali Imran Ayat 139

“Orang yang suka berkata jujur mendapatkan tiga hal : kepercayaan, cinta dan rasa hormat”

Ali bin Abi Thalib

“Banyak orang menyebut penderitaan remaja sebagai nasib, tetapi sesungguhnya penderitaan adalah akibat kebodohan remaja sendiri”

Jendral Sudirman

“Memulai dengan sesuatu yang mudah, berlatih dan membiasakan apapun, kerjakan dengan terbaik, selesaikan dengan segera. Jadilah individu yang memiliki jiwa pantang menyerah dan berani bertanggung jawab atas resiko yang telah dilakukan”

Biondi Destriatma Putra

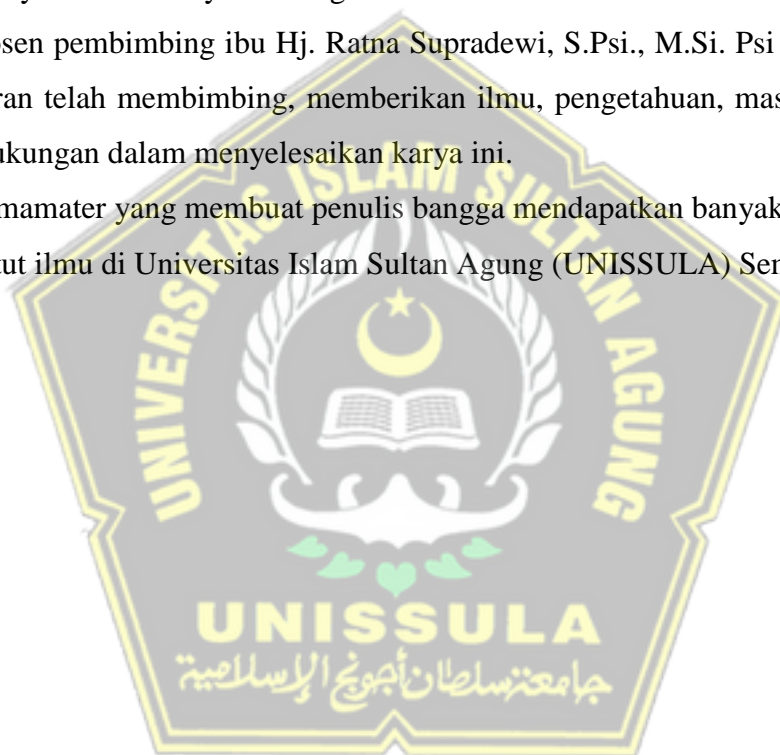
PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya ini kepada bapak dan ibuku tersayang bapak Sersan Kepala Wiji dan ibu Triyati, panutan dalam hidupku yang tidak pernah lelah mendo'akan dan memberikan motivasi untuk bisa mewujudkan mimpi penulis. Serta teman-teman Fakultas Psikologi angkatan 2019 yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk bisa menyelesaikan karya ini dengan baik.

Dosen pembimbing ibu Hj. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si. Psi dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan ilmu, pengetahuan, masukan, nasehat serta dukungan dalam menyelesaikan karya ini.

Almamater yang membuat penulis bangga mendapatkan banyak makna dalam menuntut ilmu di Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang.



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan nikmat serta hidayahNya terutama nikmat kesempatan dan kesehatan sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini. Shalawat serta salam kepada Nabi besar Muhammad SAW yang telah memberikan pedoman hidup yakni Al-Qur'an dan Sunnah untuk keselamatan ummat di dunia dan akhirat.

Salah satu tujuan dari pembuatan skripsi ini adalah untuk memenuhi kewajiban sebagai mahasiswa psikologi dan memenuhi tugas akhir untuk menyanggah gelar sarjana psikologi. Dalam proses penulisan dan penelitian penulis selalu berusaha dengan maksimal dalam menjejaki proses, tantangan, rintangan, dan hambatan yang menghadang. Berkat ridho dan ijinNya maka dapat tersusunlah penelitian skripsi ini yang berjudul “Hubungan Antara *Forgiveness* Dengan *Wounded Inner Child* Pada Remaja”. Capaian ini tidak serta merta dijangkau atau ditempuh seorang diri namun berbagai pihak yang dapat memberi pengaruh hingga mencapai keberhasilan dalam menyusun tugas akhir. Selanjutnya penulis sebagai penyusun skripsi ini mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan hormat kepada segala pihak diantaranya :

1. Bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang atas dedikasinya sebagai kapala Fakultas untuk memajukan pembelajaran dan memodernisasi dalam berpengetahuan serta dosen konsultasi alat ukur penelitian.
2. Ibu Hj. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si.Psi selaku dosen pembimbing penulis yang senantiasa sabar dan tidak mengenal waktu untuk memberikan arahan dalam proses menyelesaikan masa studi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Bapak Ruseno Arjanggal, S.Psi., M.A., Psikolog selaku dosen wali penulis yang telah memberikan pemahaman bagaimana dengan proses belajar yang baik dan memberikan cara pandang yang lebih luas serta mendalam untuk berfikir kritis agar mampu mencapai daya potensial dalam diri.

4. Ibu Falasifatul Fala, S.Psi., MA sebagai dosen *professional judgment* dalam translasi aitem berbahasa Inggris pada skala *wounded inner child*.
5. Seluruh bapak dan ibu dosen yang telah berdedikasi memberikan ilmu yang bermanfaat sehingga penulis dapat belajar banyak tentang dunia psikologi.
6. Bapak dan ibu Tata Usaha dan karyawan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang karenanya penulis dapat terbantu dalam proses administrasi selama menjalani studi dan akhir studi.
7. Orang tua, bapak Wiji dan ibu Triyati yang senantiasa tiada hentinya untuk memberikan doa serta dukungannya baik secara moril maupun materiil, tanpanya penulis tidak akan pernah bisa mencapai titik ini.
8. Keluarga besar yang selalu memberikan pemahaman akan nilai – nilai kehidupan termasuk makna hidup tentang kesabaran, ikhtiar, dan berjuang (pantang menyerah).
9. Bapak Khairul Annam S.E., M.M dan ibu Munadliroh S.Ag yang telah memberikan arahan dan bimbingan akan pengembangan diri dan motivasi selama menjalani studi serta Nada, Lubna, Rahmah dan Kafi menjadi sahabat baru selama di Semarang.
10. Keluarga besar Resimen Mahasiswa 908/SW UNISSULA yang telah menjadi keluarga induk di UKM UNISSULA dan IARMI 908/SW serta Resimen Mahasiswa Indonesia, termasuk Yudha 43 yang menjadi teman seperjuangan, senior yang telah memberikan ajaran dan pelatihan serta junior memiliki jiwa pantang menyerah.
11. Neptune (2019) yang menjadi tanda bahwa teman seangkatan dalam masa studi khususnya di kelas A. Kepada Responden yang telah bersedia mengisi dalam kuesioner penelitian ini dan segala figur yang berperan tidak bisa saya sebutkan satu-persatu.
12. Untuk teman dekat Alif, Aya, Faiq, Yusri, Hendra, Fikri, Abror, Faza, Naufal, Gozali, Vina, Aulia, dan Ayu yang selalu menemani disaat titik tersulit mengerjakan skripsi serta rekan YROI Semarang dalam memberikan *support* untuk tetap berjuang dan semangat.

Penulis sadar sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Oleh karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran sebagai bahan evaluasi agar kedepan lebih baik. Penulis berharap semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan studi psikologi. Akhir kata penulis ucapkan segala hormat dan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Semarang, 17 November 2023



DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	xiv
<i>ABSTRACT</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
A. <i>Wounded Inner Child</i>	11
1. Pengertian <i>Wounded Inner Child</i>	11
2. Ciri-Ciri <i>Wounded Inner Child</i>	13
3. Faktor <i>Wounded Inner Child</i>	14
4. Aspek-Aspek <i>Wounded Inner Child</i>	15
5. Cara Mengatasi <i>Wounded Inner Child</i>	18
B. <i>Forgiveness</i>	19
1. Pengertian <i>Forgiveness</i>	19
2. Aspek-Aspek <i>Forgiveness</i>	20
3. Proses <i>Forgiveness</i>	22
C. Hubungan Antara <i>Forgiveness</i> Dengan <i>Wounded Inner Child</i>	24
D. Hipotesis.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	26
B. Definisi Operasional.....	26
C. Populasi, Sampel dan Sampling.....	27

D. Metode Pengumpulan Data.....	29
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur	31
F. Teknik Analisa Data.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Orientasi Kancan Dan Pelaksanaan Penelitian.	34
1. Orientasi Kancan Penelitian	34
2. Persiapan Penelitian.	35
3. Uji Coba Alat Ukur	37
B. Pelaksanaan Penelitian.....	41
C. Analisis Data Dan Hasil Penelitian.....	42
1. Uji Asumsi.....	42
2. Uji Hipotesis.....	44
D. Deskripsi Hasil Penelitian.....	44
1. Deskripsi Data Skor <i>Wounded Inner Child</i>	45
2. Deskripsi Data Skor <i>Forgiveness</i>	46
E. Pembahasan.....	48
F. Kelemahan Penelitian.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53

DAFTAR TABEL

TABEL 1. DATA POPULASI MAHASISWA UNISSULA	28
TABEL 2. BLUEPRINT SKALA <i>WOUNDED INNER CHILD</i>	30
TABEL 3. BLUEPRINT SKALA <i>FORGIVENESS</i>	31
TABEL 4. SEBARAN SKALA AITEM <i>WOUNDED INNER CHILD</i>	37
TABEL 5. SEBARAN SKALA AITEM <i>FORGIVENESS</i>	37
TABEL 6. SEBARAN AITEM BERDAYA BEDA TINGGI DAN RENDAH PADA SKALA <i>WOUNDED INNER CHILD</i>	39
TABEL 7. SEBARAN AITEM BERDAYA BEDA TINGGI DAN RENDAH PADA SKALA <i>FORGIVENESS</i>	39
TABEL 8. PENOMORAN ULANG SKALA <i>WOUNDED INNER CHILD</i>	40
TABEL 9. PENOMORAN TETAP SKALA <i>FORGIVENESS</i>	41
TABEL 10. DATA DEMOGRAFI PENELITIAN	42
TABEL 11. UJI NORMALITAS <i>KOLMOGOROV-SMIRNOV TEST</i> VARIABEL <i>WOUNDED INNER CHILD</i> DAN <i>FORGIVENESS</i>	43
TABEL 12. NORMA KATEGORI SKOR	45
TABEL 13. DESKRIPSI SKOR SKALA <i>WOUNDED INNER CHILD</i>	45
TABEL 14. NORMA KATEGORISASI SKALA <i>WOUNDED INNER CHILD</i>	46
TABEL 15. DESKRIPSI SKOR SKALA <i>FORGIVENESS</i>	47
TABEL 16. NORMA KATEGORISASI SKALA <i>FORGIVENESS</i>	47



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. LAMPIRAN SKALA UJI COBA.....	58
LAMPIRAN B. TABULASI DATA SKALA UJI COBA	66
LAMPIRAN C. UJI DAYA BEDA AITEM DAN ESTIMASI RELIABILITAS SKALA UJI COBA	97
LAMPIRAN D. SKALA PENELITIAN	103
LAMPIRAN E. TABULASI DATA PENELITIAN	110
LAMPIRAN F. ANALISA DATA	155
LAMPIRAN G. ADAPTASI SKALA.....	158
LAMPIRAN H. SURAT IJIN PENELITIAN	165
LAMPIRAN I. DOKUMENTASI PENELITIAN.....	176



HUBUNGAN ANTARA *FORGIVENESS* DENGAN *WOUNDED INNER CHILD* PADA REMAJA

Disusun oleh :

Biondi Destriatma Putra

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : atmabiondibdp@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara *forgiveness* dengan *wounded inner child* pada remaja. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *insidental sampling*. Penelitian ini menggunakan alat ukur yaitu skala *forgiveness* dengan 32 aitem yang memiliki koefisien *alpha cronbach's* sebesar 0.951 dan 42 aitem skala *wounded inner child* dengan skor koefisien *alpha cronbach's* sebesar 0.892. Total responden berjumlah 159 dengan sampel mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Hipotesis penelitian ini memiliki hubungan negatif antara *forgiveness* dengan *wounded inner child* pada remaja. Hasil dari analisis *spearman rho* telah memperoleh skor koefisien korelasi $r_{xy} = -0.351$ dengan skor signifikansi 0.000 ($p < 0.01$), menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara *forgiveness* dengan *wounded inner child* pada remaja. Semakin tinggi *forgiveness* maka semakin rendah *wounded inner child* pada remaja. Begitu sebaliknya, semakin rendah *forgiveness* maka semakin tinggi *wounded inner child* pada remaja.

Kata Kunci : *forgiveness*, *wounded inner child*, *inner child*, remaja.

***THE RELATIONSHIP BETWEEN FORGIVENESS AND WOUNDED
INNER CHILD IN ADOLESCENTS***

Arranged by :

Biondi Destriatma Putra

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: atmabiondibdp@gmail.com

ABSTRACT

This research was conducted to examine the relationship between forgiveness and the wounded inner child in adolescents. The sampling technique in this research used incidental sampling. This research uses measuring instruments, namely the forgiveness scale with 32 items which has a Cronbach's alpha coefficient of 0.951 and a 42 item wounded inner child scale with a Cronbach's alpha coefficient score of 0.892. The total number of respondents was 159 with a sample of students at Universitas Islam Sultan Agung Semarang. This research hypothesis has a negative relationship between forgiveness and wounded inner child in adolescents. The results of the Spearman's rho analysis have obtained a correlation coefficient score $r_{xy} = -0.351$ with a significance score of 0.000 ($p < 0.01$), shows that there is a significant negative relationship between forgiveness and wounded inner child in adolescents. The higher the forgiveness, the lower the wounded inner child in adolescents. Vice versa, the lower the forgiveness, the higher the wounded inner child in adolescents.

Keywords: forgiveness, wounded inner child, inner child, teenager.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap insan manusia memiliki kepribadian yang dipengaruhi oleh masa belajar atau biasa yang disebut dengan pengalaman. Pengalaman yang terjadi tidak hanya berupa momen baik saja namun juga pengalaman yang buruk. Tak sedikit dari remaja memiliki pengalaman buruk dapat mempengaruhi keadaan mental atau psikis dikemudian hari. Pada dasarnya setiap masa pertumbuhan diharapkan dapat terpenuhi tugas perkembangannya agar menjadi individu yang matang serta dapat menerima pengalaman dengan positif. Namun, sayang kebanyakan dari remaja tidak menyadari bahwa memiliki kondisi tidak terpenuhi tugas perkembangannya yang mengakibatkan mengalami masalah dalam kondisi mentalnya (Diamond, 2008). Salah satu penyebabnya karena pengalaman di masa lalu belum terselesaikan atau adanya trauma yang belum teratasi. Keterkaitan dengan fenomena luka batin yang terjadi pada masa kecilnya. Luka batin pada masa kecil ini dipengaruhi banyak faktor salah satunya seperti kecemburuan sosial didalam sebuah keluarga. Adanya ketidaksadaran pada luka batin masa kecil akan terbawa seiring dengan masa pertumbuhan dan perkembangannya. Luka batin ini jika tidak segera teratasi akan mengganggu proses perkembangan diri karena individu tersebut akan kesulitan dalam mengekspresikan emosional. Apa lagi jika luka batin ini terus tertimbun akan mempengaruhi kualitas kedewasaan sebagaimana usia sebayanya (Eka dan Lafdiyah, 2023).

Inner child merupakan suatu kepribadian yang dihasilkan dari pengalaman masa kanak-kanak (baik maupun buruk) atau biasa diterangkan sisi kekanak-kanakan yang masih ada pada masa dewasa. *Inner child* pertama kali dikemukakan oleh psikolog Carl Gustav Jung pada tahun 1875 – 1961 setelah menilai perasaan dan emosi dalam diri yang kekanak-kanakan. Jung (1961) berpendapat bahwa manusia dilahirkan ke dunia sebagai batu tulis kosong yang artinya perilaku manusia dimanifestasikan ketidaksadaran

yang kolektif kemudian suatu potensi dimunculkan dengan adanya kesadaran dan interaksi dunia luar. Pola perilaku dasar ini yaitu faktor pendorong dari ketidaksadaran perilaku. *Inner child* mempengaruhi didalam pikiran (jiwa) bawah sadar manusia yang memiliki kekuatan 90% membentuk suatu perilaku. Perilaku tersebut menyimbolkan seolah merasakan kembali rasa takut dan kengerian trauma masa kecil, dimana perasaan tersebut mendominasi pikiran sehingga dalam pengendaliannya perilaku ini mempengaruhi terhadap cara pengambilan keputusan. *Inner child* dimanifestasikan dengan ketidaksadaran sehingga perlu adanya penerimaan secara utuh (*humanistic*) agar individu tersebut mengenali diri dan mengontrol diri (Eka dan Lafdiyah, 2023).

Setiap manusia pastinya pernah mengalami suatu fase kehidupan yang menyakitkan dan tidak disadari telah melukai atau menjadikan kisah yang sulit dilupakan atau yang dianggap dengan pengalaman buruk bagi individu tersebut. Ketidaksiapan dalam menerima suatu kondisi yang buruk pada masa kecil mengakibatkan luka batin pada dirinya. Sangat disayangkan jika luka batin tersebut justru disebabkan dari seseorang terdekatnya atau adanya perlakuan buruk dari figur yang dianggap sangat berarti besar bagi kehidupannya (Nur dan Rohmah, 2021). Apa yang dia lihat dan dia terima dirasa tidak sesuai dengan pemenuhan peran anak atau dirasa tidak seperti anak yang sebagaimana mestinya. Luka batin ini disebut dengan *wounded inner child*. *Wounded inner child* merupakan suatu bukti adanya anak dengan kepribadian suasana hati yang kurang maupun tidak baik. Seseorang dengan *wounded inner child* bisa dikatakan sebagai kondisi batin di masa kecilnya kehilangan hak dan tidak tuntasnya dalam tugas perkembangan. Semakin tinggi intensitas *wounded inner child* maka akan semakin terlihat perilaku dan kepribadiannya seperti halnya mudah emosi, depresi, memiliki pemikiran yang negatif terhadap sosial, ingin diakui maupun menghindari dari lingkungan (Astriwi, 2022).

Wounded inner child akan terus ada dan tumbuh bersama proses perkembangan hingga dewasa maupun masa lansia. Bilamana *wounded inner*

child tidak segera teratasi akan mempengaruhi proses perkembangan selanjutnya termasuk ketika menjadi orang tua (berkeluarga). Roberto Assagioli (1888-1974) pendiri Psikosintesis studi tentang kepribadian dan jiwa menyimpulkan bahwa trauma pada anak harus segera disembuhkan karena sangat penting untuk perkembangan ego yang sehat dan manusia bergantung pada proses spiritual serta tujuan hidup. Jung juga berpendapat bahwa pemberian kasih sayang akan mengajarkan remaja pola perilaku baru dan psikoterapis atau orang tua memberikan kebebasan dari batasan untuk anak bertindak dengan kesadaran yang tak terbatas. Perilaku seseorang didorong oleh adanya ego dalam diri karena akan menunjukkan bahwa perlu diperhatikan dan ingin dipenuhi atas kebutuhannya (Eka, 2023).

Wounded inner child terbentuk dari interaksi keluarga dengan pola komunikasi otoriter, permisif dan penelantaran karena anak akan merasa jawaban atau tanggapan orang tua dianggap tidak sesuai harapan anak (Nur dan Rohmah, 2021). Tindakan orang tua atau pengasuh yang menyebabkan *wounded inner child* yaitu anak dilarang untuk berpendapat, enggan bermain karena takut dimarahi, dilarang mengekspresikan emosi seperti menangis atau marah, menghukum anak ketika aktif berbicara diminta untuk diam, dipermalukan didepan orang lain, tidak diberikan kasih sayang yang pantas seperti pelukan atau ciuman, dan anak yang tidak mendapatkan dukungan emosional dan fisik untuk menjadi dewasa. Pola interaksi tersebut memberi keterbatasan anak dalam mengekspresikan emosi serta kurang diberikannya ruang untuk bermain atau memenuhi rasa ingin tahu sehingga ketika tiba masa remaja remaja memiliki hambatan dalam psikisnya seperti memiliki kesulitan dalam mengambil keputusan menjadi sulit untuk berinteraksi, berkontribusi timbul berbagai masalah mental yang lainnya dan depresi yang tak terkendali. Ketidaksadaran orang tua dalam memberi tanggapan anak yang mungkin lupa atau adanya pengaruh kelelahan emosi dalam suatu kondisi dan melukai sang anak tidak bisa dibiarkan secara terus menerus karena nanti akan membahayakan bagi sang anak. Perlunya kesadaran akan peran dan pemaafan bila sudah terjadi agar memperbaiki keadaan serta

menerima antara orang tua kepada anak begitu sebaliknya dengan baik serta positif (Setyowati, 2005).

Seorang anak dengan *wounded inner child* akan sulit untuk memaafkan diri sendiri dan memaafkan orang lain. Remaja akan menyalahkan keadaan sementara yang timbul dalam dirinya adalah ego yang tidak bisa terkontrol. Mungkin bagi sebagian orang memaafkan dianggap memaklumi serta menerima secara penuh kesadaran mudah untuk dilakukan namun bagi orang yang mengalami *wounded inner child* kurang adanya kesadaran untuk menerima orang lain. Individu tersebut tidak bisa mengikhlasakan secara penuh atau terjebak dalam keadaan keterpaksaan. Mungkin dari sisi orang yang melihatnya tidak masalah namun bagi orang yang mengalaminya akan timbul rasa bersalah tanpa sebab dan merasa tak berguna. Terkadang orang tua perlu adanya introspeksi diri karena tanpa disadari telah melakukan kesalahan yang besar sewaktu anak masih kecil seperti kurang memberikan kasih sayang dan melabeli anak yang buruk. Adapun klaim cara berdamai dengan *wounded inner child* yaitu salah satunya memaafkan (Surianti, 2022). Dengan adanya kesadaran dalam diri itu bisa menjadi langkah awal untuk menyembuhkan diri dan *self healing*. Whitfield (1987) mengatakan adanya *wounded inner child* tidak selalu tentang kesalahan masa lalu saja namun juga sebagai bahan evaluasi dan menyeimbangkan sesuatu untuk memaknai sesuatu (Nur dan Rohmah, 2021). Hal ini juga didukung dengan pendapat oleh Rueffler (1995) bahwa sub kepribadian memiliki struktur yang bersifat dinamis untuk mencakup energi, pikiran dan perilaku (Nur dan Rohmah, 2021).

Dampak dari pola asuh orang tua sangat mendominasi perkembangan emosional sang anak sehingga dalam proses fase hidupnya untuk menjalani aktivitas serta membuat keputusan memiliki perbedaan antara individu dengan *inner child* terluka dengan individu normal pada umumnya (Yuhanda, 2013). Hal ini juga dibuktikan dengan wawancara 3 subjek sebagai berikut :

“saya memiliki trauma dengan komunikasi, saya akan menghindari pembicaraan panjang dan basa basi dengan banyak orang. Karena di masa kecil saya jarang diberikan kesempatan untuk menjelaskan sesuatu

dengan orang tua walaupun saya salah maupun benar. Jika orang tua melihat kesalahan dan itu menurut beliau salah saya akan dipukul dan dimarahi. Jadi kesempatan saya untuk menjelaskan hampir tidak ada. Karena itu membuat saya jarang berbicara jika tidak perlu” (RPDP/24/semester 7/fakultas psikologi).

“ayah aku tu sibuk banget kerja dan jarang banget di rumah, aku ngerasa kurang kebutuhan psikis dan kurang kasih sayang untuk aku sendiri mungkin kurang ya karena aku ngerasa kayak kurang mendapat kasih sayang yang seharusnya kebutuhan aku juga dari seorang ayah yang belum aku dapetin apa lagi aku kan anak perempuan dan adek aku cewe juga 3, kadang ayah aku juga memperlakukan aku dan adek aku juga berbeda itu yang kadang membuat aku iri sama adekku sendiri dan aku sebagai kakak dituntut untuk mengalah dan selalu kena marah jika situasi di rumah ga baik dan aku ngerasa kaya ga dianggap dan menghindar ketika ada ayah” (QKF/22/semester 5/fakultas psikologi).

“ibuku tu kalo udah mengatakan sesuatu jadi itu yang harus dilakukan jika dilanggar pasti kena marah dan keputusan ayah jatuh kepada keputusan ibu kak. Kalau mau keluar rumah juga pasti dimarahin ibu aku berusaha untuk ingin melakukan apa saja yang ingin aku lakukan tapi sayangnya selalu dilarang dan dipandang buruk jadi aku kalo mau ngomong kadang udah gamau karena ngerasa gada yang mau dengar dan aku juga jadi kurang percaya diri kak karena kalo mau ngapain udah ngerasa salah dan kaya ga guna juga” (URK/20/semester 3/ilmu keperawatan).

Berdasarkan ungkapan dari 3 responden diatas dapat disimpulkan bahwa remaja dengan *wounded inner child* disebabkan karena buruknya pola asuh, komunikasi yang otoriter, dan masa kecil yang kurang menyenangkan sehingga hal tersebut secara tidak sadar membentuk pola pikir yang kurang menyenangkan bagi anak untuk orang tua dan membuat anak merasa tidak ada tempat untuk bercerita dan berbagi dengan orang tua. Fase kanak – kanak adalah fase yang dimana remaja perlu diarahkan dan dikasihi dengan baik atau penerimaan rasa senang namun tidak sedikit dari remaja mengalami hal pahit bahkan sampai memiliki rasa traumatis untuk berinteraksi dan mengekspresikan diri. Secara tidak langsung akan menghambat perkembangan sang anak dalam mengambil keputusan serta interaksi dengan lingkungannya (Yuhanda, 2013).

Meminta maaf atau memberi maaf tidaklah mudah dilakukan begitu saja. Sikap diri yang mau memaafkan (*forgiveness*) dianggap sebagai usaha untuk berdamai terhadap *internal* maupun *eksternal* diri untuk menyembuhkan dan mengurangi kadar intensitas ketegangan (Alentina, 2016). Dengan pemaafan dapat memberikan pemaknaan dalam hidup. Remaja yang mampu memaafkan dirinya sendiri, memaafkan orang lain, dan berdamai dengan situasi yang buruk dapat menunjukkan mampu merencanakan, mengarahkan, mengatur emosi, pikiran dan perilaku secara positif hingga mendapatkan rasa kebahagiaan dan kepuasan hidup di masa yang akan datang (Dwita, 2021). Dengan cara memaafkan akan menunjang kualitas hidup serta mendukung tugas perkembangan selanjutnya dan sebagai pemegang kendali intensitas *wounded inner child* dalam diri remaja. *Forgiveness* bagi remaja disikapi seperti merendahkan diri dan terbentengi oleh ego maka dari itu perlu kesadaran dan pendampingan dalam prosesnya. Sebagaimana untuk berdamai dengan *wounded inner child* untuk memperbaiki masa lalunya dan memiliki harapan yang positif dikemudian hari dengan cara mampu percaya diri serta meninggalkan reaksi sikap atau perilaku yang kekanak-kanakan dalam penyesuaian diri (Putro, 2017).

Berdasarkan penelitian dari Yoseph (2022) yang berjudul “*Forgiveness Therapy* Sebagai Salah Satu Intervensi Terapeutik Dalam Konseling” bahwa pemaafan suatu bentuk pelepasan pikiran, perasan, dan perilaku negatif diganti dengan pikiran, perasaan, dan perilaku positif seperti memperbaiki hubungan yang rusak dan memberikan kontribusi untuk kebahagiaan dan kesejahteraan secara menyeluruh. Kemudian penelitian Dwita dkk (2021) yang berjudul “Menemukan Makna Hidup dengan *Forgiveness* Studi pada Siswa Binaan Remaja di Lembaga Pemasarakatan Anak Pekanbaru” menyebutkan bahwa semakin baik cara seseorang dalam memaafkan akan semakin baik pula dalam memaknai hidup. Ketika seseorang mampu memaafkan maka individu tersebut diharapkan mampu merencanakan, mengarahkan, memonitor emosi pikiran dan perilaku secara positif dalam

keadaannya sehingga memperoleh kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup di masa yang akan datang.

Keluarga dianggap sebagai sebuah lembaga pendidikan pertama dan utama untuk sang anak. Didalam sebuah keluarga diharapkan mampu menyediakan dan pemenuhan kebutuhan biologis maupun psikologis anak dalam merawat atau mendidiknya. Menurut Soemardjan (1962) dalam keluarga anak dipersiapkan untuk menjalani tingkatan tumbuh kembangnya sebagai bekal ketika menjadi dewasa, mampu berbahasa, dan kebudayaan untuk mempertahankan kehidupan. Seorang kepala keluarga atau ayah harus mampu mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan keluarganya seperti bimbingan, ajakan, pemberian contoh, sanksi yang khas, aktivitas pekerjaan, interaksi dan keagamaan. Sedangkan seorang ibu menekankan akan tentang rasa mencintai seperti mengajarkan kepedulian, suka menolong, penyesuaian diri, dan merasakan penderitaan orang lain (Gade, 2012). Keluarga akan menjadi tempat belajar bagi anak agar pandai, berpengalaman, berpengetahuan dan berperilaku baik. Tugas keluarga juga sangat urgen karena bagaimana bisa harus membuat suasana proses pendidikan yang berkelanjutan guna melahirkan generasi penerus yang cerdas dan berakhlak. Proses belajar sang anak, orang tua sebagai guru yang tidak hanya ikut dalam proses belajarnya namun juga ikut hadir dan mengimplementasikan nilai-nilai yang baik dalam keluarganya seperti yang telah dihaturkan oleh Dewantara (Jailani, 2014). Mollenhauer (1975) membagi 3 fungsi keluarga dalam mendidik anak yaitu fungsi kuantitatif (pembentukan perilaku dasar), fungsi selektif (kontrol/pengawasan), dan fungsi pedagogik (nilai dan norma).

Secara psikososologis keluarga akan berfungsi sebagai pemberi rasa aman bagi anggota keluarga, sumber pemenuhan kebutuhan baik secara fisik maupun psikis, sumber penerimaan dan kasih sayang, tempat belajar untuk pola perilaku, kemampuan dalam memecahkan masalah, bimbingan penyesuaian diri dengan keterampilan motorik, verbal dan sosial, stimulator untuk mencapai prestasi, tempat bermain dan persahabatan sebelum mencapai cukup umur ketika beradaptasi diluar (Puspytasari, 2022). Pada umumnya

yang terjadi dalam keluarga sang anak selalu memiliki kejenuhan batin serta kelelahan dari orang tua untuk menghadapi segala tantangan kehidupan sehingga membuat ketegangan ketika berinteraksi dan membuat luka anak yang tak terhindarkan dan membuktikan bahwa sebagian anak banyak yang merasakan ketidaknyamanan bila bertemu atau bersama dengan orang tuanya karena merasa terawasi dan emosional yang terbatas (Murni, 2017). Willis (2009) berpendapat bahwa remaja merupakan masa transisi dari kondisi kanak-kanak yang penuh ketergantungan hingga bagaimana siap dan memiliki rasa tanggung jawab di masa dewasa nanti. Fase kematangan kognitif dan sosioemosional yang mendukung persiapan menghadapi masa dewasa. Faktor keadaan keluarga akan mempengaruhi perkembangan pada kepribadian anak, misalnya bila kondisi tidak harmonis dan tidak stabil akan menyebabkan kepribadian anak menjadi tidak sehat seperti penyesuaian diri yang sulit, agresif dan kenakalan remaja (Berna, 2017).

Kualitas pertumbuhan anak dipengaruhi bagaimana keberhasilan dalam mendidik atau memberikan pola asuh. Tidak semua orang tua memahami kondisi anak serta memenuhi tugas dalam perkembangannya. Orang tua sebagai mentor serta guru bagi anak untuk menemukan jati diri dan menerima pemberian untuk pemenuhan dari apa yang dibutuhkan. Setiap anak memiliki pengalaman yang berbeda-beda termasuk juga kebutuhan (Rakhmawati, 2015). Seorang anak memposisikan diri sebagai penerima informasi dari orang tua. Bilamana dalam proses perkembangannya tidak terpenuhi akan menimbulkan permasalahan atau luka dalam batinnya. Seorang anak sebenarnya akan selalu menerima segala konsekuensi yang diberikan oleh orang tua bilamana dia salah sekalipun namun sayangnya ketika orang tua memberikan intervensi kepada anak sering memberi label dan justmen yang buruk sehingga anak kurang merasa hadir atas keberadaannya dan adanya pemberontakan dalam diri yang tertahankan (Mufidah, 2020).

Berdasarkan penelitian dari Afifah (2023) yang berjudul “Pengaruh *Forgiveness The Inner Child* Pada Kesiapan Menikah Pasangan Calon Suami Istri Di Komunitas Whatsapp Kajian Pranikah Kota Kediri“ bahwa ada

pengaruh variabel *forgiveness the inner child* terhadap variabel kesiapan menikah . Selanjutnya penelitian dari Siregar (2012) yang berjudul “Menyembuhkan Luka Batin Dengan Memaafkan” menunjukkan ada pengaruh dengan cara memaafkan dapat menyembuhkan luka batin. Kemudian penelitian dari Nashori (2011) yang berjudul “Meningkatkan Kualitas Hidup Dengan Pemaafan” menunjukkan bahwa pengaruh pemaafan dapat memberikan kesehatan fisik, ketenangan hidup, pengendalian diri, resiliensi, minimnya konflik dan terhindar dari kezaliman.

Berdasarkan ulasan diatas dapat diketahui bahwa *wounded inner child* memiliki dampak besar dalam menghambat pertumbuhan mental seseorang dan minimnya pengetahuan akan kendala serta penanganan kasus tersebut sehingga fenomena ini menarik untuk diteliti dan dikaji lebih jauh. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini menggunakan *forgiveness* sebagai variabel bebas dan *wounded inner child* sebagai variabel tergantung. Penelitian ini dilakukan untuk menguji *forgiveness* terhadap *wounded inner child* pada remaja. Oleh karena itu, penelitian ini dengan judul “Hubungan Antara *Forgiveness* Dengan *Wounded Inner Child* Pada Remaja”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas, maka rumusan masalah yang didapat adalah apakah ada hubungan antara *forgiveness* dengan *wounded inner child* pada remaja.

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk menguji hubungan antara *forgiveness* dengan *wounded inner child* pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

- a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya dan menambah referensi terkait tentang penelitian *inner child* yang khususnya pada *wounded inner child* dan *forgiveness* terutama pada bidang studi psikologi perkembangan maupun psikologi klinis. Kemudian manfaat lainnya yaitu dapat melengkapi atau mengembangkan teori lebih lanjut.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris tentang *wounded inner child* atau *inner child* terluka dan pengaruh *forgiveness* pada remaja. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan berguna bagi praktisi psikolog, konselor, orang tua dan peneliti selanjutnya untuk bahan evaluasi dan rujukan.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Wounded Inner Child*

1. Pengertian *Wounded Inner Child*

Bradshaw (1992), *inner child* merupakan hasil dari pengalaman di masa lalu atau peristiwa masa kecil yang tidak terselesaikan dengan baik. Pengalaman ini ditinjau dari bagaimana pengalaman tersebut didapatkan, pengalaman yang baik akan dapat memberikan dampak positif bagi masa dewasanya sedangkan pengalaman yang buruk menyebabkan luka yang terbawa hingga masa dewasa. *Inner child* diwujudkan dengan ego dan memiliki tingkah laku dan emosional yang tidak disadari (*unconscious*).

Donald Kalsched (1996) seorang praktisi psikolog klinis menjelaskan bahwa *inner child* terluka terlahir dari pengabaian dan dipermalukan seperti dianggap tidak mampu dalam segala hal kemudian individu tersebut memendam kemarahan yang membuat individu tersebut menyalahkan diri sendiri serta menganggap bahwa dirinya buruk dan hilangnya kepercayaan diri sehingga menghalangi dirinya untuk berinteraksi kemudian menjadi traumatis.

Stern (1985) menyebutkan bahwa *inner child* bagian dari setiap manusia yang dihasilkan dari segala interaksi dan bukan dari faktor bawaan, seperti pengalaman pada masa lampau. Fenomena *inner child* dapat dipandang sebagai kondisi batin atau kepribadian seseorang semasa hidup yang menggambarkan kekuatan dan kelemahan.

Winnicott (1987) mengatakan bahwa *inner child* terbentuk dari adanya faktor komunikasi antara anak dan pengasuhnya yang menimbulkan bagaimana rasa diakui maupun tidak diakui yang dapat mempengaruhi keadaan di masa yang akan datang.

Inner child merupakan bagian dari sisi anak-anak yang tidak ikut tumbuh dewasa. *Inner child* menetap dan akan selalu ada dalam jiwa manusia. Dalam buku *Homecoming: Reclaiming and Championing Your*

Inner Child, Bradshaw (1992) berpendapat bahwa *inner child* merupakan hasil dari pengalaman masa lalu yang belum terselesaikan dan berdampak pada kehidupan dewasa. *Inner child* tidak hanya menggambarkan peristiwa masa lalu saja, tetapi juga untuk menyeimbangkan, mengevaluasi diri dan memaknai suatu hal.

Kneisl (1991) Pengalaman masa kecil di masa lalu dapat berdampak buruk pada masa kini. Batin anak pada diri setiap orang merupakan inti kepribadian yang telah dibentuk oleh arahan bagaimana bersikap agar dicintai yang diterima seseorang pada masa kanak-kanak. Pengalaman menyakitkan dan kurangnya pengasuhan dalam keluarga yang disfungsi melukai batin anak dan mempengaruhi kehidupan di masa dewasa.

Diamond (2008) mengemukakan, mayoritas seseorang untuk menjadi dewasa bergantung pada pengakuan, penerimaan, tanggung jawab untuk mencintai dan pengasuhan batiniah namun pada diri seseorang dengan *inner child* kedewasaan tersebut telah ditolak, diabaikan, diremehkan dan ditinggalkan sehingga usia bertambah secara psikologisnya masih dibebani dengan masalah emosional di masa sebelumnya. Seseorang dengan dewasa yang kurang matang disebabkan oleh adanya pola asuh tidak sempurna pada masa kanak-kanak yang terbawa hingga dewasa.

Kartasmita dkk (2023) menjelaskan bahwa *wounded inner child* merupakan sisi kepribadian dalam diri seseorang yang dihasilkan dari pengalaman masa kecil yang berdampak pada kehidupan sekarang atau sisi kekanak-kanakan dalam diri seseorang. *Inner Child* merupakan hasil dari pengalaman atau kejadian di masa lalu yang belum terselesaikan dengan baik. Perkembangan seseorang untuk memperoleh identitas dan validitas adalah pada saat remaja, namun perkembangan tersebut tidak dimulai dan diakhiri pada saat masa pubertas. Adapun aspek *inner child* terluka yang terdapat dari kuesioner Patchouli (2020) yaitu *behaviour dysfunction, self-sabotage, self defeating behaviours, trauma-related behaviours, childhood attachment issues, dan codependency*.

Berdasarkan pengertian yang sudah dijelaskan diatas *wounded inner child* adalah pengalaman di masa lalu atau peristiwa masa kecil yang tidak terselesaikan dengan baik. *Wounded inner child* terlahir dari pengabaian dan dipermalukan seperti dianggap tidak mampu dalam segala hal serta adanya faktor interaksi yang buruk atau pola asuh yang tidak sempurna antara anak dan pengasuhnya yang terbawa hingga dewasa.

2. Ciri-Ciri *Wounded Inner Child*

Wounded Inner child akan muncul pada masa dewasa yang mempengaruhi tingkah laku dan emosional. Berikut ciri – ciri *wounded inner child* menurut (Gaba, 2020):

a. Mudah Merasa Takut

Ketika individu dengan *inner child* terluka ia memiliki ketakutan akan ditinggalkan, merasa tidak layak untuk dicintai, rasa cemas, hingga mudah mengalami depresi.

b. Tidak Percaya pada Diri Sendiri

Individu dengan *inner child* terluka sering merasa tidak percaya pada kemampuan yang dimiliki dan mudah membandingkan diri dengan orang lain.

c. Sering Merasa Bersalah

Individu menjadi mudah untuk merasa bersalah walau tidak melakukan kesalahan. Hal ini disebabkan karena adanya masa lalu yang kurang baik.

d. Emosi Tidak Stabil

Pengalaman masa lalu yang menyakitkan dapat mempengaruhi emosi individu seperti tiba – tiba merasa senang dan marah dalam waktu sesaat.

e. Terlalu Kompetitif

Dorongan individu sangat kuat termasuk tidak ingin merasakan kegagalan untuk mencapai sesuatu karena selalu ingin menjadi yang terbaik.

3. Faktor *Wounded Inner Child*

Faktor terbentuknya *wounded inner child* pada anak menurut (Bernstein dan Fink 1998), meliputi sebagai berikut :

a. Kekerasan fisik

Sebuah perilaku yang dapat menyakiti orang lain dengan tujuan untuk memberikan *punishment* atau yang mengakibatkan efek rasa sakit.

b. Kekerasan seksual

Setiap perbuatan dengan cara merendahkan, menghina atau menyerang fungsi reproduksi seseorang yang mengakibatkan penderitaan psikis atau fisik.

c. Kekerasan emosional

Suatu jenis kekerasan yang dilakukan dengan cara merendahkan, mencaci, mengancam, mengintimidasi, posesif, dan pengabaian.

d. Penolakan fisik

Merupakan sebuah tindakan yang terlalu mendiskriminasi dan menolak keberadaan orang lain

e. Pengabaian emosional

Suatu tindakan yang mengedepankan kepentingan orang lain dari pada kepentingan diri sendiri secara berlebih termasuk kurang adanya pengendalian emosional dalam diri.

f. Menyaksikan kekerasan

Merupakan suatu rasa ketakutan yang timbul akibat dari perilaku kekerasan pada orang lain sehingga mengakibatkan kekhawatiran tersendiri.

Menurut Riliv (2022) faktor yang menyebabkan *wounded inner child* dibagi menjadi empat yaitu :

a. Hilangnya Apresiasi

Individu yang tidak pernah mendapatkan pujian dari orang tua sehingga mempengaruhi kepercayaan diri yang buruk.

b. Aktivitas Orang Tua

Kesibukan orang tua sering kali menjadi alasan dalam tuntutan ekonomi yang besar sehingga lupa akan kewajiban dalam pemberian kasih sayang dengan anak.

c. Sentuhan Cinta Yang Buruk

Masa kanak-kanak harusnya diisi dengan bermain dengan orang tua yang melibatkan aktivitas memeluk, menyentuh, dan bercanda namun hal tersebut tidak menjadi pengalaman di masa kecilnya.

d. Minimnya Pemaafan

Perhatian yang diberikan orang tua dengan memberikan judgment yang buruk sehingga setiap kesalahan anak itu suatu hal yang perlu dihukum sehingga anak merasa dibenci dan disiplin gestur kasih sayang yang dirasakan diri anak sudah hilang. Bilamana orang tua marah tidak memberikan simbol kasih sayang dan belajar kesalahan dengan pemaafan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *wounded inner child* adalah kekerasan fisik, kekerasan seksual penolakan fisik, pengabaian emosional, menyaksikan kekerasan, hilangnya apresiasi, aktivitas orang tua, sentuhan cinta yang buruk, dan minimnya pemaafan.

4. Aspek-Aspek *Wounded Inner Child*

Adapun aspek-aspek yang terdapat dalam *wounded inner child* atau *inner child* terluka menurut (Patchouli 2020), diantaranya:

a. *Behaviour Dysfunction*

Suatu perilaku individu yang mudah meluapkan amarah, agresi, aktivitas motorik yang menyimpang, gangguan tidur, dan gangguan makan.

b. *Self-Sabotage*

Suatu perilaku kebiasaan buruk menyabotase diri untuk menjaga tingkat harga diri dan melindungi diri dari ancaman-ancaman yang mengancam dirinya.

c. *Self Defeating Behaviours*

Suatu perilaku yang bersifat merusak diri dengan cara mengambil resiko tanpa memikirkan jangka panjang (kedepan) dan membuat pilihan yang tidak sehat.

d. *Trauma-Related Behaviours*

Suatu perilaku yang dihasilkan dari peristiwa traumatis secara langsung dan mengetahui peristiwa semacam itu juga terjadi pada teman atau kerabat serta mengalami paparan ekstrim berulang dari serangkaian peristiwa tersebut.

e. *Childhood Attachment Issues*

Adanya hubungan relasi antara orang tua dengan anak yang buruk sehingga menimbulkan isu dari orang tua kepada anak yang menyebabkan keamanan emosional anak tidak stabil.

Kurangnya hubungan relasi antara orangtua dan anak sehingga menimbulkan isu orang tua dengan anak yang menyebabkan keamanan emosional anak tidak stabil.

f. *Codependency*

Seorang individu mengalami disfungsi keluarga yang menyebabkan perilaku mengabaikan diri sendiri termasuk terlalu fokus pada orang lain, ketidakmampuan dalam mengekspresikan perasaan secara eksplisit, dan mendapatkan kepuasan khusus dari hubungan remaja dengan orang lain.

Kemudian ada pendapat lain menurut Bradshaw (1990) *wounded inner child* atau *inner child* yang terluka memiliki aspek sebagai berikut :

a. *Co-Dependence*

Seorang individu seperti kehilangan identitas dalam diri yang berarti tidak memiliki hubungan perasaan, kebutuhan, dan keinginan terhadap orang lain atau menghindari kehidupan dari sosial.

b. *Offender Behaviors*

Individu dengan *inner child* terluka mengalami masa kecil yang kurang menyenangkan seperti mendapat kekerasan fisik, pelecehan

seksual, dan kekerasan emosional sehingga mendorong dia melakukan kekerasan kepada orang lain dan ketika dewasa dia menjadi individu yang keras kepada lingkungan.

c. *Narcissistic Disorders*

Individu dengan *inner child* terluka mudah merasakan kecewa, ambisius, perfeksionis, pecandu, dan dorongan diri untuk menunjukkan kemampuan semakin kuat agar mendapat sanjungan atau diakui.

d. *Trust Issues*

Inner child terluka membuat individu tersebut memiliki kepercayaan berlebihan terhadap orang lain, menghargai orang lain berlebihan, jika kebalikannya akan mengisolasi dirinya dan merasakan kesepian, dan menghindari kontak dengan orang lain.

e. *Acting Out/Acting In Behaviors*

Melakukan tindakan sesuai dengan suasana hatinya tanpa memikirkan jangka panjang seperti melakukan kekerasan terhadap orang lain, berbicara berlebihan, mudah marah, pemberontak, mengatur orang lain seperti apa yang ia dapatkan diwaktu masa kanak-kanak.

f. *Magical Beliefs*

Memiliki cara pandang yang terkontaminasi atau tidak logis seperti jika memiliki uang dia akan baik-baik saja, jika pasanganku meninggalkanku aku akan mati dan tidak akan pernah ada harapan, usaha yang dilakukan selalu dianggap akan berhasil, jika memberikan sesuatu dunia pasti akan memberi imbalan, serta menunggu akan mendapatkan hasil.

g. *Intimacy Dysfunctions*

Individu *inner child* terluka merasa takut untuk ditinggalkan dan takut untuk dikekang namun takut akan kesendirian.

h. *Nondisciplined Behaviors*

Individu suka menunda-nunda, keinginan harus segera terpenuhi memberontak jika tidak sesuai dengan keinginannya, terlalu

disiplin/kaku, obsesif, terlalu banyak belajar, menyenangkan orang lain berlebihan, mudah merasa malu dan menyalahkan diri sendiri.

i. *Addictive/Compulsive Behaviors*

Individu dengan kebiasaan yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol, perilaku adiktif yang membahayakan hidupnya, berjudi, dan seks untuk memenuhi kebutuhan perasaannya.

j. *Thought Distortions*

Pola pemikiran yang tidak logis seperti seperti jika ada seseorang yang menyakitinya orang lain pun juga pasti dianggap jahat, jika seseorang telah meninggalkannya dia menggap diri sendiri buruk, dan cenderung emosi telah merubah cara berfikir.

k. *Emptiness (Apathy, Depression)*

Individu dengan *inner child* terluka merasakan hampa dan tertekan, apatis dengan diri sendiri dan berduka atas dirinya sendiri yang berlebihan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek *wounded inner child* diantaranya yaitu *behaviour dysfunction, offender behaviors, self defeating behaviours, trauma-related behaviours, childhood attachment issues, codependency, offender behaviors, narcissistic disorders, trust issues, acting out/acting in behaviors, magical beliefs, intimacy dysfunctions, nondisciplined behaviors, addictive/compulsive behaviors, thought distortions, dan emptiness (apathy, depression)*.

5. Cara Mengatasi *Wounded Inner Child*

Pengalaman masa lalu anak-anak dapat bersifat baik ataupun buruk. Pengalaman yang baik dapat bersifat bahagia, energik, semangat, dan kreatif. Sedangkan pengalaman yang buruk dapat bersifat pemaarah atau penindas. Adapun beberapa langkah untuk mengatasi *inner child*, yaitu menghubungkan kembali dengan masa kecil, mengidentifikasi *inner child*

dengan jelas, menulis surat kepada *inner child*, memperhatikan perasaan, dan mendengar kritik dari diri sendiri dengan berhati-hati (Awwad, 2021).

B. *Forgiveness*

1. Pengertian *Forgiveness*

Forgiveness adalah suatu bentuk khas dari *coping* yang unik terkait motivasi dan komponen dari keinginan-keinginan. Ini adalah pengurangan tanggapan negatif terhadap pelaku, namun memungkinkan untuk suatu pelaku dimintai pertanggungjawaban. Dengan demikian, itu adalah proses internal yang dilakukan oleh korban, sebuah pilihan individu yang pada akhirnya terlepas dari interaksi antar pribadi (Dolan, 2011).

Menurut Cullough dkk (1998) *forgiveness* adalah salah satu dari banyak kemungkinan tanggapan dari suatu pelanggaran yang merupakan respon positif dan sehat yang melibatkan keputusan untuk melepaskan kemarahan dan tidak membalas dendam. Terlepas dari asumsi-asumsi dasar, peneliti mengakui bahwa belum ada definisi yang universal dan paten tentang *forgiveness*. *Forgiveness* juga diartikan sebagai suatu proses (atau hasil dari proses) yang melibatkan perubahan dalam emosi dan sikap tentang pelaku. Berbagai pandangan menyatakan bahwa hal tersebut merupakan suatu proses sengaja dan sukarela, serta didorong oleh sebuah keputusan yang disengaja untuk memaafkan. Hasil proses ini yaitu menurunnya motivasi untuk membalas meskipun membutuhkan untuk melepaskan emosi negatif terhadap pelaku (Worthington, 2006).

Murphy dan Hampton (1988) mendefinisikan *forgiveness* sebagai *forswearing* kebencian atas dasar moral dan sebagai keputusan untuk melihat pelaku dalam cahaya yang lebih baik, perubahan yang terjadi dalam korban dan yang tidak pernah mungkin akan dikomunikasikan kepada pelaku.

Cullough (2003) memberikan definisi bahwa *forgiveness* merupakan satu perubahan-perubahan motivasi dimana suatu organisme menjadi semakin menurunnya motivasi untuk membalas terhadap pelaku, semakin

menurun motivasi untuk menghindari pelaku, semakin termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku.

Forgiveness adalah suatu proses (atau hasil dari sebuah proses) yang melibatkan perubahan dalam emosi dan sikap tentang pelaku. Kebanyakan tokoh melihat ini sebagai proses sukarela yang didorong oleh keputusan sengaja untuk memaafkan. Hasil proses ini dalam penurunan motivasi untuk membalas atau mempertahankan keterasingan dari pelaku dan membutuhkan melepaskan emosi negatif terhadap pelaku. Teori berbeda menyatakan sejauh mana remaja percaya *forgiveness* juga berarti mengganti emosi negatif dengan sikap positif termasuk kasih sayang dan kebajikan (Wooda, 2009).

Dari definisi diatas dapat menyimpulkan bahwa *forgiveness* merupakan suatu proses menuju kondisi psikologis seseorang, dimana orang tersebut telah melalui suatu peristiwa yang menyakitkan dan memutuskan untuk mengubah emosi negatif yang muncul setelah itu menjadi emosi positif dengan ditandai perubahan-perubahan motivasi, diantaranya yaitu menurunnya motivasi untuk membalas terhadap suatu perilaku, menurunnya motivasi untuk menghindari pelaku, dan termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku.

2. Aspek-Aspek *Forgiveness*

Penelitian sebelumnya telah mengungkapkan bahwa *forgiveness* berkaitan dengan prososial kognisi, perasaan, dan perilaku diluar hubungan pelaku. *Forgiveness* memiliki beberapa komponen, yaitu perilaku, afektif, kognitif dan motivasi. Model-model lain menggunakan berbagai kombinasi dari empat komponen *forgiveness* (Youngger, 2004). *Forgiveness* memiliki beberapa aspek yang terkandung didalamnya. Dari pengertian *forgiveness* yang dikemukakan oleh Collough (1998), aspek-aspek tersebut antara lain:

a. *Avoidance Motivation*

Semakin menurun motivasi untuk menghindari pelaku, membuang keinginan dalam kerenggangan (jarak) dengan orang yang telah melukai perasaannya.

b. *Revenge Motivation*

Adanya penurunan dalam motivasi balas dendam kepada hubungan yang sudah terjalin dan membuang keinginan untuk membalas dendam terhadap seseorang yang telah menyakitinya.

c. *Benevolence Motivation*

Memiliki motivasi niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku meskipun pelanggarannya termasuk tindakan berbahaya, adanya keinginan untuk berdamai atau melihat *well-being* orang yang telah melukai hatinya.

Adapun teori yang dikembangkan oleh Baumeister 1998 yang diadaptasi (Nashori, 2012) diantaranya adalah :

a. Emosional

Berkaitan dengan perasaan yang menjadi korban terhadap orang-orang yang menjadi pelaku. Adapun indikator-indikator yang meliputi dimensi emosional adalah (a) meninggalkan perasaan marah, sakit, dan benci, (b) mampu mengontrol emosi saat diperlakukan tidak menyenangkan, (c) perasaan iba dan kasih sayang terhadap pelaku, dan (d) perasaan nyaman ketika berinteraksi dengan pelaku.

b. Kognisi

Berkaitan dengan pemikiran seseorang atas peristiwa tidak menyenangkan yang dialami. Adapun indikator-indikator yang meliputi dimensi kognisi adalah (a) meninggalkan penilaian negatif terhadap pelaku, (b) mempunyai penjelasan nalar atas perlakuan yang menyakitkan, dan (c) memiliki pandangan yang berimbang terhadap pelaku.

c. Interpersonal

Berkaitan dengan dorongan dan perilaku antar pribadi seseorang untuk memberi pemaafan terhadap orang lain. Adapun indikator-indikator yang meliputi dimensi interpersonal adalah (a) meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan terhadap pelaku, (b) meninggalkan keinginan balas dendam, (c) meninggalkan perilaku acuh tak acuh, (d) meninggalkan perilaku menghindar, (e) meningkatkan upaya konsiliasi atau rekonsiliasi hubungan, (f) motivasi kebaikan atau kemurahan hati, dan (g) musyawarah dengan pihak yang pernah jadi pelaku.

Jadi aspek dari *forgiveness* menurut Cullough (1998) meliputi 3 aspek diantaranya adalah *avoidance motivation*, *revange motivation* dan *benevolence motivation*. Adapun 3 aspek yang disusun oleh Nashori (2012) tentang *Forgiveness* meliputi emosional, kognisi dan interpersonal.

3. Proses *Forgiveness*

Ahli teori saling ketergantungan menekankan peran komitmen dan tanggung jawab. Peneliti klinis sering menekankan suatu rangkaian langkah-langkah yang harus dilengkapi. Adapun beberapa hal yang dapat memudahkan dalam memberikan maaf yang diusulkan oleh ahli teori, yaitu mengidentifikasi maksud dari pelanggaran yang terjadi untuk dirinya dan orang lain dan menyadari bahwa seseorang mungkin mempunyai suatu tujuan baru dalam hidup atau penyesalan karena pelanggaran tersebut (Cullough, 2003).

Forgiveness diakui sebagai berbeda dari proses lainnya, seperti memaafkan (gagal melihat tindakan sebagai salah dan membutuhkan memaafkan), memaafkan (tidak memegang orang atau kelompok yang bertanggung jawab untuk tindakan), mengampuni (diberikan hanya oleh wakil dari masyarakat, seperti hakim), dan melupakan (menghapus kesadaran pelanggaran dari kesadaran, untuk mengampuni adalah lebih dari sekedar tidak berpikir tentang pelanggaran).

Kemajuan lebih lanjut di lapangan, umumnya disepakati bahwa *forgiveness* adalah salah satu dari banyak kemungkinan tanggapan untuk menyakiti interpersonal dan merupakan respon positif dan yang melibatkan keputusan untuk melepaskan kemarahan dan tidak membalas dendam. Penelitian tentang *forgiveness* setuju bahwa *forgiveness* sangat efektif dalam mengobati rasa penyesalan, rasa bersalah, kemarahan, ketertarikan, dan ketakutan menyatakan bahwa *forgiveness* adalah suatu proses yang terjadi dari waktu ke waktu, dari individu yang telah terluka menjadi lebih sedikit marah, kecewa, menakutkan, dan tertarik akan pembalasan dendam. *Forgiveness* tidak sama dengan melupakan, penyesalan, atau menyangkal kesalahan, juga memandang *forgiveness* sebagai proses yang membutuhkan waktu hingga peristiwa menyakitkan pergi dari waktu ke waktu (Murphy, 2002).

Penelitian menggunakan teknologi canggih pencitraan otak seperti tomografi emisi positron dan pencitraan resonansi magnetik fungsional berhasil mengungkap perbedaan pola gambar otak orang yang memaafkan dan yang tidak memaafkan. Orang yang tidak memaafkan terkait erat dengan sikap marah, yang berdampak pada penurunan fungsi kekebalan tubuh. Remaja yang tidak memaafkan memiliki aktifitas otak yang sama dengan otak orang yang sedang stres, marah, dan melakukan penyerangan (agresif). Ketidaksamaan aktifitas hormon dan keadaan darah si pemaaf dibandingkan dengan si pendendam atau si pemaarah. Pola hormon dan komposisi zat kimia dalam darah orang yang tidak memaafkan bersesuaian dengan pola hormon emosi negatif yang terkait dengan keadaan stres. Sikap tidak memaafkan cenderung mengarah pada tingkat kekentalan darah yang lebih tinggi. Keadaan hormon dan darah sebagaimana dipicu sikap tidak memaafkan ini berdampak buruk pada kesehatan. Raut wajah, daya hantar kulit, dan detak jantung termasuk yang juga diteliti ilmuwan dalam kaitannya dengan sikap memaafkan. Sebaliknya, sikap memaafkan meningkatkan pemulihan penyakit jantung dan pembuluh darah (Alentina dan Catya, 2016).

Enright (2020) mengungkapkan, bahwa *forgiveness* merupakan sesuatu yang penting tapi juga merupakan hal yang sulit untuk dilakukan, bahkan terkadang sangat menyakitkan bagi seseorang. Forgiveness tidak bisa dilakukan dalam waktu singkat, tapi membutuhkan waktu yang lama dan setiap individu akan mengalami proses yang berbeda-beda satu dengan lainnya. Enright (2020) mengungkapkan adanya empat fase untuk memberikan maaf diantaranya sebagai berikut :

1. Fase pengungkapan (*uncovering phase*), yaitu ketika seseorang merasa sakit hati dan dendam.
2. Fase keputusan (*decision phase*), yaitu orang itu mulai berfikir rasional dan memikirkan kemungkinan untuk memaafkan. Pada fase ini individu belum memberikan maaf sepenuhnya.
3. Fase tindakan (*work phase*), yaitu adanya tindakan secara aktif memberikan maaf kepada orang yang bersalah.
4. Fase pendalaman (*deepening phase*), yaitu internalisasi kebermaknaan dari proses memaafkan. Pada fase inilah individu memahami bahwa dengan memaafkan maka dirinya akan memberi manfaat untuk dirinya, orang lain, dan lingkungan.

C. Hubungan Antara *Forgiveness* Dengan *Wounded Inner Child*

Bradshaw (1992) menjelaskan bahwa *wounded inner child* merupakan hasil dari pengalaman dimasa lalu atau peristiwa masa kecil yang tidak terselesaikan dengan baik. Pengalaman ini ditinjau dari bagaimana pengalaman tersebut didapatkan, pengalaman yang baik akan dapat memberikan dampak positif bagi masa dewasanya sedangkan pengalaman yang buruk menyebabkan luka yang terbawa hingga masa dewasa. *Inner child* diwujudkan dengan ego dan memiliki tingkah laku dan emosional yang tidak disadari (*unconscious*).

Forgiveness adalah suatu proses (atau hasil dari sebuah proses) yang melibatkan perubahan dalam emosi dan sikap tentang pelaku. Kebanyakan tokoh melihat ini sebagai proses sukarela yang didorong oleh

keputusan sengaja untuk memaafkan. Remaja dengan *forgiveness* juga berarti mengganti emosi negatif dengan sikap positif termasuk kasih sayang dan kebajikan (Wooda, 2009). *Forgiveness* adalah salah satu dari banyak kemungkinan untuk menyikapi emosi negatif dengan respon positif dan sehat yang melibatkan keputusan untuk melepaskan kemarahan dan tidak membalas dendam (Karahana, 2023).

Forgiveness merupakan hal penting untuk dilakukan sebagai salah satu cara untuk pemaafan diri. Seperti yang diejaskan (Christian, 2012) kunci untuk menyembuhkan salah satunya dengan memaafkan diri hal ini sejalan dengan pengalaman Dave Plazer yang pernah mengalami luka batin kekerasan dari ibunya sendiri dan berdampak sampai dia dewasa dan berakibat jangka panjang dari pengalaman kekerasan di masa kanak-kanak Dave Plazer setiap kali korban teringat atau mengingat peristiwa kekerasan yang dialami sebelumnya dan kembali merasa terluka. Pada akhirnya Ia berhasil mengelola emosi dan kesadarannya sehingga memiliki kemampuan untuk memaafkan. Dengan demikian Dave Plazer berhasil membebaskan dirinya dari rasa sakit yang menahun, yang terpenting adalah kesadaran diri mengalami luka batin, kemauan dan upaya untuk sembuh.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut : “adanya hubungan negatif antara *forgiveness* dengan *wounded inner child* pada remaja”. Semakin tinggi *forgiveness*, maka semakin rendah *wounded inner child* pada remaja. Sebaliknya, Semakin rendah *forgiveness*, maka semakin tinggi *wounded inner child* pada remaja.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan elemen yang telah ditentukan untuk mempelajari dan ditarik kesimpulan untuk dijadikan objek penelitian (Azwar, 2021). Dalam penelitian ini menggunakan variabel tergantung dan variabel bebas. Variabel bebas merupakan variabel yang memberi penjelasan dan pengaruh terhadap variabel lain. Sedangkan variabel tergantung diakibatkan atau diberi pengaruh dari variabel bebas (Sugiyono, 2023). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel tergantung (Y) dan variabel bebas (X). Identifikasi variabel sebagai berikut :

1. Variabel Tergantung : *Wounded Inner Child*
2. Variabel Bebas : *Forgiveness*

B. Definisi Operasional

Dafinisi operasional berguna untuk menjelaskan variabel atau istilah dalam penelitian yang bersifat operasional, dapat memudahkan pembaca dalam mengartikan makna penelitian (Azwar, 2021). Adapun definisi operasional terkait penelitian ini yaitu :

1. *Wounded inner child*

Wounded inner child merupakan luka batin dalam diri seseorang yang dihasilkan dari pengalaman masa kecil yang buruk dan berdampak pada kehidupan perkembangan remaja atau kematangan emosional ketika masa dewasa. *Wounded inner child* terlahir dari pengabaian dan dipermalukan seperti dianggap tidak mampu dalam segala hal kemudian individu tersebut memendam kemarahan yang dapat menyalahkan diri sendiri serta menganggap bahwa dirinya buruk dan hilangnya kepercayaan diri sehingga menghalangi dirinya untuk berinteraksi kemudian menjadi traumatis. Adapun aspek *Wounded inner child* yang terdapat dari kuesioner Patchouli (2020)

yaitu *behaviour dysfunction, self-sabotage, self defeating behaviours, trauma-related behaviours, childhood attachment issues, dan codependency*. Tinggi rendahnya skor *wounded inner child* dilihat dari skor total perolehan yang didapat. Semakin tinggi skor total yang diperoleh maka semakin tinggi pula skor *wounded inner child*, begitu sebaliknya.

2. *Forgiveness*

Forgiveness merupakan suatu proses menuju kondisi psikologis seseorang, dimana orang tersebut telah melalui suatu peristiwa yang menyakitkan dan memutuskan untuk mengubah emosi negatif yang muncul setelah itu menjadi emosi positif dengan ditandai perubahan-perubahan motivasi, diantaranya yaitu menurunnya motivasi untuk membalas terhadap suatu perilaku, menurunnya motivasi untuk menghindari pelaku, dan termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku (Cullough, 2003). Dalam aspek *forgiveness* menurut Cullough (2003) memiliki 3 aspek diantaranya *avoidance motivation, revenge motivation* dan *benevolence motivation*.

C. Populasi, Sampel dan Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan area umum yang terdiri dari subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang dijadikan oleh peneliti atau penulis untuk dipelajari dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif yang berusia 18-21 tahun (remaja akhir) di lingkungan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Tabel 1. Data Populasi Mahasiswa UNISSULA

No	Fakultas	Jumlah			
		2020	2021	2022	2023
1.	Fakultas Teknik	362	344	403	283
2.	Fakultas Teknik Industri	287	326	549	281
3.	Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan	165	164	156	120
4.	Fakultas Hukum	579	532	603	476
5.	Fakultas Psikologi	251	237	197	174
6.	Fakultas Ilmu Bahasa dan Komunikasi	241	210	184	189
7.	Fakultas Agama Islam	217	206	215	326
8.	Fakultas Ekonomi	662	630	486	415
9.	Fakultas Ilmu Keperawatan	226	303	370	369
10.	Fakultas Kedokteran	347	394	505	629
11.	Fakultas Kedokteran Gigi	94	85	139	178
	Total	3431	3431	3807	3440

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi dengan jumlah porsi tertentu yang diambil dari beberapa cara dengan karakteristik yang spesifik, jelas, dan tepat akan dapat mewakili populasi (Sugiyono, 2023). Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif, memiliki masalah interaksi dengan orang tua, memiliki kisah masa kecil yang kurang menyenangkan dan ada rasa trauma. Sampel pada penelitian yaitu fakultas Teknik, Teknik Industri, Ilmu Keguruan dan Pendidikan, Hukum, Psikologi, Ilmu Bahasa dan Komunikasi, Agama Islam, Ekonomi, dan Ilmu Keperawatan.

3. Sampling

Teknik sampling dalam penelitian ini adalah menggunakan sampling insidental. Sampling insidental merupakan cara sampling yang

didapat dari kebetulan yang cocok dengan kriteria subjek itulah yang akan diteliti (Sugiyono, 2023). Sampling pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif, memiliki masalah interaksi dengan orang tua, memiliki kisah masa kecil yang kurang menyenangkan dan ada rasa trauma.

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa skala psikologi. Skala yaitu susunan perangkat pertanyaan yang berfungsi mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (Azwar, 2021). Penelitian ini menggunakan dua model skala yaitu skala Guttman dan skala Likert. Skala Guttman merupakan skala yang mengungkap jawaban dengan tegas yang didapat dari dua alternatif jawaban “Ya” dan “Tidak” untuk mengungkap suatu permasalahan dari setiap pertanyaan. Pada pilihan jawaban “Ya” memiliki nilai skor 1 sedangkan “Tidak” skor adalah 0. Skala Guttman digunakan pada variabel *Wounded Inner Child*. Aitem likert terdiri dari pernyataan pada variabel *Forgiveness* yang isinya sesuai dengan stimulus dari indikator perilaku (favorabel) atau yang tidak sesuai dengan perilaku (unfavorabel) yang memiliki lima pilihan respon berjenjang (Azwar, 2021). Pada aitem favorabel untuk pilihan tiap jawaban berupa sangat setuju (SS) adalah skor 5, setuju (S) skor 4, Netral (N) adalah skor 3, tidak setuju (TS) skor 2 dan sangat tidak setuju (STS) skor 1. Sedangkan pada aitem unfavorabel skor pada tiap pilihan jawaban sangat setuju (SS) adalah skor 1, setuju (S) skor 2, tidak setuju (TS) skor 3 dan sangat tidak setuju (STS) skor 4. Skala yang digunakan sebagai berikut :

1. Skala *Wounded Inner Child*

Skala *wounded inner child* bertujuan untuk mengungkap *Wounded inner child* pada diri mahasiswa. Skala ini diadaptasi dari *Inner Child Scale* (ICS) (Kartasmita, 2023). Didalam skala tersebut terdapat 6 aspek yang diungkap dengan jumlah total 65 aitem.

Tabel 2. Blueprint Skala Wounded Inner Child

No	Aspek	Aitem	Total
1.	<i>Behaviour Dysfunction</i>	8,15,16,23,24,25,31,32,33,34,57	11
2.	<i>Self-sabotage</i>	12,13,17,20,22,27,36,39,40,45	10
3.	<i>Self defeating behaviours</i>	6,7,18,19,26,35,42,46,52,53	10
4.	<i>Trauma-related behaviours</i>	4,5,9,11,28,29,38,58,59,63	10
5.	<i>Childhood attachment issues</i>	30,41,48,49,50,51,54,55,56,60,61,65	12
6.	<i>Codependency</i>	1,2,3,10,14,21,37,43,44,47,62,64	12
Total			65

2. Skala *Forgiveness*

Skala *forgiveness* untuk mengungkap tingkat *forgiveness* pada subjek mahasiswa. Dalam skala ini diadaptasi dari A'yun (2018) yang menambahkan aitem pada skala *Transgression – Related Interpersonal Motivation (TRIM)* 18 aitem menjadi 32 aitem. Teori dari Mc Cullough 1998 yang memiliki 3 aspek diantaranya yaitu *avoidance motivation*, *revenge motivation* dan *benevolence motivation*. Total aitem dalam skala ini memiliki 32 aitem yang terdiri dari 16 aitem *favorabel* dan 16 aitem *unfavorabel*.

Tabel 3. Blueprint Skala Forgiveness

No	Aspek	Aitem		Total
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1.	<i>Avoidance Motivation</i>	9,3,5,13,15,21	10,12,2,16,26,18	12
2.	<i>Revenge Motivation</i>	1,17,19,29,25	6,14,20,22,8	10
3.	<i>Benevolence Motivation</i>	7,11,23,31,27	4,28,32,24,30	10
Total		16	16	32

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Uji validitas dalam alat ukur berfungsi untuk menguji sejauh mana skala alat ukur dapat menjalankan fungsi alat ukurnya. Dalam uji validitas mengacu pada aspek ketepatan dan kecermatan hasil pengukuran. Tujuan pengukuran berfungsi mengetahui seberapa banyak aspek psikologis dalam diri seseorang (dalam arti kuantitatif) yang dinyatakan oleh skornya pada instrumen pengukuran yang bersangkutan. Semakin tinggi hasil skor tampak (skor subjek) dan mendekati skor murni berarti semakin tinggi validitas, begitu sebaliknya (Azwar, 2021).

Dalam penelitian ini, uji validitas menggunakan pengujian validitas isi. Uji validitas isi merupakan pengujian aitem alat ukur pada skala dengan menganalisis dan menilai kelayakan tampilan aitem-aitem dengan tujuan menilai kelayakan isi aitem sebagai jabaran dari indikator berperilaku atribut yang diukur. Penilaian dalam validitas isi bersifat kualitatif dan *judge* mental dilaksanakan oleh suatu panel *expert* bukan dari penulis atau perancang alat ukur dalam hal ini melibatkan penilai profesional yaitu dosen pembimbing penulis, sehingga dalam prosedur ini menghasilkan *logical validity* dan seberapa tinggi *experts* dari penilaian kelayakan suatu aitem dapat

diestimasi dan dikuantifikasi yang kemudian dapat dijadikan indikator validitas isi aitem dan validitas isi tes (Azwar, 2021).

2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem bertujuan sebagai pembeda antara satu individu dengan individu lainnya. Uji daya beda aitem dilaksanakan berdasarkan kesesuaian antara fungsi aitem dengan fungsi alat ukur dengan fungsi skala (Azwar, 2021). Kriteria pemilihan aitem berdasar korelasi aitem total, dengan batasan koefisien ≥ 0.30 , sehingga aitem yang hasilnya sama atau lebih dari 0.30 maka dinyatakan memenuhi syarat psikometrik sebagai bagian dari tes. Akan tetapi boleh menurunkan batas koefisien sebesar 0.25 apabila terdapat jumlah aitem yang berdaya beda tinggi tidak mencukupi dan sebagai pertimbangan (Azwar, 2021). Teknik korelasi *product moment* menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 24 yang digunakan dalam proses perhitungan.

3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan seberapa tinggi pengukuran bisa dipercaya, memiliki konsistensi, keterandalan, kestabilan, keajegan, dan sebagainya dalam menghasilkan data yang relatif sama (Azwar, 2021). Koefisien reliabilitas antara 0.0 sampai 1.0 yang memiliki arti bahwa koefisien reliabelnya mendekati satu maka alat ukur dikatakan reliabel. Alat ukur dalam penelitian ini adalah *forgiveness* dan *wounded inner child*. Pengujian reliabilitas menggunakan SPSS versi 24.

F. Teknik Analisa Data

Analisis data yaitu suatu teknik dalam mengolah hasil data dan digunakan untuk menarik kesimpulan (Azwar, 2021). Analisis yang dilakukan dengan cara mengelompokan data sesuai dengan variabel dan jenis responden, selanjutnya tabulasi data dikelompokan sesuai dengan skor variabel, penyajian data berdasarkan yang diteliti oleh peneliti, lalu memperhitungkan data untuk menjawab rumusan masalah. Teknik analisis

data menggunakan analisis *spearman's rho* untuk memperhitungkan dalam menguji hipotesis dan menarik kesimpulan.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Dan Pelaksanaan Penelitian.

1. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian dilaksanakan sebelum melakukan sebuah penelitian untuk menyiapkan hal-hal yang terkait dengan proses penelitian hingga dapat berlangsung secara optimal. Penentuan lokasi penelitian didasarkan pada karakteristik populasi yang merupakan tahapan awal yang perlu dilakukan. Penelitian dilakukan di Universitas Islam Sultan Agung Jl. Kaligawe Raya Km 4, Terboyo Kulon, Kec. Genuk, Kota Semarang, Jawa Tengah.

Universitas Islam Sultan Agung Semarang (UNISSULA) merupakan sebuah perguruan tinggi swasta islam dibawah naungan Yayasan Badan Wakaf Sultan Agung yang bergerak dalam bidang dakwah melalui pendidikan dan pelayanan kesehatan. UNISSULA terletak di Kec. Genuk, Kota Semarang, Jawa Tengah. UNISSULA didirikan pada tanggal 20 Mei 1960 yang disahkan oleh Menteri Perguruan Tinggi dan Ilmu Pengetahuan Republik Indonesia No.74/B.SWT/P/64 tanggal 28 Februari 1964. UNISSULA memiliki beberapa 11 fakultas diantaranya fakultas kedokteran, teknik, hukum, ekonomi, agama islam, teknologi industri, psikologi, bahasa dan komunikasi, ilmu keperawatan, kedokteran gigi, dan keguruan dan ilmu pendidikan.

Pada tahap selanjutnya peneliti melakukan dua tahapan yang pertama melakukan survey serta mengamati permasalahan remaja di kampus UNISSULA dan melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa aktif secara acak mengenai *wounded inner child*, kemudian peneliti meminta data jumlah mahasiswa aktif yang ada di UNISSULA sebagai populasi dan sampel penelitian agar sesuai dengan karakteristik yang telah ditentukan.

Peneliti menentukan UNISSULA sebagai lokasi tempat penelitian berdasarkan beberapa pertimbangan yaitu :

- a. Penelitian mengenai hubungan *forgiveness* dengan *wounded inner child* belum pernah dilakukan di tempat tersebut.
 - b. Lokasi kampus yang jaraknya dekat dengan tempat tinggal akan mempermudah dalam proses perijinan dan menyeimbangkan dengan kemampuan peneliti.
 - c. Jumlah dan karakteristik subjek sesuai dengan syarat yang ada dalam penelitian ini.
 - d. Adanya relasi yang baik dilingkungan kampus terhadap peneliti serta beralmamat sama sebagai mahasiswa aktif UNISSULA.
2. Persiapan Penelitian.

Persiapan penelitian merupakan suatu tahap proses sebagai pendukung dalam kelancaran penelitian serta meminimalisir kesalahan. Adapun persiapan dalam penelitian yaitu diantaranya :

- a. Persiapan Perizinan

Sebelum melakukan penelitian, syarat awal yang harus terpenuhi yaitu melakukan perijinan dengan mengirimkan surat perijinan penelitian dengan nomor surat 1164/C.1/Psi-SA/IX/2023. Penelitian dilakukan di 9 fakultas yang ada di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Peneliti membagi 2 objek penelitian yaitu Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Teknik, Fakultas Teknik Industri, dan Fakultas Hukum sebagai uji skala penelitian atau *try out*. Kemudian di Fakultas Psikologi, Fakultas Agama Islam, Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Ekonomi, dan Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi sebagai objek pelaksanaan penelitian. Pendistribusian surat dilakukan secara bersamaan pada Senin, 18, September 2023 di Tata Usaha Fakultas yang dituju.

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur disusun berdasarkan aspek-aspek yang berada dalam satu variabel. Pada penelitian ini menggunakan skala *forgiveness* dan *wounded inner child*. Penelitian ini menggunakan dua model skala yaitu skala *guttman* dan skala *likert*. Skala *guttman* merupakan skala yang mengungkap jawaban dengan tegas yang didapat dari dua alternatif jawaban “Ya” dan “Tidak” untuk mengungkap suatu permasalahan dari setiap pertanyaan. Pada pilihan jawaban “Ya” memiliki nilai skor 1 sedangkan “Tidak” skor adalah 0. Skala *guttman* digunakan pada variabel *wounded inner child*. Aitem *likert* terdiri dari pernyataan pada variabel *forgiveness* yang isinya sesuai dengan stimulus dari indikator perilaku (*favorabel*) atau yang tidak sesuai dengan perilaku (*unfavorabel*) yang memiliki lima pilihan respon berjenjang (Azwar, 2021). Pada aitem *favorabel* untuk pilihan tiap jawaban berupa sangat setuju (SS) adalah skor 5, setuju (S) skor 4, Netral (N) adalah skor 3, tidak setuju (TS) skor 2 dan sangat tidak setuju (STS) skor 1. Sedangkan pada aitem *unfavorabel* skor pada tiap pilihan jawaban sangat setuju (SS) adalah skor 1, setuju (S) skor 2, tidak setuju (TS) skor 3 dan sangat tidak setuju (STS) skor 4.

1) Skala *Wounded Inner Child*

Skala *wounded inner child (inner child scale)* pada penelitian ini berdasarkan Pachouli 2020 dengan 6 aspek yaitu *behaviour dysfunction, self-sabotage, self defeating behaviours, trauma-related behaviours, childhood attachment issues, dan codependency*. Berikut tabel aitem skala *wounded inner child* :

Tabel 4. Sebaran Skala Aitem *Wounded Inner Child*

No	Aspek	Aitem	Total
1.	<i>Behaviour Dysfunction</i>	8,15,16,23,24,25,31,32,33,34,57	11
2.	<i>Self-sabotage</i>	12,13,17,20,22,27,36,39,40,45	10
3.	<i>Self defeating behaviours</i>	6,7,18,19,26,35,42,46,52,53	10
4.	<i>Trauma-related behaviours</i>	4,5,9,11,28,29,38,58,59,63	10
5.	<i>Childhood attachment issues</i>	30,41,48,49,50,51,54,55,56,60,61,65	12
6.	<i>Codependency</i>	1,2,3,10,14,21,37,43,44,47,62,64	12
Total			65

2) Skala *Forgiveness*

Skala *forgiveness* berdasarkan aspek *forgiveness (Transgression-related Interpersonal Motivation)* yang disusun oleh Cullough 1998 yang memiliki 3 aspek diantaranya yaitu *avoidance motivation, revenge motivation* dan *benevolence motivation*. Berikut tabel skala aitem *forgiveness* :

Tabel 5. Sebaran Skala Aitem *Forgiveness*

No	Aspek	Aitem		Total
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1.	<i>Avoidance Motivation</i>	9,3,5,13,15,21	10,12,2,16,26,18	12
2.	<i>Revenge Motivation</i>	1,17,19,29,25	6,14,20,22,8	10
3.	<i>Benevolence Motivation</i>	7,11,23,31,27	4,28,32,24,30	10
Total		16	16	32

3. Uji Coba Alat Ukur

Pengujian alat ukur atau biasa yang disebut dengan *try out* dilakukan bertujuan untuk mengetahui kelayakan digunakan pada pelaksanaan penelitian. Pengujian alat ukur dilakukan pada tanggal 21-28 September 2023. Pengujian alat ukur dilakukan dengan pengisian *google form* yang

bisa diakses pada link sebagai berikut <https://forms.gle/ZzjdYvGfwxj9t1LG7>.

Peneliti melakukan penyebaran skala dengan menggunakan media sosial *whatsapp*. Skala yang telah terisi kemudian diberikan penilaian sesuai dengan ketentuan dan dianalisis menggunakan SPSS versi 24. Total keseluruhan responden yang didapat dalam uji coba sebanyak 140 responden kemudian diseleksi sesuai kriteria yang ditentukan menjadi 82 responden dan data gugur 58 responden.

a. Uji Daya Beda Dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Aitem dikatakan baik bilamana mampu membedakan individu dengan atribut yang diukur atau tidak. Suatu aitem pada skala dilakukan uji daya beda aitem dan reliabilitas. Menurut Azwar 2007 daya beda aitem yang dianggap tinggi jika memiliki koefisien korelasi aitem >0.30 . sedangkan aitem dengan koefisien korelasi <0.30 masuk dalam kategori berdaya beda rendah. Jika total aitem yang memiliki daya beda tinggi tidak memenuhi dari yang dihendaki maka dapat diturunkan koefisien korelasi menjadi 0.25.

1) Skala *Wounded Inner Child*

Dari hasil uji coba daya beda aitem dari 65 aitem ditemukan 42 aitem dengan daya beda tinggi dan 23 aitem dengan daya beda rendah. Koefisien daya beda tinggi antara 0.252 sampai 0.682. koefisien daya beda rendah antara 0.00 sampai 0.249. Estimasi reliabilitas skala *wounded inner child* menggunakan *alpha cronbach* dari 42 aitem memiliki tingkat nilai 0.892 sehingga dapat disebut reliabel. Rincian daya beda aitem tinggi dan rendah sebagai berikut :

Tabel 6. Sebaran Aitem Berdaya Bada Tinggi Dan Rendah Pada Skala *Wounded Inner Child*

No	Aspek	Aitem	DBT	DBR
1.	<i>Behaviour Dysfunction</i>	8*,15*,16*,23*,24*,25,31*,32*,33*,34,57*	2	9
2.	<i>Self-sabotage</i>	12,13,17*,20,22,27*,36*,39,40,45	7	3
3.	<i>Self defeating behaviours</i>	6,7,18,19*,26,35,42,46,52,53	9	1
4.	<i>Trauma-related behaviours</i>	4*,5*,9,11*,28,29,38*,58,59,63*	5	5
5.	<i>Childhood attachment issues</i>	30,41*,48,49,50,51,54,55,56,60,61,65	11	1
6.	<i>Codependency</i>	1*,2,3,10*,14*,21,37,43,44*,47,62,64	8	4
Total			42	23

*) aitem daya beda rendah

2) Skala *Forgiveness*

Dari hasil uji coba daya beda aitem dari 32 aitem ditemukan dengan daya beda tinggi. Koefisien daya beda tinggi antara 0.283 sampai 0.806. Estimasi reliabilitas skala *forgiveness* menggunakan *alpha cronbach* dari 32 aitem memiliki tingkat nilai 0.951 sehingga dapat disebut reliabel. Rincian daya beda aitem tinggi sebagai berikut :

Tabel 7. Sebaran Aitem Berdaya Bada Tinggi Dan Rendah Pada Skala *Forgiveness*

No	Aspek	Aitem		DBT		DBR	
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	F	UF	F	UF
1.	<i>Avoidance Motivation</i>	9,3,5,13,15,21	10,12,2,16,26,18	6	6	0	0

2.	<i>Revenge Motivation</i>	1,17,19,29,25	6,14,20,22,8	5	5	0	0
3.	<i>Benevolence Motivation</i>	7,11,23,31,27	4,28,32,24,30	5	5	0	0
Total				16	16	0	0

b. Penomoran Ulang

1) Skala *Wounded Inner Child*

Setelah melakukan uji daya beda aitem tahap selanjutnya yaitu menyusun aitem dengan nomor baru. Aitem dengan daya beda rendah dihapus sedangkan aitem dengan daya beda tinggi selanjutnya digunakan untuk penelitian. Berikut ini susunan penomoran aitem baru pada skala *wounded inner child* :

Tabel 8. Penomoran Ulang Skala *Wounded Inner Child*

No	Aspek	Aitem	Total
1.	<i>Behaviour Dysfunction</i>	25(12), 34(17)	2
2.	<i>Self-sabotage</i>	12(6),13(7),20(9),22(11),39(20),40(21),45(24)	7
3.	<i>Self defeating behaviours</i>	6(3),7(4),18(8),26(13),35(18),42(22),46(25),52(31),53(32)	9
4.	<i>Trauma-related behaviours</i>	9(5),28(14),29(15),58(36),59(37)	5
5.	<i>Childhood attachment issues</i>	30(16),48(27),49(28),50(29),51(30),54(33),55(34),56(35),60(38),61(39),65(42)	11
6.	<i>Codependency</i>	2(1),3(2),21(10),37(19),43(23),47(26),62(40),64(41)	8
Total			42

(...) : nomor aitem baru atau nomor aitem pada skala penelitian.

2) Skala *Forgiveness*

Setelah melakukan uji daya beda aitem tahap selanjutnya yaitu menyusun aitem dengan nomor baru. Aitem dengan daya beda

rendah dihapus sedangkan aitem dengan daya beda tinggi selanjutnya digunakan untuk penelitian. Pada skala *forgiveness* tidak ada aitem yang dihapus atau tidak dilakukan penomoran ulang karena memiliki daya beda aitem tinggi. Berikut ini susunan aitem skala *forgiveness* :

Tabel 9. Penomoran Tetap Skala *Forgiveness*

No	Aspek	Aitem		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	<i>Avoidance</i>	9,3,5,13,15,	10,12,2,16,26	12
	<i>Motivation</i>	21	,18	
2.	<i>Revenge</i>	1,17,19,29,2	6,14,20,22,8	10
	<i>Motivation</i>	5		
3.	<i>Benevolence</i>	7,11,23,31,2	4,28,32,24,30	10
	<i>Motivation</i>	7		
Total		16	16	32

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan dari tanggal 20 Oktober 2023 sampai 27 Oktober 2023. Penyebaran kuesioner skala penelitian menggunakan *google form* dengan link : <https://forms.gle/fuXPfJofmGwh8X6M6>. Penyebaran skala dilakukan dengan cara melalui menghubungi ketua kelas setiap fakultas dan prodi masing – masing pada angkatan 2020 sampai 2023 Universitas Islam Sultan Agung Semarang melalui *whatsapp*. Penelitian ini menggunakan teknik *insidental sampling*. *Insidental sampling* merupakan pengambilan data berdasarkan kebetulan atau bila dipandang cocok dengan sumber data dan sesuai kriteria yang dicari oleh peneliti (Sugiyono, 2013). Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif dari antar fakultas yang ada di Universitas Islam Sultan Agung Semarang yaitu Fakultas Psikologi, Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Ekonomi, Fakultas Agama Islam, dan Fakultas Bahasa Dan Ilmu Komunikasi pada angkatan 2020 sampai 2023 dengan jumlah total 195 responden kemudian diseleksi sesuai kriteria yang ditentukan menjadi 159 responden dan gugur 36 responden. Berikut rincian data demografi :

Tabel 10. Data Demografi Penelitian

Karakteristik		Frekuensi	Persentase	Total
1. Memiliki masalah interaksi dengan orang tua saya	Ya	131	13.7%	159
	Tidak	28	64.2%	
2. Memiliki kisah masa kecil yang kurang menyenangkan	Ya	127	62.3%	159
	Tidak	32	15.7%	
3. Ada rasa trauma.	Ya	115	56.4%	159
	Tidak	44	21.6%	
Jenis Kelamin	Laki – laki	28	13.7%	159
	Perempuan	131	64.2%	
Usia	18 tahun	26	12.7%	159
	19 tahun	32	15.7%	
	20 tahun	49	24.0%	
	21 tahun	52	25.5%	
Fakultas	Psikologi	36	17.6%	159
	Bahasa dan Ilmu Komunikasi	38	18.6%	
	Agama Islam	15	7.4%	
	Ekonomi Ilmu Keperawatan	23	11.3%	
		47	23.0%	
Angkatan	2020	34	16.7%	159
	2021	53	26.0%	
	2022	40	19.6%	
	2023	32	15.7%	

C. Analisis Data Dan Hasil Penelitian.

Analisis dilakukan apabila sudah terkumpul maka selanjutnya dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linieritas agar dapat memenuhi asumsi dasar teknik korelasi, setelah itu dilakukan uji hipotesis dan uji deskripsif untuk melihat gambaran kelompok subjek yang dikenai penelitian.

1. Uji Asumsi

Proses uji asumsi dilakukan untuk pengujian normalitas dan linieritas terhadap data penelitian yang telah diperoleh sebelumnya. Peneliti

menggunakan program komputer berupa SPSS versi 24 untuk melakukan pengujian data.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk memeriksa apakah data yang terhimpun pada tiap variabel penelitian terdistribusi dengan normal atau tidaknya. Pada pengujian normalitas ini memakai teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Berdasarkan hasil pengujian normalitas yang telah dilakukan didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 11. Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov Test* Variabel *Wounded Inner Child* Dan *Forgiveness*

Variabel	Std. Dev	Statistik	Sig	Ket
<i>Wounded inner child</i>	8.597	0.93	0.002	Tidak Normal
<i>Forgiveness</i>	15.776	0.83	0.010	Tidak Normal

Langkah uji normalitas memakai teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* menggunakan SPSS versi 24. Hasil normalitas pada data *wounded inner child* memperoleh hasil nilai 0.002 ($p < 0.05$) yang berarti data terdistribusi tidak normal. Selanjutnya pada data *forgiveness* memperoleh nilai 0.010 ($p < 0.05$) yang berarti data terdistribusi tidak normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan bertujuan untuk melihat ada hubungan tidaknya antar variabel dalam penelitian. Teknik yang dilakukan dalam penelitian ini untuk menguji linieritas menggunakan nilai *sig. Deviation from linearity* SPSS versi 24. Adapun hasil memperlihatkan dari uji linieritas memperoleh nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), maka hasilnya dinyatakan ada hubungan linier antara *wounded inner child* dan *forgiveness*.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menyatakan ada tidaknya hubungan antara *wounded inner child* dengan *forgiveness* pada remaja. Metode yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan metode *Spearman's Rho*. Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan memperoleh hasil dengan nilai $r_{xy} = -0.351$ dengan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Berdasarkan hasil pengujian tersebut dapat diketahui terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *wounded inner child* dengan *forgiveness* pada remaja. Jadi dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *wounded inner child* maka semakin rendah *forgiveness* pada remaja begitu sebaliknya semakin tinggi *forgiveness* pada remaja maka semakin rendah *wounded inner child* pada remaja.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi variabel digunakan sebagai gambaran tentang subjek penelitian yang diperoleh dari kelompok variabel yang diteliti. Kategori subjek menggunakan kategorisasi normal yang berkaitan dengan pembagian atau pengelompokan subjek berdasarkan kelompok yang bertingkat terhadap variabel yang diungkap.

Tabel 12. Norma Kategori Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma < X \leq \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma < X \leq \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma < X \leq \mu - 0.5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1.5 \sigma$	Sangat Rendah

$\mu = \text{Mean hipotetik}, \sigma = \text{Standar deviasi hipotetik}$

1. Deskripsi Data Skor *Wounded Inner Child*

Skala *wounded inner child* terdiri dari 42 aitem dengan rentang skor berkisar 0 sampai 1. Skor minimum subjek yang diperoleh yaitu 0 (42×0) dan skor maksimum memiliki skor 42 (42×1), sedangkan rentang skor skala yang didapat memperoleh 42 ($42-0$). Nilai standar deviasi diperoleh 7 dari $\{(42-0) / 6\}$, kemudian mean hipotetik memperoleh skor sebesar 21 $\{(42 + 0) / 2\}$. Berdasarkan hasil penelitian, deskripsi skor skala *wounded inner child* diperoleh skor empirik minimum sebesar 4, skor empirik maksimum sebesar 42, mean empirik sebesar 25.06, dan standar deviasi sebesar 8.597.

Tabel 13. Deskripsi Skor Skala *Wounded Inner Child*

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	4	1
Skor Maksimal	42	42
Mean (M)	25.06	21
Standar Deviasi	8.597	7

Berdasarkan dari tabel diatas, skala *wounded inner child* memiliki mean empirik sebesar 25.06 nilai tersebut lebih besar dari nilai mean hipotetik 21 ($25.06 > 21$) yang dapat diartikan memiliki kategori tinggi.

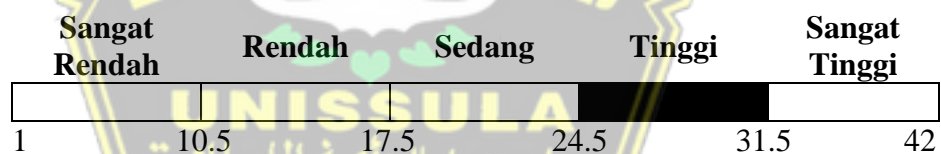
Berdasarkan kategorisasi norma variabel *wounded inner child* data tersebut mengacu pada :

Tabel 14. Norma Kategorisasi Skala *Wounded Inner Child*

Kategori	Norma	Jumlah	Presentase
Sangat Tinggi	$31.5 < X$	42	26.4 %
Tinggi	$24.5 < X \leq 31.5$	49	30.8 %
Sedang	$17.5 < X \leq 24.5$	33	20.8 %
Rendah	$10.5 < X \leq 17.5$	28	17.6 %
Sangat Rendah	$X \leq 10.5$	7	4.4 %
Total		159	100 %

Tabel norma kategorisasi skala *wounded inner child* diatas dapat diuraikan mahasiswa yang termasuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 42 (26.4%), kategori tinggi dengan jumlah mahasiswa 49 (30.8%), kategori sedang dengan jumlah mahasiswa 33 (20.8%), kategori rendah dengan jumlah mahasiswa 28 (17.6%), dan sangat rendah dengan jumlah mahasiswa 7 (4.4%). Jadi dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam data hasil penelitian memiliki nilai rata – rata *wounded inner child* dengan kategori tinggi.

Hal ini dapat terperinci dalam gambar norma *wounded inner child* sebagai berikut :



2. Deskripsi Data Skor *Forgiveness*

Skala *forgiveness* terdiri dari 32 aitem dengan rentang skor berkisar 1 sampai 4. Skor minimum subjek yang diperoleh yaitu 32 (32×1) dan skor maksimum memiliki skor 128 (32×4), sedangkan rentang skor skala yang didapat memperoleh 96 ($128-32$). Nilai standar deviasi diperoleh 16 dari $\{(128-32) / 6\}$, kemudian mean hipotetik memperoleh skor sebesar 80 $\{(128 + 32) / 2\}$. Berdasarkan hasil penelitian deskripsi skor skala *forgiveness* diperoleh skor empirik minimum sebesar 40, skor empirik maksimum sebesar 124, mean empirik sebesar 90.48, dan standar deviasi sebesar 15.776.

Tabel 15. Deskripsi Skor Skala *Forgiveness*

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	40	32
Skor Maksimal	124	128
<i>Mean</i> (M)	90.48	80
Standar Deviasi	15.776	16

Berdasarkan dari tabel diatas, skala *forgiveness* memiliki mean empirik sebesar 90.48 nilai tersebut lebih besar dari nilai mean hipotetik 80 ($90.48 > 80$) yang dapat diartikan memiliki kategori tinggi.

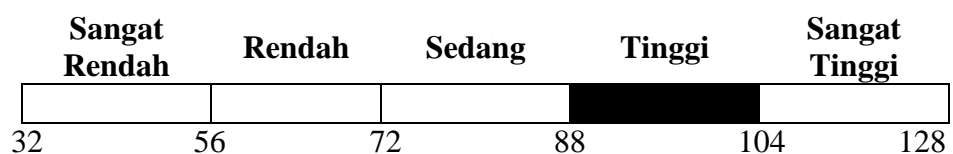
Berdasarkan kategorisasi norma variabel *forgiveness* data tersebut mengacu pada :

Tabel 16. Norma Kategorisasi Skala *Forgiveness*

Kategori	Norma	Jumlah	Presentase
Sangat Tinggi	$104 < X$	31	19.5 %
Tinggi	$88 < X \leq 104$	63	39.6 %
Sedang	$72 < X \leq 88$	44	27.7 %
Rendah	$56 < X \leq 72$	15	9.4 %
Sangat Rendah	$X \leq 56$	6	3.8 %
Total		159	100%

Tabel norma kategorisasi skala *forgiveness* diatas dapat diuraikan mahasiswa yang termasuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 31 (19.5%), kategori tinggi dengan jumlah mahasiswa 63 (39.6%), kategori sedang dengan jumlah mahasiswa 44 (27.7%), kategori rendah dengan jumlah mahasiswa 15 (9.4%), dan sangat rendah dengan jumlah mahasiswa 6 (3.8%). Jadi dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian memiliki nilai rata – rata *forgiveness* dengan kategori tinggi.

Hal ini dapat terperinci dalam gambar norma *forgiveness* sebagai berikut :



E. Pembahasan

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *wounded inner child* dengan *forgiveness* pada remaja. Berdasarkan hasil uji *spearman's rho* diperoleh koefisien korelasi r_{xy} dengan hasil -0.351 dengan taraf signifikansi 0.000 ($p < 0.01$). Hasil dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan ada korelasi negatif yang signifikan antara *wounded inner child* dengan *forgiveness* pada remaja sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *wounded inner child* pada remaja maka akan semakin rendah *forgiveness* pada remaja, begitu sebaliknya semakin rendah *wounded inner child* pada remaja maka akan semakin tinggi *forgiveness* pada remaja. Diamond (2008) mengemukakan, mayoritas seseorang untuk menjadi dewasa bergantung pada pengakuan, penerimaan, tanggung jawab untuk mencintai dan pengasuhan batiniah namun pada diri seseorang dengan *inner child* kedewasaan tersebut telah ditolak, diabaikan, diremehkan dan ditinggalkan sehingga usia bertambah secara psikologisnya masih dibebani dengan masalah emosional dimasa sebelumnya.

Seorang anak dengan *wounded inner child* akan sulit untuk memaafkan diri sendiri dan memaafkan orang lain. Remaja akan menyalahkan keadaan sementara yang timbul dalam dirinya adalah ego yang tidak bisa terkontrol. Mungkin bagi sebagian orang memaafkan dianggap memaklumi serta menerima secara penuh kesadaran mudah untuk dilakukan namun bagi orang yang mengalami *wounded inner child* kurang adanya kesadaran untuk menerima orang lain. Individu tersebut tidak bisa mengikhlaskan secara penuh atau terjebak dalam keadaan keterpaksaan. Semakin tinggi intensitas *wounded inner child* maka akan semakin terlihat perilaku dan kepribadiannya seperti halnya mudah emosi, depresi, memiliki pemikiran yang negatif terhadap sosial, ingin diakui maupun menghindari dari lingkungan. Menurut Whitfield (1987) adanya *wounded inner child* tidak melulu tentang kesalahan masa lalu saja namun juga sebagai bahan evaluasi dan menyeimbangkan sesuatu untuk memaknai sesuatu. Maka dari itu langkah yang dapat dilakukan

dengan melatih perilaku baru *forgiveness* (pemaafan). Dengan pemaafan dapat memberikan pemaknaan dalam hidup. Remaja yang mampu memaafkan dirinya sendiri, memaafkan orang lain, dan berdamai dengan situasi yang buruk dapat menunjukkan mampu merencanakan, mengarahkan, mengatur emosi, pikiran dan perilaku secara positif hingga mendapatkan rasa kebahagiaan dan kepuasan hidup dimasa yang akan datang (Razkia, 2021). Dengan cara memaafkan akan menunjang kualitas hidup serta mendukung tugas perkembangan selanjutnya dan sebagai pemegang kendali intensitas *wounded inner child* dalam diri remaja. *Forgiveness* bagi remaja disikapi seperti merendahkan diri dan terbentengi oleh ego maka dari itu perlu kesadaran dan pendampingan dalam prosesnya. Sebagaimana untuk berdamai dengan *wounded inner child* untuk memperbaiki masa lalunya dan memiliki harapan yang positif dikemudian hari dengan cara mampu percaya diri serta meninggalkan reaksi sikap atau perilaku yang kekanak-kanakan dalam penyesuaian diri (Putro, 2017).

Uraian dari hasil penelitian ini telah mengungkap bahwa *wounded inner child* pada remaja dalam kategori tinggi. Tingginya *wounded inner child* terjadi karena adanya kurang kesadaran dari lingkungan tentang bagaimana penerimaan individu dengan *inner child* yang terluka kemudian adanya faktor pengabaian sehingga dapat memperburuk keadaan atau permasalahan perkembangan psikis yang dialami seseorang. *Wounded inner child* terjadi karena adanya trauma masa kanak – kanak, dimana kebutuhan anak tidak terpenuhi yang membuat hancurnya rasa aman dan menyebabkan ketakutan atau terlalu waspada. Di masa dewasa *inner child* yang terluka tidak akan pernah hilang dan dunia menjadi tempat yang mengerikan atau bahaya yang mudah membuat merasa terancam serta orang lain tanpa sadar dapat menekannya. Pengalaman masa kecil di masa lalu dapat berdampak buruk pada masa kini. Batin anak pada diri setiap orang merupakan inti kepribadian yang telah dibentuk oleh arahan bagaimana bersikap agar dicintai yang diterima seseorang pada masa kanak-kanak. Pengalaman menyakitkan dan

kurangnya pengasuhan dalam keluarga yang disfungsi melukai batin anak dan mempengaruhi kehidupan dimasa dewasa (Kneisl, 1991).

Hal ini juga diungkap bahwa *forgiveness* pada remaja dalam kategori tinggi yang dapat memiliki arti bahwa remaja dapat mengontrol emosinya namun yang perlu menjadi catatan adalah tidak semua remaja memiliki perilaku atau sifat untuk pemaafan. Remaja hanya cenderung berusaha sendiri untuk menerima namun jikalau remaja atau individu tersebut tidak mendapat pengakuan atau penerimaan dilingkungannya termasuk khususnya keluarga (orang tua) maka remaja tersebut memiliki *wounded inner child* yang terpendam selama hidupnya dan memberikan pengaruh kesehatan mental, perilaku dan pengambilan keputusan. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa jumlah remaja wanita dengan *wounded inner child* lebih tinggi dari pada laki – laki yaitu jumlah wanita 131 dan laki laki berjumlah 28. *Forgiveness* dapat sebagai kontroling atau pendampingan penanganan terhadap *wounded inner child*. Cullough (2000) Pemaafan bersifat prososial, dan perubahan memiliki motivasi yang lebih kecil untuk menghindari rasa sakit dan pembalasan, dan untuk menjaga hubungan baik dengan orang lain. Pemaafan dapat meningkatkan kesinambungan interpersonal dengan memperbaiki gangguan dalam interaksi sosial. Hal ini juga didukung dengan penelitian Susanto dan Hartini (2022) dengan 114 subjek yang menunjukkan bahwa dengan *forgiveness* dapat meningkatkan kebahagiaan pada remaja.

Berikut merupakan deskripsi variabel *wounded inner child* dan *forgiveness*. Deskripsi skor skala *wounded inner child* dalam penelitian ini memiliki kategori tinggi. Didapatkan hasil berupa mean empirik 25.06 dan mean hipotetik 21 sehingga dapat diketahui bahwa *wounded inner child* pada remaja adalah tinggi. Kemudian pada variabel *forgiveness* dihasilkan mean empirik 90.48 dan mean hipotetik 80 yang memiliki kategori tinggi. Hasil dari uji korelasi antara variabel *wounded inner child* dengan *forgiveness* memperoleh hasil signifikansi $0.000 < 0.01$ maka terdapat hubungan yang signifikan *wounded inner child* dengan *forgiveness* pada remaja. Nilai -0.351 menunjukkan adanya hubungan negatif yang memiliki arti semakin tinggi

wounded inner child pada remaja maka akan semakin rendah *forgiveness* pada remaja. Begitu sebaliknya semakin rendah *wounded inner child* pada remaja maka akan semakin tinggi *forgiveness* pada remaja.

F. Kelemahan Penelitian

Dalam dilakukannya proses penelitian terdapat kendala dan kekurangan yaitu diantaranya :

1. Minimnya pengawasan dalam proses pengisian skala dari responden karena melalui pengisian link sebaran *google form* yang disebarakan melalui via chatting *whatsapp*. Luasnya lingkup penyebaran ada sebagian dari mahasiswa tidak membalas atau membuka isi pesan chat peneliti.
2. Perlunya dilakukan *screening* data agar mendapatkan responden sesuai yang diharapkan.
3. Penyebaran skala seharusnya pada 11 fakultas yang berada di Universitas Islam Sultang Agung Semarang namun yang terpakai hanya 9 fakultas dan 2 fakultas memiliki kendala dalam proses administrasi.
4. Terbatasnya referensi mengenai penelitian *wounded inner child* atau cenderung masih baru dan awam untuk dilakukan penelitian.
5. Jumlah data responden dibawah 200 sehingga menyebabkan hasil signifikansi normalitas tidak normal atau > 0.05 serta subjek penelitian melakukan *faking good*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan negatif antara *wounded inner child* dengan *forgiveness* pada remaja. Semakin tinggi *wounded inner child* pada remaja maka semakin rendah *forgiveness* pada remaja. Sebaliknya semakin rendah *wounded inner child* pada remaja maka semakin tinggi *forgiveness* pada remaja.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Kepada remaja disarankan untuk mempertahankan *forgiveness* yang tinggi dengan cara mengatur emosi atau hilangkan prasangka buruk kepada siapapun khususnya terhadap orang tua. Memanfaatkan emosional yang positif dapat menurunkan motivasi untuk membalas terhadap suatu perilaku, menurunkan motivasi untuk menghindari pelaku, dan termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku. Sayangi orang tua dengan dekatkan diri serta memberi cinta kepada orang tua sehingga orang tua akan memahami bagaimana cinta dari seorang anak yang menjadikan terjalin relasi lebih baik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi para peneliti selanjutnya alangkah baiknya ketika hendak melakukan penelitian yang sama kiranya dapat memperhatikan referensi yang digunakan termasuk sasaran subjek agar tidak terjadi bias.

DAFTAR PUSTAKA

- Alentina, Catya. (2016). Memaafkan (Forgiveness) Dalam Konflik Hubungan Persahabatan. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9, 168-174.
- Alex M. Wooda, S. J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the Big Five facets. *Personality and Individual Differences*, 46, 443–447.
- Allen, J. G. (2008). *Coping With Trauma Hope : Thought Understanding*. America: American Psychiatric Pub.
- Astriwi, C. (2022). Memulihkan Luka (Inner Child) Dengan Konseling Individu Media Auto Audibiografi Di SMPN 3 Leuwiliang Bogor. *Penguatan Keilmuan Konseling Sebagai Solusi Ketahanan Keluarga Muslim*, 163-190.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 3*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berna Detta, S. M. (2017). Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home. *InSight*, 71-86.
- Bradshaw, J. (1992). *Home Coming Reclaiming And Championing Your Inner Child*. New York: Bantam Book.
- Christian, S. (2012). Menyembuhkan Luka Batin Dengan Pemaafan. *Humaniora*, 3, 581-592.
- Diamond, Stephen A. (2008, Juni 7). *Essential Secrets of Psychotherapy: The Inner Child*. Retrieved September Jumat, 2023, from Psychology Today: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/evil-deeds/200806/essential-secrets-psychotherapy-the-inner-child>
- Donald A. Price, P. (1996). Inner Child Work : What Is Really Happening ? *Dissociation*, 9, 68-73.
- Dwita Razkia, A. S. (2021). Menemukan Makna Hidup dengan Forgiveness Studi pada Siswa Binaan Remaja di Lembaga Pemasarakat Anak Pekanbaru. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 107-115.
- Eka dan Mubayinatul Lafdiyah. (2023, Januari). Konsep Al-Ba'ah bagi Penderita Luka Batin Masa Kecil/Wounded Inner Child menurut Fikih Munakahat Mazhab Syafi'i. *Jurnal Kajian Hukum Keluarga*, 2, 37-48.
- Elia Firda Mufidah, R. S. (2020). Inner Child : Dalam Pandangan Konseling Analisis Transaksional. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 76-83.
- Everett L. Worthington, J. (2006). *Forgiveness and Reconciliation*. London: Routledge.

- Gaba, S. (2020). *Carrying a Wounded Inner Child Into Your Relationships*. Retrieved from Psychology Today: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/addiction-and-recovery/202012/carrying-wounded-inner-child-your-relationships>
- Gade, F. (2012). Ibu Sebagai Madrasah Dalam Pendidikan Anak. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 8, 31-40.
- Jailani, M. Syahrani. (2014). Teori Pendidikan Keluarga Dan Tanggung Jawab Orang Tua dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Islam*, 245-260.
- Jarred W. Youngger, R. L. (2004). Dimensions Of Forgiveness : The Views Of Laypersons. *Journal Of Social And Personal Relationship*, 21, 837-855.
- Jeffrey G Murphy, J. H. (2002). *Forgiveness And Mercy*. Melbourne: The Press Syndicate Of The University Of Cambridge.
- Karahan, A. S. (2023). A Review on Interventions for Forgiveness. *Psikiyatride Guncel Yaklasımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 2, 356-369.
- Kneisl, C. R. (1991). *Healing the Wounded Neglected Inner Child of the Past*. America: Nursing Clinics of North America.
- Laela Minatul Nur dan Umi Rohmah. (2021). Keterkaitan Pola Asuh Dengan Inner Child Pada Tumbuh Kembang Anak. *Pengembangan Potensi Anak Usia Dini*, 40-51.
- Leigh Mc Cullough, N. K. (2003). *Treating Affect Phobia*. London: The Guilford Press.
- Michael J. Minzenberg, J. H. (2008). A neurocognitive model of borderline personality disorder: Effects of childhood sexual abuse and relationship to adult social attachment disturbance. *Development and Psychopathology*, Vol 20, 341-368.
- Muhammad Awwad, E. A. (2021). Mengatasi Trauma Pada Anak Melalui Terapi Inner Child Dan Terapi Dzikir. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 69-90.
- Murni, S. (2017). Optimalisasi Pengawasan Orang Tua Terhadap Bahaya Pelecehan Seksual Pada Anak Di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 5, 152-156.
- Nashori. (2012). *Pemaafan Pada Etnis Jawa: Pengaruh Religiositas Dan Keterikatan Interpersonal Terhadap Pemaafan Melalui Perantara sifat Kebersetujuan Dan Sifat Neurotisme (studi pada warga kota yogyakarta)*. Bandung: Program Doktor Universitas Padjadjaran.

- Nashori, F. (2011). Meningkatkan Kualitas Hidup Dengan Pemaafan. *Unisia*, 33, 214-226.
- Paul Dolan, R. L. (2011). Measuring Subjective Well Being For Public Policy : Rekomendatio Of Measures. *Special Paper*, 3 :1257.
- Puspytasari, H. H. (2022). Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter Bagi Anak. *Jurnal Pendidikan Islam*, 6, 1-10.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 25-32.
- Rakhmawati, I. (2015). Peran Keluarga Dalam Pengasuhan Anak. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6, 1-18.
- Riliv. (2022, Sesember 19). *Anak Kurang Kasih Sayang, Ini Dampaknya Pada Psikologis Anak*. Retrieved Desember 6, 2023, from Riliv Story: <https://riliv.co/rilivstory/anak-kurang-kasih-sayang/>
- Rita Sri Yuniadjeng Susanto, N. H. (2022). Hubungan Antara Pemaafan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Bercerai. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan*, 1, 141-148.
- Robert D. Enright, J. J. (2020). Measuring Intergroup Forgiveness: The Enright Group Forgiveness Inventory. *Peace and Conflict Studies*, 27, 1-29.
- Sandy Kartasasmita, V. C. (2023). Hubungan Antara Peter Pan Syndrome Dan Persepsi Terhadap Inner Child Pada Dewasa Muda. *Jurnal Psikologi Konseling*, 166-172.
- Setyowati, Y. (2005). Pola Komunikasi Keluarga dan Perkembangan Emosi Anak (Studi Kasus Penerapan Pola Komunikasi Keluarga dan Pengaruhnya terhadap Perkembangan Emosi Anak pada Keluarga Jawa). *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 67-78.
- Sieff, D. (2008). Unlocking the Secrets of the Wounded Psyche: Interview with Donald Kalsched. *Psychological Perspective*, 51, 190–207.
- Sindy Elbahani Syahputri, R. N. (2021). Hubungan Antara Komitmen Dengan Forgiveness Dalam Menghadapi Konflik Pada Dewasa Muda Yang Menjalin Hubungan Jarak Jauh. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 142-153.
- Siregar, C. (2012). Menyembuhkan Luka Batin Dengan Memaafkan. *Humaniora*, 581-592.
- Sjoblom, M. (2020). *Health Promotion Through The Lifepan-The Phenomenon Of The Inner Child Reflected In Childhood Events Experienced By Children, Adults And Older Persons*. Sweden: Lulea University Of Technology.

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surianti. (2022). Inner Child: Memahami dan Mengatasi Luka MasaKecil. *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 8-18.
- Yoseph, P. (2022). Forgiveness Therapy Sebagai Salah Satu Intervensi Terapiutik Dalam Konseling. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 7, 99-106.
- Yuhanda Safitri, N. E. (2013). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Depresi Remaja Di SMK 10 November Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11-17.

