

Studi Literatur Review Pengaruh *Forgiveness* Pada Korban *Bullying*

Fitri Feliana,¹ Saifuddin Azwar,² Muhammad Chirzin,³ Fitriah Suud⁴

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

*Email: *fitri.feliana.psc20@mail.umy.ac.id*

ABSTRAK

Permasalahan *bullying* dari tahun ke tahun menjadikan isu global di beberapa negara termasuk Indonesia. perilaku *bullying* membawa banyak dampak negatif bagi pihak yang terlibat, terutama korbannya. Indonesia merupakan mayoritas masyarakat muslim yang memiliki pedoman dan aturan kehidupan yang terdapat dalam kalam Allah Swt Al-Qur'an dan As-Sunnah. Artikel ini bertujuan menjelaskan pengaruh *pemaafan* terhadap korban *intimidasi*. Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah *literature review*. Kesimpulan artikel ini menunjukkan bahwa: 1) *Kasih sayang* memiliki pengaruh positif bagi peningkatan harga diri korban *bullying*; 2) *Pengampunan* memiliki potensi untuk mengurangi respon balas dendam pada korban *bullying*; 3) *Forgiveness* menjadi kunci penting untuk meningkatkan *ketahanan* korban *bullying* agar korban *bullying* tidak rentan terhadap gangguan mental; 4) *Forgiveness* disarankan sebagai respon *coping* yang efektif untuk memperbaiki agresivitas afeksi dari korban *bullying*; 5) *Forgiveness* secara jangka panjang dapat memberikan keseimbangan dan manfaat positif bagi korban *bullying*.

Kata Kunci : Bullying, Pemaafan, Korban Bullying

ABSTRACT

The problem of bullying from year to year makes a global issue in several countries, including Indonesia. Bullying behavior brings a banyak negative impact on the parties involved, especially the victims. Indonesia is a Muslim-majority society that has guidelines and rules of life contained in Allah Almighty the Qur'an and As sunnah. This article aims to explain the effect of forgiveness on victims of bullying. The method used inwriting this artik el is literature review. The conclusions of this article show that: 1) Forgiveness has a positive influence on improving the self-esteem of victims of bullying; 2) Forgiveness has the potential to reduce the response of revenge in victims of bullying; 3) Forgiveness is an important key to increasing the resilience of bullying victims so that victims of bullying are not susceptible to mental disorders; 4) Forgiveness is suggested as an effective coping response to correcting the aggressiveness of affection of the victim of bullying; 5) Long-term forgiveness can provide balance and positive benefits for victims of bullying.

Keywords: Bullying, Forgiveness, Bullying Victims

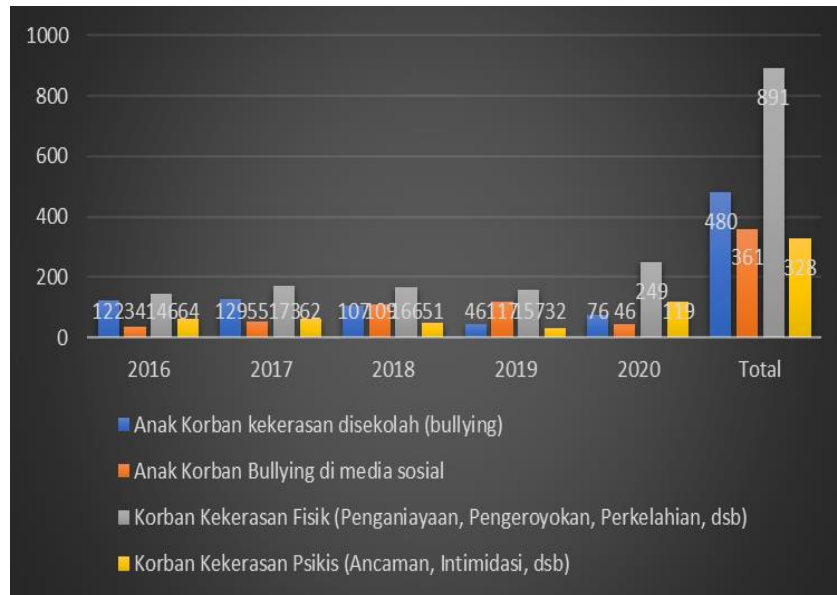
A. PENDAHULUAN

Perilaku *bullying* dipandang sebagai bentuk kekerasan di sekolah yang cukup serius di banyak negara, termasuk di Indonesia. *Bullying* didefinisikan sebagai tindakan agresif yang dilakukan secara berulang kali oleh seseorang atau sekelompok orang karena adanya permusuhan antara pihak yang terlibat (Wang et al., 2014). *Bullying* juga didefinisikan sebagai suatu serangan emosional, verbal, dan fisik yang terjadi berulang kali terhadap satu orang atau sekelompok orang yang rentan dan tidak mampu membela diri (Goldbaum et al., 2003). *Bullying* adalah persoalan penting yang perlu ditangani secara serius, di lingkungan sekolah. *Bullying* masih terus terjadi bahkan cenderung diwariskan kepada siswa baru dan sering muncul dalam berbagai bentuk. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat menyenangkan dan tempat menuntut ilmu berubah menjadi tempat yang cukup mengancam kesehatan psikis bahkan kesehatan fisik. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat mencari kawan berubah menjadi tempat mencari lawan (Fitriani & Widiningsih, 2020).

Data hasil survei tahun 2013-2014 di lima negara Asia (Vietnam, Kamboja, Nepal, Pakistan dan Indonesia) yang dilakukan *International Center for Research on Women* (ICRW) turut memperkuat intensitas terjadinya *bullying* di sekolah. Hasil survei tersebut menyatakan bahwa sebanyak 84% siswa di Indonesia mengalami kekerasan di sekolah. Dibandingkan dengan Negara lain di kawasan Asia hanya 70%, Indonesia menduduki proporsi tertinggi dalam kasus kekerasan dan memasuki tahap yang memprihatinkan serta membutuhkan perhatian khusus terkait kekerasan yang terjadi di sekolah (Bhatla et al., 2015).

Sejalan dengan Tata *Organization for Economic Co-operation and Development* (OECD) pada 2018 menunjukkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan angka korban *bullying* tertinggi kelima di dunia. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak mencatat sepanjang tahun 2021 terdapat sekitar 11.952 kasus kekerasan anak yang tercatat oleh Sistem Informasi *Online* Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni). Kekerasan remaja terjadi pada kalangan anak-anak dan dewasa muda yang berusia 10 - 29 tahun. Kekerasan yang paling sering terjadi seperti plonco pada orientasi siswa baru, termasuk perilaku *bullying* dan agresivitas fisik menggunakan atau tanpa senjata (misalnya pisau, penggaris besi, pulpen dan lainnya), serta dimungkinkan melibatkan kekerasan antar kelompok/geng (Oktaviana, 2020).

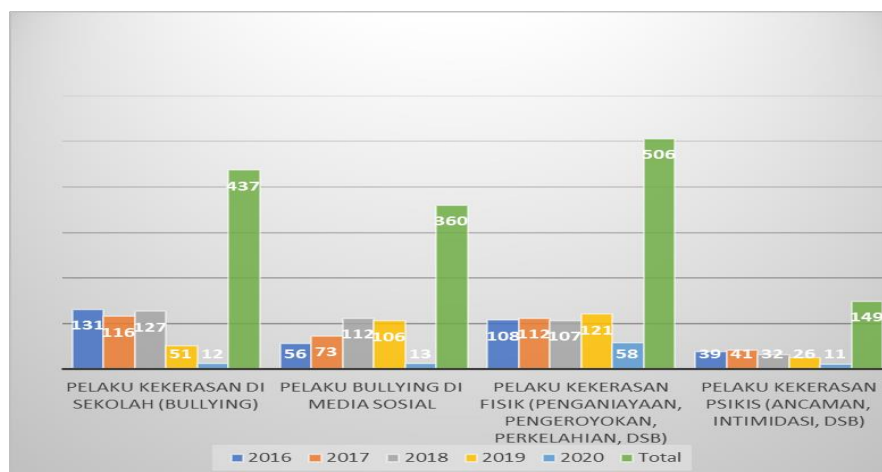
Selanjutnya lebih rinci data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dari tahun 2016-2020 kasus pengaduan anak berdasarkan klaster *bullying* dalam gambar adalah :



Gambar 1. korban *Serangan fisik* , psikis dan *cyber*

Sumber . Data KPAI 2016-2020

Dari grafik gambar 1 korban *bullying* fisik, psikis dan *cyberbullying* yang terjadi di sekolah berdasarkan data KPAI tahun 2016-2020 didapatkan korban *bullying* di sekolah 480 kasus, korban *cyberbullying* (media sosial) 361 kasus, korban *bullying* fisik (penganiayaan, pengeroyokan, perkelahian, dll) 891 kasus dan korban kekerasan psikis (ancaman, intimidasi, pengucilan) 328 kasus.



Gambar 2. Pelaku *Bullying fisik* , psikis dan *cyber*

Sumber . Data KPAI 2016-2020

Dari grafik gambar 2 pelaku *bullying* fisik, psikis dan *cyberbullying* yang terjadi di sekolah berdasarkan data KPAI dari tahun 2016-2020 pelaku *bullying* di sekolah 437 kasus, pelaku *cyberbullying* (media sosial) 360 kasus, pelaku *bullying* fisik (penganiayaan, pengeroyokan, perkelahian , dll) 506 kasus dan pelaku kekerasan psikis (ancaman, intimidasi, pengucilan) 149 kasus.

Berdasarkan data yang diperoleh dari KPAI bahwa dalam kurun waktu empat tahun terakhir didapatkan pelaku dan korban *bullying* fisik, psikis dan *cyberbullying* yang terjadi di sekolah. Penulis lebih fokus pada korban *bullying* psikososial karena di dukung dengan pernyataan wakil ketua KPAI (2020) bahwa jumlah korban kekerasan pada anak meningkat 3,7 kali lipat dibanding tahun 2019 dari 32 kasus menjadi 119. Untuk itu diperlukan perhatian khusus pada korban dan pencegahan dampak negatif lainnya.

Istilah *bullying* atau yang biasa dikenal dengan *bully* sering menjadi polemik atau bahan diskusi yang muncul di media massa dan media cetak. Berita yang berisi kekerasan terjadi pada siswa sekolah, terutama siswa menengah dan tidak jarang juga terjadi di sekolah dasar. Salah satu penyebab siswa melakukan perilaku *bullying* adalah karena siswa masuk pada masa remaja awal. Masa remaja awal berlangsung dari usia 13-15 tahun. Pada awal masa remaja terjadi masa transisi dari masa anak-anak menuju masa remaja (Warnaningrum & Na'imah, 2016) . Remaja yang memiliki kemampuan sosial buruk dengan teman dan lingkungan terdekat lebih cenderung menjadi sasaran *bullying* (Boswell, 2016) . Selain itu remaja yang memiliki kelemahan atau kekurangan baik dari segi fisik maupun penampilan dapat menjadi bahan *bullying* teman-temannya karena dianggap berbeda (Wolke & Lereya, 2015) .

Bullying di sekolah seringkali bersifat diskriminatif, dan korban *bullying* sering kali berasal dari populasi yang rentan dan terpinggirkan, menjadikan masalah sosial ini penting (Elamé,2013) . Menesini & Salmivalli (2017) mengklasifikasikan *bullying* yaitu : Pengulangan, kesengajaan , dan *ketidakseimbangan kekuatan* . Sebagian besar upaya di bidang ini tenggelam pada penarikan perilaku *bullying* , dengan seluruh sekolah dan pendekatan yang ditargetkan menunjukkan beberapa keberhasilan (Cook et al., 2010) . Tinjauan meta-analitik *bullying* mengungkapkan bahwa rata-rata 20-30% , intervensi

penurunan *bullying* yang dilakukan di sekolah (Ttofi & Farrington, 2011) . Temuan ini telah dikritik, dan telah dicatat bahwa eksplorasi lebih lanjut diperlukan untuk memahami dengan tepat apa yang berhasil, untuk populasi mana, dan dalam konteks mana dalam mengurangi perilaku *bullying* (Smith et al., 2012) .

Islam dengan jelas melarang *bullying* , hal tersebut telah dijelaskan baik dalam Al-Qur'an maupun As-Sunnah. Allah berfirman dalam surat Al-Hujurat ayat 11-12 sebagai berikut :

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olok) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah kamu saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak terlindungi, maka merekalah orang-orang yang zalim ” .

Artinya: “ Wahai orang-orang yang beriman! Jauhilah banyak dari kesengsaraan, sesungguhnya sebagian dari ketangguhan itu dosa, dan janganlah kamu mencari-cari kesalahan orang lain, dan janganlah ada di antara kamu yang menggunjing sebagian yang lain. Apakah ada di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Tentu kamu merasa jijik. Dan bertakwalah kepada Allah, sungguh Allah Maha Penerima Tobat, Maha Penyayang ” . (QS. al Hujurat: 12)

Berdasarkan arti surat Al Hujurat tersebut penulis menyimpulkan bahwa ayat 11 berisi larangan saling mengolok-olok, mencela dan memanggil dengan panggilan yang buruk (*bullying* verbal). Selanjutnya pada ayat 12 disebutkan larangan berprasangka, mencari kesalahan orang lain, serta menggunjing (*bullying* relasional).

Penelitian lebih lanjut diperlukan dalam pencegahan *bullying*, dan itu sama pentingnya untuk memfokuskan upaya membantu korban *bullying* untuk pulih. Salah satu upaya membantu korban *bullying* adalah menggunakan teknik *forgiveness*. *Forgiveness* adalah penyeimbang yang penting bagi seseorang untuk menghindari kecenderungan membalas

dendam dalam memenuhi pelanggaran antarpribadi (McCullough, 2018). *Forgiveness* dapat membantu seseorang untuk mengatasi resiko stress, emosi negatif dan motivasi balas dendam akibat alami perilaku *bullying* (Barcaccia et al., 2017; Egan & Todorov, 2009; Quintana-Orts & Rey, 2018). Individu dengan tingkat empati yang lebih tinggi merasa lebih mudah untuk *memaafkan* daripada mereka yang memiliki tingkat empati rendah, individu tersebut akan tidak *memaafkan*. Salah satu hasil *sastra review* menunjukkan bahwa *forgiveness* dapat memberikan kemampuan manusia untuk mengatasi kesulitan yang disebabkan oleh diri sendiri (Egan & Todorov, 2009).

Islam juga mengatur dan menyarankan untuk memiliki sifat *pemaaf*, hal tersebut telah dijelaskan baik dalam Al-Qur'an maupun As-Sunnah. Allah berfirman dalam surat a la'raf ayat 199 :

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِي

Artinya: “Jadilah engkau pemaaf dan suruhlah orang yang mengerjakan yang ma'ruf, serta sirnalah dari pada orang-orang yang bodoh ” . (QS.al-A'raf: 99)

Berdasarkan arti surat al A'raf penulis menyimpulkan bahwa ayat tersebut berisi perintah atau anjuran untuk bertutur kata yang baik, lembut dan perbuatan yang indah, tindakan yang baik. Dan jangan membalas dendam atau tindakan menyakiti yang dilakukan orang lain dengan tindakan atau balas dendam dengan menyakitinya. serta abaikan atau kalahlah dari setiap penentangan orang-orang yang melakukan kekalahan.

Beberapa penelitian menunjukkan *forgiveness* berhubungan dengan kebahagiaan dan psikologis (Karremans et al., 2003), empati (McCullough et al., 1997; Zechmeister & Romero, 2002), sikap memaafkan dan pengambilan perspektif (Takaku, 2001), atribusi dan penilaian orang yang menyakiti (McCullough, Fincham, et al., 2003). *Forgiveness* adalah bagian dari kepribadian seseorang (Toussaint et al., 2015). *Forgiveness* melibatkan aspek kognitif, afektif, keputusan, perilaku, motivasi, dan interpersonal (Toussaint et al., 2015; Worthington & Scherer, 2004). Darby & Schlenker (1982); Ohbuchi et al., (1989) bahwa sikap-memaafkan sangat efektif dalam mengatasi konflik antar pribadi, yang merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan komunikasi antarpribadi sebagai pernyataan tanggung jawab tidak memerlukan kesalahan dan komitmen untuk memperbaikinya.

Remaja atau seseorang yang sering mengalami *bullying* tidak dapat memahami dan mengelola perasaan negatif yang mereka pikirkan, dan akan berperilaku lebih pendendam serta menghindari orang lain (Kowalski & Limber, 2013) . Hal tersebut didukung dengan persetujuan (König et al., 2010) bahwa korban *bullying* cenderung membalas dendam pada pelaku dan untuk mengatasi stress dan emosi negatif akibat mengalami *bullying*. *Forgiveness* merupakan salah satu strategi koping yang fokus pada emosi untuk membantu korban mengurangi perasaan, tindakan negatif dari *bullying* (Ahmed, E., & Braithwaite, 2006) dan membantu mengurangi rasa sakit sebelumnya (Skaar et al., 2016) . Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini akan membahas mengenai peran *pemaafan* terhadap *bullying* pada remaja.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review*, Okoli & Schabram (2010) menyatakan *kajian pustaka* adalah sebuah metode yang sistematis, tersurat dan direproduksi untuk melakukan bantuan, evaluasi dan sintesis terhadap karya-karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang telah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi sebelumnya. Ramdhani et al (2014) menjelaskan ada empat tahapan dalam membuat *literature review* , yaitu (1) memilih topik yang akan di *review* , (2) melacak dan memilih artikel yang cocok/relevan, (3) melakukan analisis dan sintesis literatur dan (4) mengorganisasi penulisan *review* . Analisis yang dipakai dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif, yaitu penguraian secara teratur data yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan sehingga dapat dipahami dengan baik oleh pembaca.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Remaja

Masa remaja menurut (Santrock, 2007) merupakan transisi dari perkembangan masa anak-anak menuju kedewasaan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif dan sosial-emosional. Sementara itu masa remaja menurut (Hurlock, 2003) adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Perubahan yang terjadi pada remaja, baik perubahan fisik maupun psikis, menuntut remaja untuk bisa menyesuaikan diri. Pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan

dengan perkembangan psikologis, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orangtua dan cita-cita serta lingkungan mereka, di mana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

Masa remaja menurut (Patrick, H., & Drake, 2009) memiliki hubungan dengan pengalaman transisi di sekolah yaitu perubahan dari SD ke SMP, dan SMP ke SMA. Siswa yang percaya diri dengan kemampuan dan proses belajar akan menganggap pengalaman transisi sekolahnya lebih positif, sedangkan siswa yang menganggap pengalaman transisi sekolah dengan adanya tugas yang sulit lebih berisiko mengalami permasalahan akademik dan perilaku di sekolah.

Remaja menurut (Hurlock, 2003) membagi tiga kelompok usia tahap perkembangan, yaitu:

a. *Masa remaja awal* (remaja awal)

Berada pada rentang usia 12-15 tahun, merupakan masa negatif, karena pada masa ini terdapat sikap dan sifat negatif yang belum terlihat dalam masa kanak-kanak, individu merasa bingung, cemas, takut dan gelisah.

b. *Masa remaja pertengahan* (remaja pertengahan)

Dengan rentang usia 15-18 tahun, pada masa ini individu menginginkan atau menandakan sesuatu dan mencari-cari sesuatu, merasa sunyi dan merasa tidak dapat dimengerti oleh orang lain.

c. *Masa remaja akhir* (remaja akhir)

Berkisar pada usia 18-21 tahun. Pada masa ini individu mulai stabil dan mulai memahami arah hidup dan menyadari dari tujuan hidupnya. Memiliki kemampuan tertentu berdasarkan satu pola yang jelas.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diartikan bahwa remaja adalah usia transisi, seseorang telah meninggalkan usia kanak-kanak yang lemah dan penuh ketergantungan, akan tetapi belum mampu menjadi usia yang kuat dan penuh tanggung jawab, baik terhadap dirinya maupun masyarakat. Remaja terbagi atas tiga kelompok usia; remaja awal berusia 12-15 tahun (SMP), remaja pertengahan berusia 15-18 tahun (SMA), dan remaja akhir berusia 18-21 tahun (mahasiswa). Artikel ini akan membahas remaja yang berusia 12-15 tahun pada siswa yang duduk di S MP. Hal ini didukung dengan cadangan (Lapidot-Lefler & Dolev-

Cohen, 2014) menunjukkan bahwa *bullying* lebih banyak terjadi pada siswa SMP dibandingkan siswa SMA.

2. Penindasan

Penindasan diartikan dengan kekuatan atau status seorang yang memiliki keinginan untuk luka, beri ancaman, atau membuat orang lain malu. Bentuk dari bohong dapat berupa verbal, fisik, maupun sosial. Perilaku *bullying* terjadi apabila terdapat perbedaan atau pertengkaran antara dua siswa atau lebih yang memiliki kekuatan sama (Solberg & Olweus, 2003). Menurut Solberg & Olweus (2003) dari definisi *bullying* ada tiga elemen, yakni niat untuk melakukan sakit seseorang, dilakukan secara berulang, dan terjadi ketimpangan kekuatan baik korban atau pelaku. Deskripsi *bohong* sebagai perilaku agresif yang diarahkan pada tujuan yang menyebabkan kerugian pada orang lain dalam kebinasaan kekuatan (Volk et al., 2014). *Bullying* mengacu pada serangan yang dilakukan secara agresif pada target dengan kekuatan yang lebih rendah dibanding pelaku (Bauman & Yoon, 2014). *Bullying* adalah bentuk agresi antar pribadi yang unik namun kompleks, yang memiliki banyak bentuk, melayani fungsi yang berbeda, dan perwujudan pola hubungan yang berbeda (Swearer & Hymel, 2015).

3. Penindasan Dimensi

Aspek - aspek *bullying* menurut Solberg & Olweus (2003) terbagi atas:

1) Lisan

Tindakan mengatakan sesuatu untuk menyakiti, membuat seseorang sedih, membuat lelucon seseorang dengan memanggil atau menyapa dengan nama yang menyakiti hati, dan tindakan berbohong dengan menyebarkan desas-desus palsu tentang seseorang.

2) Tidak langsung

Suatu tindakan yang sepenuhnya menolak dan meninggalkan seseorang dari kelompoknya, dengan sengaja mengeluarkannya dari berbagai kegiatan, atau menulis catatan untuk membuat siswa lain tidak menyukai dan membencinya.

3) Fisik

Suatu tindakan seperti memukul, menendang, mendorong, mempermainkan, meneror, dan melakukan sesuatu dengan maksud menyakiti.

4. Forgiveness

Forgiveness merupakan jenis *coping* khusus yang mencakup motivasi korban dalam meminimalkan reaksi negatif terhadap pelaku (Dolan et al., 2011). Pengampunan dapat diartikan sebagai kesanggupan atau melupakan hal-hal yang membuat *mood* seseorang menjadi buruk dari sumber hubungan interpersonal dengan menumbuhkan atau mengembangkan perasaan, pikiran, dan hubungan ke arah yang positif (Nashori, 2014). (Thompson et al., 2005) memberikan pengertian memaafkan sebagai meninggalkan hal-hal negatif yang bersumber dari transgresi diri sendiri ataupun orang lain, dan keadaan yang terjadi.

5. Dimensi *Forgiveness*

Korban *bullying* memiliki keinginan balas dendam (Barcaccia et al., 2017) sehingga dapat mengarahkan korban menjadi pelaku *bullying* di kemudian hari. Korban *bullying* yang masih menyimpan emosi negatif pada pelaku menunjukkan bahwa korban belum memaafkan pelaku. Oleh karena itu diperlukan pemaafan sebagai tindakan untuk mengurangi emosi negatif (Egan & Todorov, 2009) dan menghilangkan rasa sakit hati kepada pelaku karena adanya emosi negatif pada korban (Egan & Todorov, 2009). Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Enright & Fitzgibbons, 2015) juga membuktikan bahwa memaafkan dapat mengurangi emosi negatif dan keinginan balas dendam, bahkan meningkatkan emosi positif seperti bahagia, adanya harapan, dan cinta. Intervensi yang dapat mengurangi dampak negatif dari korban *bullying* dengan sikap memaafkan yaitu kesediaan seseorang untuk menanggalkan perbuatan negatif atau kesalahan yang pernah dilakukan orang lain yang membuat dirinya sakit hati (McCullough & Emmons, 2003) .

Penelitian dari McCullough et al., (1998) menuturkan terdapat aspek-aspek dalam sikap memaafkan, antara lain:

- a. *Motivasi menghindar*, yakni turunnya motivasi untuk menjauhi pelaku dan meninggalkan keinginan untuk menghindari kontak langsung dengan pelaku.
- b. Pembalasan dendam motivasi, yaitu terjadi ketika korban mengalami penurunan motivasi dalam memberikan balas dendam terhadap pelaku.
- c. Motivasi kebajikan, adalah keinginan atau motivasi korban untuk berdamai dengan pelaku.

Aspek ketiga tersebut sangat menentukan seberapa besar pemaafan yang akan diberikan individu kepada orang yang menyakitinya (McCullough, Fincham, et al., 2003). Selanjutnya

(Nashori, 2014) menyatakan tiga dimensi memaafkan yaitu dimensi emosi, kognisi dan interpersonal. Berikut ini indikator dari tiga dimensi *sikap memaafkan* yang dikemukakan Nashori (2014) adalah:

a. Dimensi Emosi

Indikasi pemaafan dari dimensi emosi *adalah*:

- 1) Menghilangkan perasaan marah, benci, sakit hati
- 2) Mampu mengontrol emosi.
- 3) Merasa iba dan kasih sayang.
- 4) Merasa nyaman ketika berinteraksi.

b. Dimensi Kognisi

Indikator pemaafan dari dimensi kognisi adalah:

- 1) Menghentikan penghakiman negatif .
- 2) Punya penjelasan nalar atas perlakuan yang menyakitkan.
- 3) Memiliki pandangan yang berimbang.

c. Dimensi Interpersonal

Indikator memaafkan dari dimensi interpersonal adalah:

- 1) Meninggalkan perilaku atau pekerjaan yang menyakitkan.
- 2) Memulihkan keinginan balas dendam.
- 3) Meninggalkan perilaku tidak peduli.
- 4) Meninggalkan perilaku menghindar.
- 5) Meningkatkan upaya konsiliasi/rekonsiliasi hubungan.
- 6) Motivasi kebaikan atau kemurahan hati.
- 7) Musyawarah dengan pihak yang pernah menyakiti.

6. Peran *Forgiveness* terhadap *Bullying* pada Remaja

Forgiveness memiliki pengaruh positif bagi peningkatan harga diri korban *bullying*, sehingga dapat diterapkan pada kasus yang serupa (Winarso et al., 2020) . *Forgiveness* memiliki implisit dalam menangani *bullying*. Individu yang memaafkan telah melalui proses penggantian emosi negatif menjadi emosi positif (Rosita, 2018). Korban *bullying* yang telah memaafkan pelaku *bullying* telah melalui proses pemaafan sebelum akhirnya dapat memaafkan (Syarifah & Indriana, 2018). Proses yang dialami oleh korban *bullying* yang tidak dapat memberikan kata maaf pada pelakunya antara lain: *Pertama*, timbul perasaan

marah kepada pelaku *bullying*; *Kedua*, sering takut untuk meredakan rasa kebencian pada pelaku *bullying*; *Ketiga*, tawakkal kepada Allah Swt; *Keempat*, sulit memberikan maaf atas perbuatan yang dilakukan. Namun, beda halnya proses yang dialami korban *bullying* yang dapat memberikan kata maaf pada pelaku yakni: muncul perasaan sedih dan bertawakkal kepada Allah Swt; terus fokus pada tujuan utamanya untuk bersekolah, dan mudah memberikan maaf kepada pelaku *bullying* meskipun korban tidak ingin bertemu lagi dengan pelaku (Warnaningrum & Na'imah, 2016).

Forgiveness memiliki potensi untuk mengurangi respon balas dendam dan memberikan disposisi untuk memilih perilaku yang sesuai situasional dalam konteks *bullying* (Flanagan et al., 2012; Rosita, 2018; García-Vázquez et al., 2020). *Forgiveness* dan *self-esteem* menjadi kunci penting untuk meningkatkan resiliensi korban *bullying* agar korban *bullying* tidak rentan terhadap gangguan mental (Muvariz et al., 2020). Semakin tinggi memaafkan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis pada korban *bullying* (Juwita & Kustanti, 2018; Barcaccia et al., 2018; Fitriani & Widiningsih, 2020).

Pengampunan adalah faktor protektif terhadap efek kerugian dari *bullying* (Liu et al., 2013; Quintana-Orts & Rey, 2018). *Forgiveness* disarankan sebagai respon coping yang efektif untuk memperbaiki agresifitas afeksi dari korban *bullying* (Watson et al., 2017). Pemaafan dan syukur secara langsung dan tidak langsung dapat menurunkan agresi proaktif dan reaktif dalam *bullying* (García-Vázquez, Parra-Pérez, et al., 2020). *Forgiveness* secara jangka panjang dapat memberikan keseimbangan yang paling menjanjikan antara manfaat jangka pendek dan jangka panjang yang positif bagi korban *bullying* (Watson et al., 2016).

Forgiveness dapat memberikan kelegaan dari perasaan negatif yang telah didapatkan dari pelaku *bullying* (Watson et al., 2021). *Forgiveness* dapat berperan sebagai mediasi antara *bullying* dan psikopatologi. *Forgiveness* juga dapat membentuk sesuatu yang berharga dan menjadi bagian dari program pencegahan dan pendidikan anti-intimidasi (Van Rensburg & Raubenheimer, 2015). Penting bagi mereka yang bekerja dengan remaja, termasuk guru, bimbingan konselor, dan staf sekolah lainnya untuk membantu korban *bullying* mengatasi kesehatan mental yang negatif akibat efek dari viktimisasi, dengan mengajari mereka untuk melepaskan sikap tidak memaafkan (*un-forgiveness*) dan memberikan saran untuk memaafkan (pengampunan) yang sebenarnya (Barcaccia et al., 2017).

7. Teori Kognitif Sosial

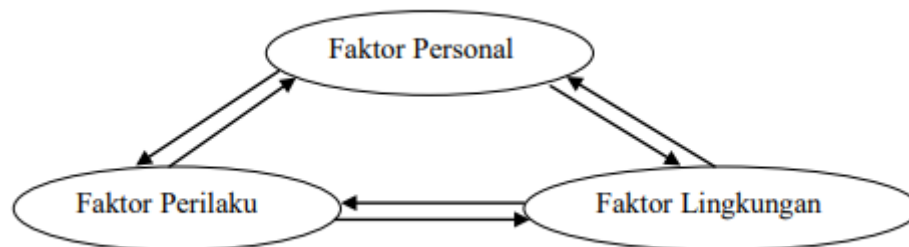
Teori kognitif sosial (*Social Cognitive Theory*) yang juga disebut teori belajar sosial (*Social Learning Theory*) dikembangkan oleh Bandura pada tahun 1970-an dan 1980-an. Teori kognitif sosial adalah teori yang menonjolkan gagasan bahwa sebagian besar pembelajaran manusia terjadi dalam suatu lingkungan sosial. Teori ini didasarkan atas proposisi bahwa proses sosial dan proses kognitif adalah sentral bagi pemahaman mengenai motivasi, emosi, dan tindakan manusia. Teori perspektif dalam memandang perilaku manusia merupakan komponen dari suatu model yang saling mempengaruhi situasi lingkungan dengan individu pribadi yang melibatkan afeksi/emosi dan kognitif (A. Bandura, 1986).

Social Cognitive Theory atau dikenal dengan teori kognitif juga disebut dengan teori belajar sosial (*Social Learning Theory*) yang telah ditemukan serta dikembangkan oleh Bandura sekitar tahun 1970-an. Teori kognitif sosial adalah teori yang memiliki keunggulan gagasan bahwa pembelajaran manusia sebagian besar dialami dari suatu lingkungan sosial. Teori ini berlandaskan dari bagian-bagian proses sosial dan proses kognitif yang sentral bagi pemahaman mengenai motivasi, emosi, dan tindakan manusia. Pandangan teori sosial kognitif melihat bahwa perilaku manusia ialah bagian komponen dari suatu model yang memiliki pengaruh atas situasi lingkungan dengan pribadi individu serta melibatkan afeksi/emosi dan kognitif (A. Bandura, 1986).

Dalam penelitian ini, penulis menyimpulkan pola komunikasi individu akan terjadi perubukan menjadi buruk atau tidak ideal dikarenakan pengaruh hal buruk. *Bullying* menjadi salah satu dari perilaku hal buruk tersebut. Perilaku *Bullying* yang dapat mempengaruhi pola komunikasi dapat terjadi kapan saja, dimana saja, dan pada siapa saja di lingkungan sekolah khususnya. Ketika individu berinteraksi dengan teman sebayanya dalam lingkup pertemanan, sering terjadi perilaku *bullying*. Teori belajar sosial (*social learning theory*) Bandura menyatakan bahwa pada umumnya individu belajar untuk meniru dan bertingkah laku dengan mengamati tingkah laku individu lain yang disebut *pembelajaran model immitatif* (Bandura, A., & Walters, 1977). Teori Bandura ini mengatakan bahwa keyakinan akan kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan pribadi dan lingkungan (*self-efficacy*) yang tinggi jika berhadapan pada situasi lingkungan yang tidak sesuai akan memunculkan

dampak dalam merubah lingkungan dengan cara tindak kekerasan. (Feist & Roberts, 2006)

Bandura punya konsep segitiga *determinisme resiprokal triadik* , dimana B sebagai perilaku (*behaviour*), P sebagai kepribadian (*personal*) dan E sebagai lingkungan (*environment*). Salah satu deduksi dari konsep ini bahwa lingkungan mempengaruhi perilaku dan kepribadian individu (Bandura, A., & Walters, 1977). Perilaku *intimidasi* termasuk dalam lingkungan dan pola komunikasi termasuk dalam perilaku. Interaksi antara ketiga faktor ini disebut *determinisme resiprokal triadik* . Berikut gambar 3. Model *Triadic Reciprocal Deteminism (A social cognitive theory* , Bandura 1986) :



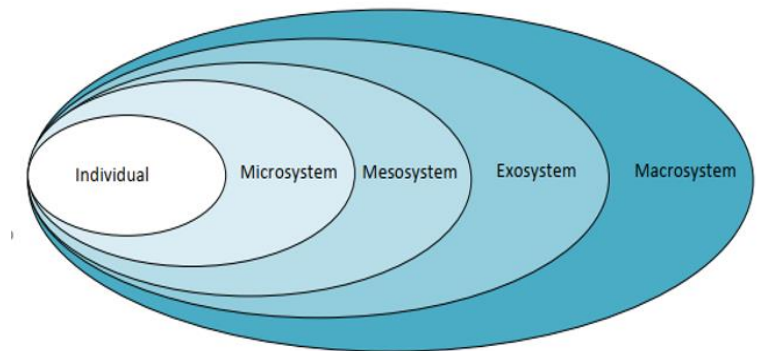
Sebab akibat timbal balik antara faktor personal (P) dan faktor perilaku (B), $P \leftrightarrow B$ mencerminkan interaksi antara pikiran, harapan, keyakinan, persepsi diri, tujuan, dan niat yang memberi bentuk dan arah ke perilaku. Apa yang dipikirkan, dipercaya, dan dirasakan, mempengaruhi bagaimana mereka berperilaku (Bandura, 1986). Faktor $P \leftrightarrow E$ merupakan hubungan interaktif antara karakteristik pribadi (P) dan pengaruh lingkungan (E). Harapan individu, keyakinan, kondisi emosi dan kompetensi kognitif dikembangkan dan dimodifikasi oleh pengaruh sosial yang menyampaikan informasi dan mengaktifkan reaksi emosional melalui pemodelan, instruksi dan persuasi sosial (Bandura, 1986). Penyebab hubungan timbal balik antara faktor perilaku (B) dan lingkungan (E), yaitu $B \leftrightarrow E$ merupakan hubungan saling mempengaruhi antara perilaku dan lingkungan. Model *triadic determinism resiprokal* tidak berjalan dengan cara interaksi holistik yang simultan. Tingkah laku manusia merupakan hasil dari hubungan antara tingkah laku (*behavior*), individu (*pribadi*) dan *lingkungan* (lingkungan). Menurut model perilaku *bullying* muncul karena lingkungan, kemudian dirasakan akibat lingkungan dalam melakukan perilaku agresif individu tersebut memiliki motif dan sasaran perilaku agresifnya dan menikmati akibat dari perilaku tersebut dan akan lebih fatal lagi apabila hukuman yang didapatkan dari lingkungan akan

menciptakan dendam hingga menciptakan perilaku agresif yang lebih berbahaya (*bullying* fisik).

Teori kognitif sosial menjelaskan bahwa terjadinya *bullying* disebutkan sebagai mekanisme pembelajaran sosial yang bersumber dari model simbolik. *Self-efficacy* yaitu keyakinan kemampuan seseorang dalam menghasilkan perilaku tertentu dan harapan terhadap hasil yang diinginkan sangat mempengaruhi penggerak perilaku (*stimulus*) sebagai penguat (*reinforcement*) yang mendukung perilaku. Setiap tindakan yang dilakukan akan mendapatkan penguatan dari lingkungan maupun teman sebaya sehingga tindakan itu menjadi *stimulus* untuk tindakan yang lain. Anak kemudian akan belajar berperilaku agresif dengan melihat model yang ada di masyarakat, serta menggunakannya sebagai strategi untuk mendapatkan tujuan yang diinginkan (Bandura, 2012) . Siswa menjadi korban *bullying* sebagai akibat kegagalannya dalam belajar dari perubahan lingkungan dan kekurangan kemampuan dalam mencari sumber pembelajaran sosial. Perilaku agresif menolak moral (*moral disengagement*), sehingga mendorong anak melepaskan kaidah normatif dalam berperilaku agresif. Kesuksesan anak dalam hal ini akan disertai dengan penyesuaian intensitas *bullying* dan menganalisis konsekwensinya (Thornberg et al., 2018) . Anak-anak yang cenderung memberi penguatan pada perilaku pengganggu misalnya, menunjukkan rasa sakit, penderitaan, dan kurangnya upaya balas dendam dari korban akan menguatkan perilaku ini (Peets et al., 2011).

8. Teori Ekologi Sosial

Teori ekologi ini mungkin tepat digunakan dalam *bullying* untuk menjelaskan perkembangan seseorang dipengaruhi oleh hasil interaksi dengan lingkungannya. Tingkat perkembangan interaksi dengan lingkungannya memberikan hubungan timbal balik yang dapat membentuk perilaku. Informasi tentang lingkungan dapat mendeskripsikan, mengorganisasi dan mengklarifikasi perilaku yang terjadi pada seseorang (Bronfenbrenner, 1986).



Gambar.3 Teori Ekologi sosial

Interaksi manusia dengan lingkungan dapat dijelaskan dalam gambaran teori ekologi perkembangan menurut (Bronfenbrenner, 1986). Perkembangan seseorang dapat dilihat dari sistem yang ada di lingkungannya meliputi *micro-system*, *meso-system*, *eco-system*, *macro-system* dan *chronosystem*. Interaksi dari masing-masing sistem akan membentuk ciri fisik dan mental. *Micro-system* di mana seseorang berpartisipasi secara langsung yang meliputi keluarga, teman sebaya, sekolah serta budaya. Budaya memiliki peran mendefinisikan dan mengatur sistem mikro dan oleh karena itu menjadi bagian dari proses sentral pembangunan manusia (Vélez-Agosto et al., 2017). Perilaku sebagai hasil interaksi seseorang terhadap lingkungannya, sehingga mudah berinteraksi maka dia akan cepat belajar dari perubahan lingkungannya.

Meso-sistem terdiri atas keterkaitan antara dua atau lebih situasi di mana setiap orang berpartisipasi secara aktif (seperti situasi yang menghubungkan seseorang dengan rumah, sekolah, kelompok teman sebaya) yang berkembang pada titik tertentu untuk saling mempengaruhi (Bronfenbrenner, 1986). Sub sistem dari *meso-sistem* terdiri dari interaksi antara keluarga, teman sebaya, sekolah, tempat ibadah, pelayanan kesehatan. Hasil faktor interaksi ini menjadikan seseorang menjadi korban *bullying* disekolah.

Ecosystem adalah entitas dan organisasi yang mungkin diakses oleh individu atau keluarga, karena *eco system* merupakan sistem sosial yang lebih besar dimana seseorang tidak terlibat interaksi secara langsung, tetapi *ekosistem* ini berpengaruh terhadap perkembangan karakter (Salsabila, 2018). Sub sistem dari *ekosistem* adalah lingkungan tempat kerja orang tua, saudara kandung, kenalan saudara baik adik atau kakak dan peraturan dari pihak sekolah, koran, televisi, keluarga besar. Karena sekolah merupakan bagian dari

lingkungan sehingga lingkungan yang tidak aman dan pengawasan orang dewasa tidak memadai mungkin dapat menyebabkan munculnya perilaku *bullying* (Epelage, 2014) .

Macro system merupakan lapisan terluar dari lingkungan, yang mana *sub system* makrosistem terdiri dari ideologi negara, pemerintah, tradisi, agama, hukum, adat istiadat. Sub sistem ini akan berpengaruh pada perkembangan karakter, termasuk pemahaman seseorang terhadap norma sekolah dapat mengabadikan ketidaksetaraan, pengasingan, agresi. Selain itu *intimidasi* atau penyalarsan yang berkaitan dengan ras/etnis, jenis kelamin dan latar belakang sosial-ekonomi terjadi pada sub sistem ini (Leach, 2003). Sedangkan *Chronosystem* sebagai sistem yang terakhir, merupakan waktu yang berkaitan dengan peristiwa di lingkungan individu yang mencakup konsistensi atau perubahan (misalnya, peristiwa historis/kehidupan) individu dan lingkungan selama perjalanan hidup (misalnya, perubahan struktur keluarga). Terkait dengan konteks *bullying* , tindakan yang berkaitan dengan kondisi seseorang saat menghadapi perubahan lingkungan (misalnya menghadapi perceraian atau orang tua menikah lagi) mungkin akan memberikan agresivitas yang lebih tinggi, ketidakpatuhan, ketidaktaatan, perilaku yang tidak pantas dikelas serta penurunan tingkat pengaturan diri (Espelage , 2014). Faktor internal juga mempengaruhi seseorang menjadi korban selain faktor interaksi dengan lingkungannya.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian dari berbagai sumber yang telah ditinjau di atas penulis menyimpulkan bahwa:

1. *Pengampunan* memiliki pengaruh positif bagi peningkatan harga diri korban *bullying* .
2. *Pengampunan* memiliki potensi untuk mengurangi respons dendam terhadap korban *intimidasi*
3. *Forgiveness* menjadi kunci penting untuk meningkatkan *resiliensi* korban *bullying* agar korban *bullying* tidak rentan terhadap gangguan mental
4. *Forgiveness* disarankan sebagai respon *coping* yang efektif untuk memperbaiki afeksi agresifitas dari korban *bullying*
5. *Forgiveness* secara jangka panjang dapat memberikan keseimbangan dan manfaat jangka pendek maupun jangka panjang yang positif bagi korban *bullying* .

Berdasarkan kedua teori yang ditemukan sebelumnya (teori ekologi sosial, Bronfenbrenner;1986 dan model *Triadic Reciprocal Determinism* (A social cognitive theory, Bandura 1986), penulis menyimpulkan teori ekologi ini yang cukup tepat digunakan dalam perilaku *bullying* untuk menjelaskan perkembangan seseorang dipengaruhi oleh hasil interaksi dengan lingkungannya. Tingkat perkembangan interaksi dengan lingkungannya memberikan hubungan timbal balik yang dapat membentuk perilaku. Informasi tentang lingkungan dapat mendeskripsikan, mengorganisasi dan mengklarifikasi perilaku yang terjadi pada seseorang (Bronfenbrenner, 1986) .

REFERENSI

- Ahmed, E., & Braithwaite, V. (2006). Forgiveness, reconciliation, and shame: Three key variables in reducing school bullying. *Journal of Social Issues*, 62(2), 347–370. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2006.00454.x>
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *ocial learning theory (Vol. 1)*. Englewood cliffs.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs.
- Bandura, Albert. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1), 9–44. <https://doi.org/10.1177/0149206311410606>
- Barcaccia, B., Pallini, S., Baiocco, R., Salvati, M., Salianni, A. M., & Schneider, B. H. (2018). Forgiveness and friendship protect adolescent victims of bullying from emotional maladjustment. *Psicothema*, 30(4), 427–433. <https://doi.org/10.7334/psicothema2018.11>
- Barcaccia, B., Schneider, B. H., Pallini, S., & Baiocco, R. (2017). Bullying and the detrimental role of un-forgiveness in adolescents' wellbeing. *Psicothema*, 29(2), 217–222. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.251>
- Bauman, S., & Yoon, J. (2014). This Issue: Theories of Bullying and Cyberbullying. *Theory into Practice*, 53(4), 253–256. <https://doi.org/10.1080/00405841.2014.947215>
- Bhatla, N., Achyut, P., Khan, N., Walia, S., & Tranquilli, A. (2015). *Are school safe and equal places for girls and boys in asia*. Global Girls Innovation Programme.
- Boswell, M. A. (2016). *School level predictors of bullying among high school students*. University of Kentucky.
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology*, 22(6), 723–742. <https://psycnet.apa.org/buy/1987-06791-001>
- Cook, C. R., Williams, K. R., Guerra, N. G., Kim, T. E., & Sadek, S. (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School Psychology Quarterly*, 25(2), 65–83. <https://doi.org/10.1037/a0020149>

- Darby, B. W., & Schlenker, B. R. (1982). Children's reactions to apologies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(4), 742–753. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.43.4.742>
- Dolan, P., Layard, R., & Metcalfe, R. (2011). Measuring Subjective Wellbeing for Public Policy: Recommendations on Measures. *Centre For Economic Performance, September 2010*, Special Paper no.23.
- Egan, L. A., & Todorov, N. (2009). Forgiveness as a coping strategy to allow school students to deal with the effects of being bullied: Theoretical and empirical discussion. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(2), 198–222. <https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.2.198>
- Elamé, E. (2013). Discriminatory bullying. In *Discriminatory Bullying: A New Intercultural Challenge*. https://doi.org/10.1007/978-88-470-5235-2_2
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). Measures of interpersonal forgiveness. In *Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope* (pp. 251–269). American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/buy/2014-25810-014>
- Espelage, D. L. (2014). Ecological Theory: Preventing Youth Bullying, Aggression, and Victimization. *Theory into Practice*, 53(4), 257–264. <https://doi.org/10.1080/00405841.2014.947216>
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T. A. (2006). Theories of Personality. In *Personality and Problems of Adjustment* (pp. 276–300). McGraw-Hill. <https://doi.org/10.4324/9781315008219-12>
- Fitriani, N. I., & Widiningsih, Y. (2020). Pemaafan Dan Psychological Well-Being Pada Remaja Korban Bullying. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 139. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i3.10336>
- Flanagan, K. S., Vanden Hoek, K. K., Ranter, J. M., & Reich, H. A. (2012). The potential of forgiveness as a response for coping with negative peer experiences. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1215–1223. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.04.004>
- García-Vázquez, F. I., Parra-Pérez, L. G., & Valdés-Cuervo, A. A. (2020). The effects of forgiveness, gratitude, and self-control on reactive and proactive aggression in bullying. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165760>
- García-Vázquez, F. I., Valdés-Cuervo, A. A., Martínez-Ferrer, B., & Parra-Pérez, L. G. (2020). Forgiveness, Gratitude, Happiness, and Prosocial Bystander Behavior in Bullying. *Frontiers in Psychology*, 10(January), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02827>
- Goldbaum, S., Craig, W. M., & Connolly, J. (2003). Journal of Applied School Developmental Trajectories of Victimization. *Journal of Applied School Psychology*, 19(October 2014), 139–156. <https://doi.org/10.1300/J008v19n02>
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Erlangga.

- Juwita, V. R., & Kustanti, E. R. (2018). Psikologis Pada Korban Perundungan. *2018*, 7(Nomor 1), 274–282.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A. M., Ouwerkerk, J. W., & Kluwer, E. S. (2003). When Forgiving Enhances Psychological Well-Being: The Role of Interpersonal Commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(5), 1011–1026. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.5.1011>
- König, A., Gollwitzer, M., & Steffgen, G. (2010). Cyberbullying as an act of revenge? *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 20(2), 210–224. <https://doi.org/10.1375/ajgc.20.2.210>
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 53(1 SUPPL), S13–S20. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.09.018>
- Lapidot-Lefler, N., & Dolev-Cohen, M. (2014). Differences in social skills among cyberbullies, cybervictims, cyberbystanders, and those not involved in cyberbullying. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 1–9.
- Leach, F. (2003). Learning to be violent: The role of the school in developing adolescent gendered behaviour. *Compare*, 33(3), 385–400. <https://doi.org/10.1080/03057920302587>
- Liu, X., Lu, D., Zhou, L., & Su, L. (2013). Forgiveness as a moderator of the association between victimization and suicidal ideation. *Indian Pediatrics*, 50(7), 685–688. <https://doi.org/10.1007/s13312-013-0191-0>
- McCullough, M. E. (2018). *Forgiveness I Running head : Forgiveness The Psychology of Forgiveness Southern Methodist University Charlotte vanOyen Witvliet Hope College In C . R . Snyder and S . J . Lopez (Eds .), 2002 , The Handbook of Positive Psychology . New York : January 2001.*
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., Kilpatrick, S. D., & Mooney, C. N. (2003). Narcissists as “victims”: The role of narcissism in the perception of transgressions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(7), 885–893. <https://doi.org/10.1177/0146167203029007007>
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. A. (2003). Forgiveness, Forbearance, and Time: The Temporal Unfolding of Transgression-Related Interpersonal Motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 540–557. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.540>
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L. . J., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1586–1603. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.75.6.1586>
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., & Worthington, E. L. (1997). Interpersonal Forgiving in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321–336. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.321>
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and

- effective interventions. *Psychology, Health and Medicine*, 22, 240–253. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740>
- Muvariz, D. H., Fitriani, H. N., Nisrina, I., & Nashori, F. (2020). Forgiveness, Self-Esteem, and Resilience in Adult Victims of Bullying. *Al-Balagh: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 5(2), 165–192. <https://doi.org/10.22515/al-balagh.v5i2.2375>
- Nashori, F. (2014). *Psikologi pemaafan*. Safiria Insania Press.
- Ohbuchi, K. ichi, Kameda, M., & Agarie, N. (1989). Apology as Aggression Control: Its Role in Mediating Appraisal of and Response to Harm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 219–227. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.219>
- Okoli, C., & Schabram, K. (2010). Working Papers on Information Systems A Guide to Conducting a Systematic Literature Review of Information Systems Research. *Working Papers on Information Systems*, 10(2010). <https://doi.org/10.2139/ssrn.1954824>
- Oktaviana, S. K. (2020). *Terapi pemaafan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban kekerasan*. 5(1), 59–70.
- Patrick, H., & Drake, B. M. (2009). *Middle school*. The Gale Group.
- Peets, K., Hodges, E. V. E., & Salmivalli, C. (2011). Actualization of Social Cognitions into Aggressive Behavior toward Disliked Targets. *Social Development*, 20(2), 233–250. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2010.00581.x>
- Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph15112389>
- Ramdhani, A., Ramdhani, M. A., & Amin, A. S. (2014). Writing a Literature Review Research Paper: A step-by-step approach. *International Journal of Basic and Applied Science*, 03(01), 47–56.
- Rosita, T. (2018). Implikasi Terapi Forgiveness terhadap Well-being Remaja yang mengalami Cyberbully. *Quanta*, 2(3), 101–105. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>
- Salsabila, U. H. (2018). Teori Ekologi Bronfenbrenner Sebagai Sebuah Pendekatan Dalam Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam. *Al Manar: Jurnal Komunikasi Dan Pendidikan Islam*, 7(1), 139–158. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja, edisi kesebelas (alih bahasa: B. Widyasinta)*. Erlangga.
- Skaar, N. R., Freedman, S., Carlon, A., & Watson, E. (2016). Integrating Models of Collaborative Consultation and Systems Change to Implement Forgiveness-Focused Bullying Interventions. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 26(1), 63–86. <https://doi.org/10.1080/10474412.2015.1012672>
- Smith, P. K., Salmivalli, C., & Cowie, H. (2012). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A commentary. *Journal of Experimental Criminology*, 8(4), 433–441. <https://doi.org/10.1007/s11292-012-9142-3>

- Solberg, M. E., & Olweus, D. (2003). Prevalence Estimation of School Bullying with the Olweus Bully/Victim Questionnaire. *Aggressive Behavior*, 29(3), 239–268. <https://doi.org/10.1002/ab.10047>
- Swearer, S. M., & Hymel, S. (2015). Understanding the psychology of bullying: Moving toward a social-ecological diathesis-stress model. *American Psychologist*, 70(4), 344–353. <https://doi.org/10.1037/a0038929>
- Syarifah, F. A., & Indriana, Y. (2018). Pemaafan Pada Korban Perundungan. *Empati*, 7(2), 349–358.
- Takaku, S. (2001). The effects of apology and perspective taking on interpersonal forgiveness: A dissonance-attribution model of interpersonal forgiveness. *Journal of Social Psychology*, 141(4), 494–508. <https://doi.org/10.1080/00224540109600567>
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., Heinze, L., Neufeld, J. E., Shorey, H. S., Roberts, J. C., & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313–360. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Thornberg, R., Wänström, L., Pozzoli, T., & Gini, G. (2018). Victim prevalence in bullying and its association with teacher–student and student–student relationships and class moral disengagement: a class-level path analysis. *Research Papers in Education*, 33(3), 320–335. <https://doi.org/10.1080/02671522.2017.1302499>
- Toussaint, L. L., Worthington, E. L., & Williams, D. R. (2015). Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health. In *Forgiveness and Health: Scientific Evidence and Theories Relating Forgiveness to Better Health*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-017-9993-5>
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27–56. <https://doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1>
- Van Rensburg, E. J., & Raubenheimer, J. (2015). Does forgiveness mediate the impact of school bullying on adolescent mental health? *Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 25–39. <https://doi.org/10.2989/17280583.2014.955502>
- Vélez-Agosto, N. M., Soto-Crespo, J. G., Vizcarrondo-Opppenheimer, M., Vega-Molina, S., & García Coll, C. (2017). Bronfenbrenner’s Bioecological Theory Revision: Moving Culture From the Macro Into the Micro. *Perspectives on Psychological Science*, 12(5), 900–910. <https://doi.org/10.1177/1745691617704397>
- Volk, A. A., Dane, A. V., & Marini, Z. A. (2014). What is bullying? A theoretical redefinition. *Developmental Review*, 34(4), 327–343. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.09.001>
- Wang, W., Vaillancourt, T., Brittain, H. L., McDougall, P., Krygsman, A., Smith, D., Cunningham, C. E., & Hymel, S. (2014). School Climate, Peer Victimization, and Academic Achievement: Results From a Multi-Informant Study. *School Psychology Quarterly*, 29(3), 360–377. <https://doi.org/10.1037/spq0000084>

- Warnaningrum, I. D., & Na'imah, T. (2016). Forgive Behavior In Physical Bullying Victims In The Middle School First. *Psycho Idea*, 14(1), 41–47.
- Watson, H., Rapee, R., & Todorov, N. (2016). Imagery rescripting of revenge, avoidance, and forgiveness for past bullying experiences in young adults. *Cognitive Behaviour Therapy*, 45(1), 73–89. <https://doi.org/10.1080/16506073.2015.1108360>
- Watson, H., Rapee, R., & Todorov, N. (2017). Forgiveness Reduces Anger in a School Bullying Context. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(11), 1642–1657. <https://doi.org/10.1177/0886260515589931>
- Watson, H., Todorov, N., & Rapee, R. M. (2021). Healing from Bullying in Early Adolescent Boys: The Positive Impact of Both Forgiveness and Revenge Fantasies. *Journal of School Violence*, 20(2), 139–152. <https://doi.org/10.1080/15388220.2020.1858425>
- Winarso, S., Kukuh, P., Dhanny, P., Elia, Y., Ogis, P., & Rizqi, A. (2020). Penerapan Protokol Kesehatan COVID-19 di Era New Normal Pada Kampung Tangguh Desa Karangdoro, Terminal Jajag, dan RTH Maron Genteng, Kabupaten Banyuwangi. *Multidisciplinary Journal*, 3(1), 25. <https://doi.org/10.19184/multijournal.v3i1.23684>
- Wolke, D., & Lereya, S. T. (2015). Long-term effects of bullying. *Archives of Disease in Childhood*, 100(9), 879–885. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2014-306667>
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology and Health*, 19(3), 385–405. <https://doi.org/10.1080/0887044042000196674>
- Zechmeister, J. S., & Romero, C. (2002). Victim and offender accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 675–686. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.4.675>

