

Efek Intervensi Pemaafan Konseling Pada Anak-Anak Yang Terluka Dalam Hubungan Interpersonal

Muhammad Munif Syamsuddin
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret

Abstrak

Penelitian eksperimen ini bertujuan untuk menguji efek intervensi pemaafan dengan teknik konseling pada anak-anak yang terluka dalam hubungan interpersonal. Desain eksperimen menggunakan pretes dan postes dengan jumlah subjek 6 orang anak sekolah. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan signifikan kemampuan interpersonal anak sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Intervensi pemaafan dengan teknik konseling dapat meningkatkan kemampuan anak dalam hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal yang tinggi ditandai dengan kedekatan, membuka diri memulai komunikasi, dukungan emosional, persetujuan untuk saling terbuka dalam komunikasi, dan kepuasan.

Kata kunci : *intervensi pemaafan, emosi dan hubungan interpersonal, teknik konseling*

Abstract

This experimental study was aimed to test the effect of forgiveness intervention with counseling technique toward children with interpersonal problems. Pretest and post test design was given to 6 children, where the result shows that there is significant differences in children abilities before and after intervention. Through this research, we conclude that forgiveness intervention are effective in increasing abilities in interpersonal relationship. High score in interpersonal relationships are indicate with open towards new communication, emotional support, compliance to maintain open communication and satisfaction.

Key word : *forgiveness intervention, emotion and interpersonal relationship*

Pendahuluan

Kehidupan anak-anak tidak akan terlepas dari interaksi dengan orang lain. Dalam keterkaitannya dengan interaksi tersebut pasti ditemukan berbagai keadaan psikologis seperti rasa senang, bahagia, sedih, iri hati dan sebagainya. Dari yang biasa dijumpai misalnya, ada anak yang saat diambil mainannya oleh orang tua, guru, maupun teman sebayanya maka anak tersebut akan kecewa, marah dan lebih-lebih menunjukkan perilaku balas dendam dengan cara melawannya. Selain itu juga, anak tersebut menjadi sulit untuk bersahabat kembali dengan orang yang telah berbuat kesalahan padanya. Akibatnya muncul perilaku-perilaku yang anti prososial. Lebih lanjut, apabila emosi negatif ini berjalan sepanjang waktu maka akan meningkatkan gangguan psikologis menuju kekerasan antar

sesama anak.

Studi dari Griffin dan Gross (2004) menunjukkan bahwa kekerasan fisik dapat terjadi pada masa pertengahan anak sebab masa itu adalah masa yang paling mengesankan dan bisa berlanjut ketahap perkembangan, selanjutnya akan menjadi individu yang pemaarah. Selain itu, kekerasan juga terjadi dengan keterlibatan peran gender (laki-laki dan perempuan). Studi lain dari Ahmed dan Braithwaite (2005) menunjukkan bahwa perilaku kekerasan fisik diantara anak-anak terjadi karena beberapa faktor yaitu akibat mendapatkan perilaku kasar di rumah, budaya keras di sekolah, dan rendahnya harga diri anak.

Studi lain adalah observasi dan wawancara kami pada tanggal 17 Desember 2012 bersama para Ibu yang mempunyai anak di bawah enam tahun. Sebagian dari mereka menyatakan bahwa anak-anak

mereka cenderung melawan dan mendiamkan ibunya saat apa yang mereka harapkan tidak dipenuhi. Perilaku yang ditunjukkan sebagai contoh, menangis yang tak henti-henti dan merusak mainan lain miliknya.

Melihat fenomena di atas bahwa perilaku anti prososial di kalangan anak-anak sudah tidak mengherankan lagi. Meskipun pada dunia anak adalah dunia bermain bersama teman-teman sebayanya yang mampu membawa mereka ke dalam kebahagiaan dan proses perkembangan aspek kognitif, sosial dan kepribadian, tetapi dalam setiap hubungan interpersonal sedikit banyak terdapat konflik yang sulit dihindarkan hingga salah satu pihak menyerang pihak lain walaupun dengan cara-cara yang masih sederhana, selanjutnya korban menjadi terluka dan menunda atau bahkan mengurangi keakraban.

Papalia, Old dan Feldman (2010) menguraikan tahapan perkembangan anak terkait dengan tahapan psikososialnya. *Pertama*, berkaitan dengan emosi. Pada setiap individu pasti akan merasakan emosi dan tingkatan emosi tersebut akan berbeda dengan individu yang lain. Seorang anak akan lebih mudah merasakan senang, sedih, kecewa, marah sementara anak yang lain tidak. Emosi ini memainkan peran yang penting. Emosi dapat berfungsi sebagai salah satu sarana untuk mengkomunikasikan kebutuhan, keinginan, respon dan lain sebagainya. Saat anak masuk usia 15 dan 24 bulan atau sekitar dua tahun anak sudah mampu mengekspresikan kesadaran diri seperti rasa malu dan iri yang mengantarkan anak pada emosi pemahaman diri. Pada tahun kedua usianya anak mulai menunjukkan rasa empati kepada orang lain. Mereka mampu memposisikan diri pada posisi orang lain dan mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain. Pada usia sekitar tiga tahun anak mulai mengembangkan emosi evaluasi diri seperti malu dan perasaan bersalah. Usia inilah anak dapat mengevaluasi dirinya terkait pemikiran, hasrat dan perilakunya sendiri berkenaan dengan apa yang bisa diterima oleh sosial. *Kedua*, tempramen mengacu mengenai bagaimana cara anak dalam mendekati atau bereaksi terhadap lingkungan. Ada tiga pola tempramental (a) anak dengan tempramen sedang dicirikan memiliki perasaan lembut,

merespon sesuatu yang baru, beradaptasi dengan mudah dan menerima perasaan frustrasi dengan sedikit pertengkaran. (b) anak dengan tempramen tinggi dicirikan dengan sering menunjukkan perasaan negatif kurang baik dalam merespon sesuatu yang baru, curiga terhadap orang asing dan bereaksi terhadap frustrasi dengan kemarahan. (c) anak dengan tempramen rendah dicirikan dengan memiliki reaksi dengan intensitas ringan baik positif maupun negatif, merespon sesuatu dengan lambat dan menunjukkan respon awal negatif pada stimuli baru. *Ketiga*, Konsep diri. Pada usia empat tahun anak mulai mengembangkan konsep diri yang lebih komprehensif. Dalam aspek sosial mereka meningkatkan pemahaman tentang bagaimana orang melihat mereka. Masuk usia selanjutnya anak-anak mampu menghubungkan satu aspek dirinya dengan yang lain, mampu mengintegrasikan karakteristik tertentu dari diri ke dalam konsep umum dan mengartikulasikan pemahaman nilai. *Keempat*, Harga diri. Anak-anak secara umum memang belum mampu mengartikulasikan konsep nilai tetapi yang mereka tunjukkan adalah dengan perilaku. Anak berusia lima tahun cenderung meramalkan persepsi diri dan fungsi sosial-emosionalnya. Dari uraian perkembangan psikososial anak tersebut dapat disimpulkan bahwa munculnya emosi sudah ada sejak awal kehidupan anak yang mana emosi-emosi tersebut akan berpengaruh pada perilakunya.

Dalam interaksi sosial berbagai masalah seperti konflik terjadi diantara anak. Sebagai jawaban atas luka yang diakibatkan oleh orang lain, maka anak biasanya mengalami tekanan yang berhubungan dengan emosi negatif seperti kemarahan, kebencian, permusuhan, kemarahan, kepahitan, ketakutan dan kecemasan. Bukti penelitian menunjukkan emosi negatif apabila berlarut-larut akan menyebabkan individu menjadi pemurung, fisik menurun, suasana hati yang gelisah selanjutnya menjadi penyakit yang kronis seperti depresi dan juga menyebabkan rusaknya hubungan interpersonal (Flanagan, dkk., 2012). Akibat dari emosi negatif ini maka anak akan melakukan tindakan pembalasan, mencari keadilan dan penggantian kerugian.

Perilaku kekerasan diantara anak bisa diwujudkan dalam bentuk fisik maupun non fisik. Kekerasan fisik misalnya salah satu

sehat menuju anak yang lebih sehat secara fisik dan mental. Untuk menjawab masalah ini diperlukan suatu usaha yaitu intervensi pemaafan agar anak-anak lebih mengembangkan dalam aspek psikososialnya. Intervensi pemaafan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik konseling.

Intervensi pemaafan dapat dimaknai sebagai usaha untuk membantu anak-anak agar menjadi individu yang mempunyai perasaan positif. Day, dkk. (2008) menyatakan bahwa intervensi pemaafan dapat mengurangi kemarahan dan efektif dalam mengurangi pelanggaran. Lin, Enright dan Klatt (2011) menyatakan Intervensi pemaafan telah banyak digunakan secara efektif dalam bidang konseling untuk membantu memulihkan kesehatan emosi anak atas perlakuan tidak nyaman dari orang lain. Program ini bertujuan membantu anak untuk (1) memahami lima konsep pemaafan yaitu perasaan bangga terlibat dalam hubungan sosial, cinta, kebaikan, rasa hormat dan kedermawanan, (2) memahami suatu keadaan dan (3) mengidentifikasi respon yang mungkin untuk suatu keadaan. Dengan intervensi pemaafan ini harapannya diantara anak akan terjalin hubungan yang akrab yaitu ditandai dengan kedekatan, membuka diri memulai komunikasi, dukungan emosional, persetujuan untuk saling terbuka dalam komunikasi, dan kepuasan (Kenny, Dooley, & Fitzgerald, 2013).

Berdasarkan kerangka konsep di atas dapat diajukan hipotesis bahwa intervensi pemaafan dengan menggunakan konseling dapat meningkatkan hubungan interpersonal anak. Penelitian ini akan memberikan sumbangsih pada bagaimana anak mampu mengelola emosi dan mengembangkan kognitifnya dalam hubungannya dengan dunia sosial. Saat anak mampu memaafkan pihak lain dan melupakan rasa sakit hatinya, maka akan sehat secara fisik dan mental dan berpengaruh pada perkembangan psikososial terkait dengan hubungan interpersonalnya.

Metode

Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah intervensi pemaafan dengan konseling sebagai variable bebas (X) dan hubungan interpersonal sebagai variable terikat (Y).

Intervensi dengan teknik konseling diampu oleh psikolog perkembangan anak. Materi yang dipakai dalam intervensi ini mengacu pada Lin, Enright dan Klatt (2011) bertujuan membantu anak untuk (1) memahami lima konsep pemaafan yaitu perasaan bangga terlibat dalam hubungan sosial, cinta, kebaikan, rasa hormat dan kedermawanan, (2) memahami suatu keadaan dan (3) mengidentifikasi respon yang mungkin untuk suatu keadaan.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah enam anak berusia 5-6 tahun diambil dari kelompok B sekolah taman kanak-kanak (TK) Ukhuwah Islamiyah, Kauman Yogyakarta. Pengambilan sampel dengan menggunakan random, dengan pertimbangan diasumsikan partisipan mempunyai karakteristik yang sama.

Prosedur

Penelitian ini dilaksanakan dengan tahapberikut:

1). Penyusunan modul intervensi pemaafan dengan konseling

Pada tahap penyusunan modul peneliti menggunakan teknik *professional judgment* yaitu peneliti mengkonsultasikan draft kepada ahli konseling anak sampai draft dinyatakan layak.

2). Uji coba alat ukur

Penelitian ini menggunakan skala karena mengukur atribut afektif (Azwar, 2012). Pada penyusunan skala hubungan interpersonal, peneliti membuat sendiri namun mengacu pada Kenny, Dooley, dan Foltzgerald (2013) dengan komponen hubungan interpersonal adalah kedekatan, membuka diri memulai komunikasi, dukungan emosional, persetujuan untuk saling terbuka dalam komunikasi, dan kepuasan. Langkah *pertama*, adalah mengkonsultasikan kepada ahli (*professional judgment*). *Kedua*, Untuk mendapatkan validitas yang tinggi maka dilakukan uji validitas dengan cara mengkorelasikan skor masing-masing item dengan skor totalnya.

Untuk pengisian skala, responden akan dibantu oleh tim peneliti dengan tujuan agar responden faham betul mengenai apa yang harus dijawab sesuai dengan keadaannya masing-masing. Tim peneliti yang bertugas dibagi menjadi dua yaitu

sebagai penanya yang juga mengisi jawaban yang diberikan oleh responden dan Korektor yang mengoreksi dari kesamaan jawaban responden dengan apa yang dicatat pada tim pertama.

Item yang bagus tidak tercapai apabila batas kriterianya di bawah 0,30. Pengujian reliabilitas menggunakan koefisien reliabilitas alpha yaitu penyajian satu bentuk skala yang hanya sekali dikenakan pada sekelompok responden (Azwar, 2004). Hasil uji coba 31 item dari skala hubungan interpersonal menunjukkan koefisien reliabilitas *alpha* sebesar 0,869. Dari 31 item tersebut terdapat 10 item yang gugur yaitu batas kriterianya ada di bawah 0,30. Selanjutnya 21 item yang dinyatakan lolos memenuhi kriteria di atas 0,30 digunakan sebagai pengukuran hubungan interpersonal.

3). Pelaksanaan

Pada setiap kali intervensi setiap anak akan mendapat perlakuan individual dan kelompok dan mereka akan diajak berdiskusi, menunjukkan kreasi dan diakhir sesi akan diberikan hadiah atas perilaku yang mereka tunjukkan. Intervensi ini dilakukan selama lima kali perlakuan dengan setiap sesi pertemuan membutuhkan waktu 60 menit. Hal ini dilakukan atas pertimbangan bahwa konsentrasi belajar anak pendek. Bentuk kegiatan dalam intervensi mengacu pada Hui dan Chau (2009) yaitu *Pertama*, aktivitas untuk mengingat penyerangan, pengalaman yang terluka, dan reaksi kearah pelanggar. *Kedua*, membagi kelompok untuk menguji bagaimana peserta mengatasi hal negatif dan kerugian-kerugian yang mereka rasakan. *Ketiga*, kelompok belajar memahami

pemaafan. *Keempat*, kelompok mendiskusikan manfaat dari memaafkan. *Kelima*, belajar pemaafan sebagai suatu pilihan yang berhubungan dengan luka pribadi dan komitmen untuk memaafkan. *Keenam*, bermain peran sebagai strategi belajar memaafkan. *Ketujuh*, kegiatan untuk memperkenalkan ke peserta mengenai pengenalan jiwa orang lain dan rasa kasihan. *Kedelapan*, diskusi mengenai kebutuhan akan memaafkan.

Analisis data

Pengujian hipotesis menggunakan metode statistik non parametrik dikarenakan keterbatasan jumlah responden dan uji-t untuk melihat perbedaan *pretest* dan *post test* dari hubungan interpersonal anak. Pengolahan data menggunakan seri program *SPSS 15.00 for windows*.

Hasil

Dari tabel 1 terlihat bahwa mean untuk enam responden setelah perlakuan lebih besar dibandingkan dengan sebelum perlakuan. Taraf signifikasinya untuk $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi pemaafan dengan teknik konseling dapat meningkatkan hubungan interpersonal anak.

Responden pada penelitian ini termasuk dalam jenis data sampel berhubungan/*between treatment* dan dikarenakan terbatasnya jumlah responden sehingga uji hipotesis komparatif atau uji-t menggunakan jenis uji statistik *non parametric/Wilcoxon Sign Rank test*. Hasil uji-t dapat dilihat pada table berikut :

Tabel 1. Efek Intervensi pemaafan terhadap hubungan interpersonal sebelum dan sesudah perlakuan

waktu	Mean	N	SD	Sig.(2 tailed)
Sebelum perlakuan	13.33	6	1.21	0.024
Setelah perlakuan	16	6	0.89	

Pembahasan

Dampak dari intervensi pemaafan dengan teknik konseling dalam penelitian ini membawa anak pada hubungan interpersonal yang lebih positif dan menguatkan studi-studi sebelumnya (Hui & Chau, 2009; Lin, Enright & Klatt, 2011). Beberapa alasan yang bisa menjelaskan bahwa teknik

konseling efektif adalah *pertama*, diampu oleh ahli dibidangnya sehingga sudah terbiasa berkomunikasi dan mengenal pendekatan-pendekatan dalam menghadapi anak. Pada saat dilakukannya konseling, anak-anak terbawa pada situasi yang mengasyikkan. Hal ini sesuai dengan pendapat Lev Vygotsky (Santrock, 2002) yang menyatakan bahwa apabila anak

diampu oleh orang yang professional dibidangnya maka perkembangan mental anak akan menjadi semakin cepat. *Kedua*, latar belakang sekolah yang menjadi objek penelitian merupakan sekolah dengan peringkat terakreditasi dan sudah eksis di tengah-tengah masyarakat, sehingga dampaknya adalah sekolah sangat mendukung kegiatan ini yang pada intinya memberikan kebebasan kepada peneliti sehingga kegiatan dapat berjalan sesuai yang direncanakan. Ini menunjukkan bahwa sekolah memberikan fasilitas pengembangan social yang lebih luas dalam memberikan pengalaman kepada para siswa selama mereka masih sekolah (Leeper, S. H., Skipper, D. S & Witherspoon, R. L., 1979). *Ketiga*, latar belakang orangtua siswa yang menjadi responden mayoritas berasal dari keluarga dengan tingkat pendidikan, ekonomi dan sosial di atas rata-rata sehingga bisa diasumsikan bimbingan dari orang tua, pemberian gizi yang baik serta lingkungan keluarga yang harmonis menjadikan anak tumbuh individu dengan sehat dan mudah menerima pengalaman dari lingkungan (Santrock, 2002). *Keempat*, teknik konseling sudah sangat famlier dalam mengembangkan aspek perkembangan anak. Teknik konseling yang digunakan dalam penelitian ini tidak serta merta hanya bimbingan saja melainkan ada variasi dalam proses pembimbingan seperti kegiatan *role play*, *group sharing*, dan disediakan media sehingga anak mampu mengambil keputusan secara individual maupun kelompok saat memecahkan masalah. Cara inidengan mudah membantu anak dalam menerima pemahaman dengan cara yang alami dan menyenangkan. Dengan demikian saling memahami emosi diantara anak merupakan proses kognitif yang mengarahkan mereka kepada tindakan (Papalia, Old & Feldman, 2010).

Penelitian ini mendukung studi-studi sebelumnya, sebagai contoh Flanagan, dkk (2012) menunjukkan bahwa pemaafan berkorelasi negative dengan kecemasan social dan efek dari intervensi pemaafan akan membangun motivasi untuk berubah lebih positif (Day, dkk., 2008). Penelitian intervensi pemaafan ini menekankan pada aspek emosi positif anak untuk berubah, tumbuh dan berkembang ke arah yang lebih positif dengan menggunakan pendekatan psikologi

positif, yaitu suatu pendekatan merubah anak dari yang sehat menjadi sangat sehat dengan cara melihat sisi-sisi positif anak dimana situasi saat intervensi dibuat serileks mungkin. Masing-masing anak diberikan kebebasan untuk mengungkapkan ide, emosi dan kreativitasnya. Sebagai contoh, anak diminta untuk menyatakan hal-hal positif yang mereka miliki. Sentuhan emosi ke arah positif menjadi bagian yang krusial (Fredrickson dalam Snyder & Lopez, 2005).

Hasil penelitian menggunakan pendekatan psikologi positif ini walaupun secara metode berbeda namun mendukung dari studi dari Levenson, Aldwin dan Yacura (2006) yang menyatakan bahwa pendekatan psikologi positif mampu menaikkan empati, kecerdasan emosional, kepuasan hidup dan kesehatan. Penelitian ini juga mendukung Wade (Hui & Chau, 2009) yang menyatakan bahwa adanya intervensi akan lebih baik dibanding tidak ada intervensi. Hal ini sesuai dengan data *post test* menunjukkan peringkat yang lebih baik dibandingkan hasil *pretest*-nya dari hubungan interpersonal anak.

Dengan demikian hasil penelitian ini menjadi petunjuk bahwa pelayanan kepada anak memang harus menekankan pada sisi positif yang dimiliki anak dan juga harus didukung dengan metode yang cocok dan pembimbing yang berkompeten dibidangnya.

Penutup

Efek intervensi pemaafan dengan teknik konseling membawa anak pada kualitas hubungan interpersonal yang lebih baik. Anak-anak menjadi semakin akrab, berempati dan mengurangi kemarahan. Catatan akhir dalam penelitian ini adalah saat anak secara fisik dan mental sehat maka perkembangan psikososialnya pun akan lebih cepat berkembang bilamana mereka diberikan pelayanan yang adil dan juga sesuai dengan kebutuhan mereka. Orang-orang yang mempunyai kompetensi mengenal tumbuh kembang anak dan disesuaikan dengan metode yang cocok akan membantu anak sukses mengembangkan aspek emosinya dan psikososialnya ke arah yang lebih positif.

Daftar Pustaka

Ahmed, A. & Braithwaite, J.

- (2005). Forgiveness, shaming, shame and bullying. *The Australian and New Zealand Journal of Criminology*. 38 (3) 298-323
- Azwar, S. (2004) Penyusunan skala psikologi. Pustaka Pelajar : Yogyakarta
- Azwar, S. (2012) Penyusunan skala psikologi. Pustaka Pelajar : Yogyakarta
- Dirjen Paudni. (2010). Peraturan Menteri Pendidikan Nasional tentang standar pendidikan anak usia dini. Kementerian Pendidikan Nasional : Jakarta
- Day, A., Gerace, A., Wilson, C., & Howells, K. (2008). Promoting forgiveness in violent offenders : a more positive approach to offender rehabilitation ?. *Aggression and Violent Behavior*. (13) 195-200.
- Flanagan, K. S., Hoek, K. K. V., Ranter, J. M., & Reich, H. A. (2012). The potential of forgiveness as a response for coping with negative peer experience. *Journal of Adolescence*. (35) 1215-1223.
- Griffin, R. S., & Gross, A. M. (2004). Childhood bullying: current empirical findings and future directions for research. *Aggression and Violent Behavior*. (9) 379-400.
- Hamidi, F., Makwand, Z. A., & Hosseini, Z. M. (2010). Couple therapy: forgiveness as an Islamic approach in counselling. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. (5) 1525-1530.
- Hui, E.K.P & Chau, T. S. (2009). The impact of a forgiveness with Hongkong Chinese children hurt in interpersonal relationship. *British Journal of Guidance and Counselling*. 37 (2) 141-156.
- Kenny, R., Dooley, & Fitzgerald. A. (2013). Interpersonal relationship and emotional distress in adolescent. *Journal of Adolescent*. 351-360.
- Levenson, M. R., Aldwin, C. M., & Yacura, L., (2006). Positive emotional change: mediating effects of forgiveness and spirituality. 2 (6) 498-508.
- Lin, W. N., Enright, R. & Klatt, J. (2011). Forgiveness as character education for children and adolescents. *Journal of Moral Education*. 40 (2) 237-253.
- Leeper, S. H., Skipper, D. S., & Witherspoon, R. L., (1979). Good schools for young children. Fourth edition. Mcmillan Publishing Co., Inc : USA.
- Myers, A. & Hansen, C. H. (2001). *Experimental Psychology*. Wadsworth: USA.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman R. D. (2010). *Human development*. Terjemahan. Kencana : Jakarta.
- Santrock, J. W., (2002). *Life span development*. Terjemahan. Edisi kelima. Jilid 1. Erlangga : Jakarta.
- Santoso, S. *Kupas tuntas riset eksperimen dengan excel dan minitab 15*. Elex media komputindo : Jakarta.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2005). *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press, Inc. : New York.