

Rumination and Empathy on Forgiveness in College Students Who Have Been Victims of Dating Violence

Ruminasi dan Empati terhadap Pemaafan pada Mahasiswa yang Pernah Menjadi Korban Kekerasan dalam Berpacaran

Devitha Meutia Fani

Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma, Indonesia

Email: devithameutiafani@gmail.com

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 2023-09-01

Revisi 2023-10-22

Diterima 2023-11-29

Keyword:

Rumination;

Empathy;

Forgiveness

ABSTRACT

Dating violence often leaves anger or hurt on the part of the victim. For individuals who have experienced this condition, forgiveness is important so that they can move into the future with lighter feelings. The condition of always remembering painful events (rumination) and a willingness to empathize with the perpetrator is predicted to influence the victim to forgive the perpetrator. The objective of this research is to investigate the impact of rumination and empathy on forgiveness in college students who have been victims of dating violence. The respondents of this study were 74 college students who had been victims of violence in dating, which were obtained using purposive sampling technique. The measuring instrument used in this research is the scale of Transgression-Related Interpersonal Motivation Inventory (TRIM-18), Rumination of Interpersonal Offence (RIO), and Empathic Understanding. The method of data analysis used in this study is multiple regression technique. The results of the analysis show that together rumination and empathy have a very significant effect on forgiveness in respondents who are college students who have been victims of dating violence, with a large effect of 17.7%. By comparing each variable, it is known that rumination has a very significant effect and the effect of empathy is significant. So even though the two variables influence respondents to be able to forgive the perpetrator, it is rumination that is more influential. This means that the more often you remember the painful events that have been experienced, the more difficult it is for the respondent to forgive the perpetrator.

ABSTRAK

Kekerasan dalam pacaran seringkali meninggalkan kemarahan atau sakit hati di pihak korban. Bagi individu yang pernah mengalami kondisi tersebut, memaafkan menjadi hal penting agar dapat melangkah ke masa depan dengan perasaan lebih ringan. Kondisi selalu mengingat peristiwa menyakitkan (ruminasi) dan kemauan untuk empati terhadap pelaku, diprediksi mempengaruhi korban untuk memaafkan pelaku. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh ruminasi dan empati terhadap pemaafan pada mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran. Responden penelitian ini merupakan 74 mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran, yang diperoleh dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah yaitu skala *Transgression-Related Interpersonal Motivation Inventory* (TRIM-18), *Rumination of Interpersonal Offence* (RIO), dan *Empathic Understanding*. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik regresi berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa secara bersama-sama ruminasi dan empati memberikan pengaruh yang sangat signifikan terhadap pemaafan pada responden yang merupakan mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam pacaran, dengan besar pengaruh sebanyak 17,7%. Dengan membandingkan masing-masing variabel diketahui bahwa ruminasi memberikan pengaruh yang sangat signifikan dan pengaruh empati adalah signifikan. Jadi walaupun kedua variabel mempengaruhi responden untuk bisa memaafkan pelaku, namun ruminasi yang lebih berpengaruh. Hal ini berarti bahwa semakin sering mengingat-ingat peristiwa menyakitkan yang pernah dialami, semakin menjadikan responden lebih sulit untuk bisa memaafkan pelaku.

Kata Kunci

Ruminasi;
Empati;
Pemaafan

Copyright © 2023 Devitha Meutia Fani

Korespondensi:

Devitha Meutia Fani

Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma

Email: devithameutiafani@gmail.com



LATAR BELAKANG

Manusia merupakan entitas sosial yang mengharuskan adanya interaksi sosial dengan sesama manusia. Interaksi ini bisa ditemukan melalui keluarga, kerabat, atau teman. Namun, ada kalanya individu memiliki ketertarikan pada individu lainnya dan berkeinginan untuk membangun hubungan romantis dengan mereka. Karena faktanya, dorongan yang kuat untuk membangun keintiman dengan orang lain merupakan bagian dasar dari sifat manusia (Miller, 2018). Maka dari itu, saat beranjak dewasa tidak jarang individu menjalin hubungan romantis yang biasa disebut juga dengan pacaran. Menurut definisi yang dikemukakan oleh Straus (2004), pacaran diartikan sebagai keterlibatan dua individu dalam suatu hubungan yang melibatkan pertemuan untuk berkomunikasi dan melakukan kegiatan bersama yang dapat secara implisit maupun eksplisit dengan tujuan untuk melanjutkan hubungan hingga salah satu pihak mengakhiri atau sampai hubungan tersebut berkembang menjadi hal yang lebih serius, seperti tinggal bersama, pertunangan, atau pernikahan.

Berpacaran sendiri tidak asing lagi di telinga masyarakat. Khususnya pada kalangan mahasiswa yang menganggap itulah cara untuk mencari pasangan yang cocok ke jenjang pernikahan nanti. Setiap individu tentunya mengharapkan terjalannya hubungan yang harmonis dan penuh dengan kegembiraan. Namun, dalam menjalin suatu hubungan dengan seseorang yang sebelumnya tidak kita kenal, ada kalanya perbedaan pendapat, pandangan, dan prinsip dapat menyebabkan hubungan tersebut diisi dengan perselisihan. Dalam perselisihan atau konflik yang terjadi dalam hubungan romantis tersebut, salah satu konsekuensi yang dapat timbul adalah kekerasan dalam pacaran.

Kekerasan dalam pacaran merupakan tindakan agresi yang dilakukan oleh individu terhadap pasangannya, dalam bentuk kekerasan fisik, psikologis, maupun seksual (Maulida & Rifayanti, 2022). Banyak kasus kekerasan dalam pacaran telah terjadi di berbagai wilayah dunia. Fakta ini dibuktikan oleh data yang dikemukakan oleh *World Health Organization* (WHO) yang menunjukkan bahwa sekitar satu dari tiga wanita di seluruh dunia (sekitar 30%) telah mengalami kekerasan fisik dan atau seksual dalam konteks hubungan romantis atau dapat disebut sebagai kekerasan dalam pacaran. Di seluruh dunia, hampir sepertiga (27%) wanita berusia 15-49 tahun yang telah terlibat dalam hubungan romantis melaporkan bahwa mereka telah mengalami berbagai bentuk kekerasan dalam pacaran dari pasangan mereka (World Health Organization, 2021).

Tidak hanya wanita, laki-laki juga dapat menjadi korban dari kekerasan dalam pacaran. Diperkuat oleh data survey yang dikemukakan oleh *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC), bahwa pria di Amerika Serikat memiliki tingkat kekerasan dalam pacaran yang tinggi. Sekitar 56% pria menjadi korban kekerasan seksual, kekerasan fisik, dan atau penguntitan oleh pasangan romantis (Centers for Disease Control and Prevention, 2020). Di Indonesia sendiri, Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) mencatatkan

sekitar 299.911 kasus kekerasan dalam pacaran selama tahun 2020 dalam Catatan Tahunan (CATAHU). Berdasarkan kumpulan data tersebut, kekerasan dalam pacaran menempati peringkat kedua sebanyak 1.309 kasus dengan persentase sebanyak 20% (Komnas Perempuan, 2021).

Kekerasan dalam pacaran merupakan kondisi yang tidak dapat ditolerir, sehingga kebanyakan korban harus mengakhiri hubungan tersebut agar tidak terjadi hal-hal yang semakin parah. Mengalami kekerasan dalam pacaran tentu saja merupakan sebuah mimpi buruk bagi semua orang, terlebih lagi dilakukan oleh seseorang yang disayangi. Tidak diragukan lagi bahwa korban kekerasan dalam pacaran akan memiliki luka batin dalam dirinya. Namun, pemaafan adalah cara yang tepat untuk mencapai perdamaian batin (Enright dan North, 1998). Simon dan Simon (2009) berpendapat bahwa pemaafan bukanlah melupakan dan bukan pula bahwa korban kekerasan tidak boleh lupa atas kejadian menyakitkan yang telah dialami. Pengalaman mereka memiliki banyak hal untuk mengajari mereka tentang hidup.

Pemaafan tidak berarti membebaskan pelaku dari semua akibat dari perbuatannya. Pelaku tetap bertanggung jawab atas tindakannya dan harus menerima konsekuensi dari perbuatan tersebut (McCullough dkk, 2000). Pemaafan mencerminkan perubahan positif dalam motivasi interpersonal seseorang, dimana individu tidak lagi menjauhi kontak personal dan psikologis dengan pelaku, mengurangi keinginan untuk membalas dendam atau menyaksikan pelaku menderita, dan menunjukkan kebajikan serta kedermawanan (McCullough dkk, 2006). Ketika korban telah mencapai pemaafan, maka korban akan mengalami penurunan dampak negatif dari peristiwa menyakitkan yang pernah dialami dan juga dapat merasakan emosi positif serta kondisi psikologis yang lebih baik (Hanifah dkk, 2022).

Pemaafan bukanlah sesuatu yang mudah untuk dilakukan. Seringkali walaupun korban telah memutuskan hubungan dengan pelaku, luka fisik maupun psikis yang didapatkannya dari kekerasan dalam pacaran tersebut tidak langsung sembuh sehingga banyak korban yang masih merasakan sakit hati dan sulit untuk melupakan bahkan memaafkan pelaku kekerasan dalam pacaran (Enright & North, 1998). Perasaan tidak memaafkan adalah emosi dingin yang melibatkan kebencian, kepahitan, dan mungkin dendam, bersama dengan motivasi untuk melakukan penghindaran atau pembalasan terhadap pelaku (Worthington & Wade, 1999). Perasaan tidak memaafkan mengarah pada ruminasi atau perenungan, penghindaran, dan balas dendam (Toussaint dkk, 2015).

Perkembangan sikap tidak memaafkan dihipotesiskan melibatkan perenungan tentang sifat sakit hati atau kejadian menyakitkan, konsekuensinya bagi korban atau hubungan, dan motivasi pelaku (Wade & Worthington, 2003). Jika dalam proses menuju pemaafan ini korban melakukan perenungan tentang peristiwa atau kejadian tertentu yang menyakitkan setelah peristiwa tersebut berlalu dan pelaku tersebut pergi kemudian menyebabkan kekhawatiran berlebih pikiran yang mengganggu, disinilah ruminasi berperan. Nolen-Hoeksema dkk (2008) mendefinisikan ruminasi sebagai pola respons di

mana seseorang berulang kali berfokus pada peristiwa negatif yang tidak diinginkan tanpa berusaha menuju perubahan. Semakin sering seseorang melakukan ruminasi maka kemungkinan pemaafan akan semakin kecil. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti (2019) yang melibatkan 619 perempuan dewasa awal berusia 20-40 tahun yang pernah menjadi korban kekerasan fisik atau verbal dari pasangan mereka. Hasil penelitian memberikan hasil bahwa terdapat pengaruh antara tingkat ruminasi dan pemaafan pada korban kekerasan dalam berpacaran sebesar 7,2%.

Korban tidak mungkin harus terjebak ke dalam emosi negatif yang disebabkan oleh ruminasi selamanya. Pada proses mengubah emosi negatif tersebut menjadi lebih positif dapat dilakukan dengan berempati. Davis (2018) mendefinisikan empati sebagai suatu respons yang cepat dan tidak disengaja yang melibatkan munculnya perasaan emosional serta kemampuan untuk merasakan pengalaman emosional orang lain tanpa adanya perantara. Empati sering kali ditandai oleh perasaan kasih sayang, kelembutan, dan simpati. Menurut Kohut (2020) empati mungkin melibatkan kehangatan dan kebaikan, namun bukan itu yang utama. Empati adalah sebuah disiplin dan pemahaman intuitif yang menunjukkan sisi positif dari manusia yang peduli.

Dalam hal memaafkan, menjadi empatik melibatkan mempertimbangkan faktor kemanusiaan pelaku. Zechmeister dan Romero (2002) mengemukakan bahwa perilaku dari pelaku, seperti menawarkan permintaan maaf, mengakui kesalahan, dan menunjukkan penyesalan, berperan kuat dalam pemberian pemaafan. Ketika pelaku meminta maaf, mereka secara implisit mengungkapkan kesalahan dan kerentanan mereka, yang mungkin menyebabkan munculnya perasaan empati, sehingga memotivasi korban untuk memaafkan pelaku.

Hal ini dibuktikan oleh Untari (2014) dalam penelitiannya di Universitas Mulawarman pada 60 mahasiswi yang pernah mengalami kekerasan dalam berpacaran dan menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara tingkat empati dengan sikap pemaaf. Rifayanti (2022) dalam penelitiannya juga menemukan hasil serupa, yang menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara tingkat empati dengan pemaafan.

Penelitian tentang ruminasi dan empati terhadap pemaafan juga telah dilakukan oleh Chung (2014) yang menguji peran ruminasi, empati dan pemaafan. Hasilnya menunjukkan bahwa ruminasi yang berlebihan dan kurangnya empati berdampak negatif pada pemaafan. Berdasarkan konteks masalah dan penelitian sebelumnya yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna mengetahui apakah ada dan seberapa besar pengaruh ruminasi dan empati terhadap pemaafan pada mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dimana penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang

fokus pada pengumpulan informasi berdasarkan data-data dalam bentuk angka dan analisisnya menggunakan metode statistika (Azwar, 2014). Jenis penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional, dimana menurut Creswell & Creswell (2018), penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang menggunakan metode statistik untuk mengukur pengaruh antara dua variabel atau lebih.

Subjek Penelitian

Populasi yang menjadi subjek dalam penelitian ini ialah mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran yang tidak diketahui jumlahnya. Metode yang digunakan untuk menentukan sampel dalam penelitian ini adalah metode *accidental sampling*. *Accidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel yang didasarkan pada kebetulan, di mana sampel diambil dari individu yang secara insidental memenuhi kriteria yang dibutuhkan dan dapat digunakan sebagai sampel penelitian (Sugiyono, 2012). Dalam penelitian ini, sampel terdiri dari 74 mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran, berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, berusia 18-30 tahun, dan saat ini sudah tidak terlibat dalam hubungan tersebut atau sudah memutuskan pelaku.

Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, validitas yang digunakan untuk menguji skala pemaafan, ruminasi, dan empati adalah validitas isi. Validitas isi digunakan untuk mengukur sejauh mana aitem-aitem tes dapat diukur dengan bantuan pendapat orang lain atau *expert judgement* (Sugiyono, 2013). Adapun pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Cronbach's Alpha* dengan bantuan SPSS versi 25 for windows. Sebuah alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien konsistensi internal skala yang diukur menggunakan *Cronbach's Alpha* bernilai sama atau lebih dari 0,7 (Creswell & Creswell, 2018).

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui penggunaan Skala Likert yang disebarkan dalam bentuk formulir *online*. Skala tersebut terdiri dari tiga bagian, yaitu skala pemaafan, skala ruminasi, dan skala empati. Setiap skala terdiri dari pernyataan yang berorientasi positif (*favorable*) dan pernyataan yang berorientasi negatif (*unfavorable*) serta responden diminta untuk memberikan tanggapan menggunakan lima pilihan jawaban dari Sangat Setuju (SS) sampai Sangat Tidak Setuju (STS).

Skala pemaafan pada penelitian ini disusun menggunakan skala *Transgression-Related Interpersonal Motivations* (TRIM-18) yang dikemukakan oleh McCullough dkk (2006) berdasarkan aspek-aspek dari pemaafan yaitu *avoidance motivations*, *revenge motivations*, dan *benevolence motivations*. Kemudian untuk skala ruminasi menggunakan skala *Rumination of Interpersonal Offence* (RIO) berdasarkan pengertian ruminasi menurut Wade dkk (2008). Adapun skala empati menggunakan *Empathic Understanding* yang dikembangkan oleh Exline dkk (2008).

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, data dianalisis menggunakan teknik analisis regresi berganda (*multiple regression*) untuk memeriksa pengaruh dan menguji hipotesis antara variabel independen atau bebas (ruminasi dan empati) terhadap variabel dependen atau terikat (pemaafan).

HASIL PENELITIAN

Analisis Deskripsi

Pada penelitian ini, data dari sejumlah 74 responden yang meliputi jenis kelamin, usia, lama berpacaran dengan pelaku, lama memutuskan hubungan dengan pelaku, dan riwayat kekerasan dalam rumah tangga akan dilakukan analisis deskripsi data. Adapun rincian analisis deskripsi pada tiap kategori tersebut antara lain sebagai berikut.

Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1 di bawah ini menunjukkan hasil analisis deskripsi responden berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 1. Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

| No. | Jenis Kelamin | Jumlah | Persentase |
|-----|---------------|--------|------------|
| 1 | Laki-laki | 5 | 6,8 |
| 2 | Perempuan | 69 | 93,2 |
| | Total | 74 | 100 |

Bersumber pada Tabel 1 yang disajikan, dalam penelitian ini terdapat 5 responden laki-laki (6,8%) dan 69 responden perempuan (93,2%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran, adalah perempuan dengan jumlah sebanyak 69 orang atau 93,2%.

Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2 di bawah ini menampilkan hasil analisis deskripsi responden berdasarkan kelompok usia.

Tabel 2. Responden Berdasarkan Usia

| No. | Usia | Jumlah | Persentase |
|-----|---------------|--------|------------|
| 1 | 17 – 21 tahun | 58 | 78,4 |
| 2 | 22 – 25 tahun | 14 | 18,9 |
| 3 | 26 – 30 tahun | 2 | 2,7 |
| | Total | 74 | 100 |

Dari Tabel 2 yang diberikan, terlihat bahwa mayoritas mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini berada pada kelompok usia 17 hingga 21 tahun, dengan jumlah sebanyak 58 responden atau 78,4%. Hal ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini termasuk dalam kategori remaja akhir.

Responden Berdasarkan Lama Berpacaran dengan Pelaku

Tabel 3 di bawah ini menunjukkan hasil analisis deskripsi responden berdasarkan durasi berpacaran dengan pelaku.

Tabel 3. Responden Berdasarkan Lama Berpacaran dengan Pelaku

| No. | Lama Berpacaran | Jumlah | Persentase |
|-----|-----------------|--------|------------|
| 1 | < 1 Tahun | 33 | 44,6 |
| 2 | 1 – 2 Tahun | 25 | 33,8 |
| 3 | > 2 Tahun | 16 | 21,6 |
| | Total | 74 | 100 |

Berdasarkan Tabel 3 yang disajikan, terlihat bahwa mayoritas mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran dalam penelitian ini memiliki lama berpacaran dengan pelaku selama kurang dari satu tahun, yaitu sebanyak 33 responden atau 44,6%. Data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini menjalin hubungan romantis dengan pelaku berdurasi kurang dari satu tahun.

Responden Berdasarkan Lama Memutuskan Hubungan dengan Pelaku

Tabel 4 berikut ini menunjukkan hasil analisis deskripsi responden berdasarkan lama memutuskan hubungan dengan pelaku.

Tabel 4. Responden Berdasarkan Lama Memutuskan Hubungan dengan Pelaku

| No. | Lama Memutuskan Hubungan | Jumlah | Persentase |
|-----|--------------------------|--------|------------|
| 1 | < 1 Tahun | 28 | 37,8 |
| 2 | 1 – 2 Tahun | 21 | 28,4 |
| 3 | > 2 Tahun | 25 | 33,8 |
| | Total | 74 | 100 |

Dari Tabel 4 yang telah disajikan, terlihat bahwa sebagian besar mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran dalam penelitian ini telah mengakhiri hubungan dengan pelaku dalam kurun waktu kurang dari satu tahun, yaitu sebanyak 28 responden atau 37,8%. Data ini menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini didominasi oleh responden yang memutuskan hubungan dengan pelaku kurang dari satu tahun yang lalu.

Responden Berdasarkan Riwayat Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Tabel 1 di bawah ini menunjukkan hasil analisis deskripsi responden berdasarkan catatan atau riwayat kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat KDRT

| No. | Riwayat KDRT | Frekuensi | Persentase |
|-----|--------------|-----------|------------|
| 1 | Pernah | 13 | 17,6 |
| 2 | Tidak Pernah | 61 | 82,4 |
| | Total | 74 | 100 |

Berdasarkan Tabel 5 di atas, terlihat bahwa dari total responden dalam penelitian ini, terdiri dari 13 responden (17,6%) yang memiliki riwayat KDRT dan 61 responden (82,4%) yang tidak memiliki riwayat KDRT. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang pernah menjadi korban

kekerasan dalam berpacaran dalam penelitian ini didominasi oleh responden yang tidak memiliki riwayat KDRT.

Uji Asumsi

Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan guna mengevaluasi apakah variabel dependen atau terikat (Y), variabel independen atau bebas (X), atau keduanya dalam suatu model analisis memiliki distribusi data yang mengikuti pola normal atau tidak (Ghozali, 2016). Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Aturan yang diikuti adalah jika nilai $p > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data terdistribusi normal. Sebaliknya, sebaran data tidak terdistribusi normal jika nilai $p < 0,05$. Adapun rincian hasil uji normalitas yang dilakukan dalam penelitian ini tertera pada tabel 6 berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

| Variabel | Kolmogorov-Smirnov | P | Keterangan |
|----------|--------------------|-------|------------|
| Pemaafan | 0,072 | 0,200 | Normal |
| Ruminasi | 0,099 | 0,099 | Normal |
| Empati | 0,104 | 0,064 | Normal |

Dari Tabel 6 yang diberikan, uji normalitas terhadap variabel pemaafan menghasilkan nilai $Z = 0,072$ dan $p = 0,200$. Menurut aturan yang diikuti, yaitu $p > 0,05$, dapat disimpulkan bahwa sebaran data butir-butir pemaafan memiliki distribusi normal. Selanjutnya, uji normalitas terhadap variabel ruminasi menghasilkan nilai $Z = 0,099$ dan $p = 0,099$. Menurut aturan yang sama yaitu $p > 0,05$, dapat ditarik kesimpulan bahwa sebaran data butir-butir ruminasi juga terdistribusi normal. Lalu, hasil uji normalitas terhadap variabel empati menunjukkan nilai $Z = 0,104$ dan $p = 0,064$. Menurut aturan berlaku yaitu $p > 0,05$, dapat disimpulkan bahwa sebaran data butir-butir empati terdistribusi normal.

Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengevaluasi apakah hubungan antara variabel terikat (Y) dan variabel bebas (X) dalam suatu penelitian bersifat linear atau tidak (Sugiyono, 2012). Peneliti melakukan uji linearitas menggunakan Anova pada penelitian ini. Aturan yang diikuti adalah jika nilai $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antar variabel adalah linear. Begitupun sebaliknya, hubungan antar variabel tidak bersifat linear apabila nilai $p > 0,05$. Adapun rincian hasil uji linearitas yang dilakukan dalam penelitian ini tertera pada tabel 7 di bawah:

Tabel 7. Hasil Uji Linearitas

| Variabel | F | P | Keterangan |
|---------------------|--------|-------|------------|
| Pemaafan – Ruminasi | 11,012 | 0,001 | Linear |
| Pemaafan – Empati | 4,600 | 0,036 | Linear |

Dari Tabel 7 yang diberikan, dapat dilihat bahwa hasil uji linearitas antara variabel ruminasi terhadap pemaafan menunjukkan nilai $F = 11,012$ dan $p = 0,001$ yang $< 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel

pemaafan (Y) dan ruminasi (X_1) adalah linear. Selanjutnya, hasil uji linearitas antara variabel empati dengan pemaafan menunjukkan nilai $F = 4,600$ dan $p = 0,036$ yang juga $< 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel pemaafan (Y) dan empati (X_2) juga linear.

Hasil Uji Multikolinearitas

Pada tahap uji multikolinearitas ini, tujuannya adalah untuk mengetahui korelasi antara variabel bebas atau variabel terikat dalam sebuah model penelitian regresi (Ghozali, 2016). Sebuah model regresi dikatakan baik apabila tidak memiliki korelasi antara variabel bebasnya. Untuk memastikan tidak adanya multikolinearitas, harus dipenuhi syarat bahwa nilai *Tolerance* $> 0,10$ dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) < 10 . Dalam penelitian ini, uji multikolinearitas dilakukan dengan memeriksa *Collinearity Statistics* menggunakan aplikasi SPSS versi 25. Hasil dari uji tersebut menunjukkan nilai *Tolerance* pada variabel ruminasi dan empati adalah $0,986$ ($> 0,10$), dan nilai VIF pada variabel ruminasi dan empati adalah $1,041$ (< 10). Karena nilai *Tolerance* $> 0,10$ dan nilai VIF < 10 , dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat multikolinearitas antara variabel ruminasi dan empati.

Hasil uji multikolinearitas yang telah dilakukan terperinci dalam Tabel 8 sebagai berikut ini:

Tabel 8. Hasil Uji Multikolinearitas

| | Collinearity Statistics | |
|----------|-------------------------|-------|
| | Tolerance | VIF |
| Ruminasi | 0,986 | 1,041 |
| Empati | 0,986 | 1,041 |

Hasil Uji Heteroskedastisitas

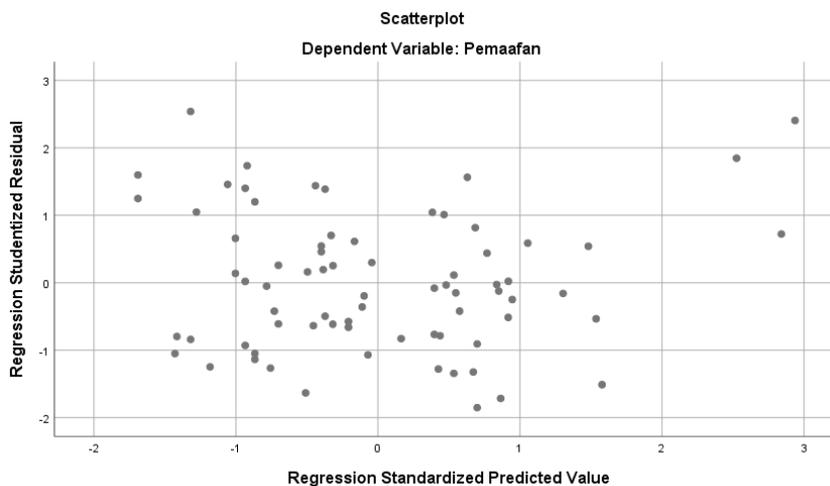
Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk mengevaluasi apakah terdapat ketidaksamaan pada residual antara berbagai pengamatan dalam suatu model regresi. Model regresi yang baik adalah homoskedastisitas, yang berarti bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas. Dalam penelitian ini, heteroskedastisitas dapat ditentukan dengan dua metode. Pertama, dengan melihat nilai signifikansi yang dihasilkan, yang harus lebih dari $0,05$. Kedua, dapat dilakukan analisis grafik scatter plot antara variabel dependen (ZPRED) dan residualnya (SRESID). Jika titik-titik dalam scatter plot menyebar secara acak di atas dan di bawah angka 0, tanpa membentuk pola tertentu, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada heteroskedastisitas (Ghozali, 2016).

Setelah dilakukan uji heteroskedastisitas pada variabel ruminasi, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,830$ ($p > 0,05$), kemudian pada variabel empati diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,868$ ($p > 0,05$). Di samping itu, hasil penemuan menunjukkan bahwa titik-titik pada grafik scatter plot menyebar secara acak di atas dan di bawah angka 0, dan tidak membentuk pola tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada heteroskedastisitas pada variabel ruminasi dan empati.

Hasil uji heteroskedastisitas yang telah dilakukan terperinci dalam Tabel 9 sebagai berikut ini:

Tabel 9. Hasil Uji Heteroskedastisitas

| | Unstandardized Coefficients | | Standardized | t | Sig. |
|----------|-----------------------------|------------|-------------------|--------|-------|
| | B | Std. Error | Coefficients Beta | | |
| Ruminasi | 0,030 | 0,138 | 0,026 | 0,215 | 0,830 |
| Empati | -0,031 | 0,187 | -0,020 | -0,166 | 0,868 |



Gambar 1. Scatter Plot Uji Heteroskedastisitas

Uji Hipotesis

Penelitian ini mengajukan tiga hipotesis sebagai berikut: (1) ada pengaruh antara ruminasi terhadap pemaafan; (2) ada pengaruh antara empati terhadap pemaafan; (3) ada pengaruh antara ruminasi dan empati terhadap pemaafan. Setelah melakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis uji regresi berganda (*multiple regression*) menggunakan aplikasi SPSS versi 25, hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut: (1) ada pengaruh yang sangat signifikan antara ruminasi terhadap pemaafan yang ditunjukkan oleh koefisien $r = 0,358$ dan $p = 0,002$ ($p < 0,01$); (2) ada pengaruh yang signifikan antara empati terhadap pemaafan yang ditunjukkan oleh koefisien $r = 0,261$ dan $p = 0,025$ ($p < 0,05$); (3) ada pengaruh yang sangat signifikan antara ruminasi dan empati terhadap pemaafan yang ditunjukkan dengan koefisien $F = 7,635$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,01$) dengan $r = 0,421$. Berdasarkan hasil uji hipotesis tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga hipotesis yang diajukan dapat diterima.

Hasil uji hipotesis regresi berganda atas variabel-variabel bebas (ruminasi dan empati) terhadap variabel terikat (pemaafan) menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 10. Hasil Uji Hipotesis

| Variabel | F | R | R ² | P |
|----------|-------|-------|----------------|-------|
| X1 – Y | - | 0,358 | 0,128 | 0,002 |
| X2 – Y | - | 0,261 | 0,068 | 0,025 |
| X1X2 – Y | 7,635 | 0,421 | 0,177 | 0,001 |

Berdasarkan tabel 10 di atas, didapatkan hasil bahwa ruminasi memiliki pengaruh dan memberikan sumbangan terhadap pemaafan sebesar 12,8%; sedangkan empati memiliki pengaruh dan memberikan sumbangan terhadap pemaafan sebesar 6,8%; dan secara bersama-sama ruminasi

dan empati memiliki pengaruh dan memberikan sumbangan terhadap pemaafan sebesar 17,7%. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Dari analisis regresi berganda, dapat dilihat pengaruh masing-masing variabel bebas (X) yang tercantum dalam Tabel 11 berikut:

Tabel 11. Pengaruh Masing-Masing Variabel

| Variabel | Beta (β) | T | P |
|----------|------------------|-------|-------|
| X1 – Y | -0,332 | 3,066 | 0,003 |
| X2 – Y | 0,222 | 2,048 | 0,044 |

Berdasarkan rincian tabel 11 di atas, dapat diamati bahwa pengaruh masing-masing variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) dapat diketahui dari nilai beta yang diberikan. Hasil analisis menunjukkan bahwa pengaruh variabel ruminasi (X1) terhadap pemaafan (Y) memiliki nilai sebesar -0,332 ($p = 0,003$), sementara pengaruh variabel empati (X2) terhadap pemaafan (Y) memiliki nilai sebesar 0,222 ($p = 0,044$). Hasil ini menunjukkan bahwa walaupun kedua variabel memberikan pengaruh, namun pengaruh variabel ruminasi terhadap pemaafan lebih besar dibandingkan dengan pengaruh variabel empati terhadap pemaafan. Hasil koefisien beta negatif menunjukkan bahwa semakin sering responden mengalami ruminasi, maka semakin sulit untuk memaafkan.

Uji Deskriptif

Setelah dilakukan analisis data untuk mencari mean empirik pada penelitian ini, ditemukan bahwa mean empirik pemaafan adalah 38,16, mean empirik ruminasi adalah 22,57, dan mean empirik empati adalah 9,42. Lalu, standar deviasi (SD) dalam penelitian ini yaitu SD pemaafan adalah 11,3, SD

ruminasi adalah 4, dan SD empati adalah 2,67. Deskripsi data ini digunakan untuk memberikan gambaran tentang sebaran data pada mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran dalam penelitian ini. Mean empirik dan mean hipotetik diperoleh dari respon subjek penelitian melalui tiga instrumen penelitian, yaitu skala pemaafan, skala ruminasi, dan skala empati. Rincian mengenai mean empirik dan mean hipotetik dalam penelitian ini tercantum dalam Tabel 12 berikut:

Tabel 12. Mean Empirik dan Mean Hipotetik

| Variabel | SD | Mean | | Keterangan |
|----------|------|-----------|---------|------------|
| | | Hipotetik | Empirik | |
| Pemaafan | 11,3 | 51 | 38,16 | Rendah |
| Ruminasi | 4 | 18 | 22,57 | Tinggi |
| Empati | 2,67 | 12 | 9,42 | Sedang |

Berdasarkan tabel 12 yang disajikan, diperoleh gambaran mengenai sebaran data secara umum pada subjek penelitian yang merupakan mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran. Diketahui pada variabel pemaafan berada pada kategori rendah dimana memiliki nilai mean empirik = 38,16 yang lebih rendah daripada mean hipotetik = 51. Kemudian, variabel ruminasi berada pada kategori tinggi dengan nilai mean empirik = 22,57 yang lebih tinggi daripada mean hipotetik = 18. Adapun variabel empati yang berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik = 9,42 yang berada di bawah mean hipotetik = 12. Dengan demikian, kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran cenderung memiliki tingkat pemaafan yang rendah, tingkat ruminasi yang tinggi, dan tingkat empati yang sedang.

PEMBAHASAN

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji pengaruh ruminasi dan empati terhadap pemaafan pada mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan menggunakan uji statistik parametrik dengan teknik analisis regresi berganda, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,01$). Berdasarkan hasil temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang sangat signifikan antara ruminasi dan empati terhadap pemaafan pada mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran. Dimana semakin sering korban mengalami ruminasi yang ditandai dengan mengingat-ingat peristiwa menyakitkan yang pernah dialami, dapat berdampak pada rendahnya tingkat empati kepada pelaku karena kesalahan pelaku terus-menerus terulang di pikiran korban, maka semakin sulit pula korban untuk memaafkan pelaku.

Temuan dari penelitian ini sesuai dengan hasil dari penelitian-penelitian sebelumnya, termasuk diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Chung (2014) yang hasilnya menunjukkan terdapat pengaruh ruminasi dan empati

terhadap pemaafan dimana ruminasi yang berlebihan dan kurangnya empati berdampak negatif pada pemaafan. Kemudian, studi serupa yang dilakukan oleh Paleari, Regalia, dan Fincham (2005) juga menunjukkan bahwa pemaafan pada hubungan romantis ditentukan oleh ruminasi dan empati saat kesalahan atau kejadian menyakitkan terjadi.

Dengan nilai R Square sebesar 0,177, dapat disimpulkan bahwa ruminasi dan empati memberikan pengaruh terhadap pemaafan sebesar 17,7%. Sementara itu, 82,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar lingkup penelitian ini. Faktor-faktor tersebut meliputi karakteristik peristiwa yang menyakitkan, kualitas hubungan interpersonal, dan faktor kepribadian (McCullough, 1998).

Kemudian, berdasarkan nilai beta, ruminasi mendapatkan hasil dengan nilai -0,332 yang berarti bahwa pengaruh ruminasi terhadap pemaafan berarah negatif. Sedangkan pada variabel empati didapatkan hasil dengan nilai 0,222 yang berarti bahwa pengaruh empati terhadap pemaafan berarah positif. Hasil ini menunjukkan bahwa walaupun kedua variabel memberikan pengaruh, namun pengaruh variabel ruminasi terhadap pemaafan lebih besar dibandingkan dengan pengaruh variabel empati terhadap pemaafan. Dapat dikatakan bahwa semakin sering responden mengalami ruminasi dan tidak berempati kepada pelaku, maka semakin sulit untuk memaafkan. Sebaliknya, semakin jarang responden mengalami ruminasi dan berempati kepada pelaku, maka semakin mudah untuk memaafkan.

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Burnette, dkk (2009) yang juga mengungkapkan bahwa ruminasi dan empati berperan terhadap pemaafan dimana orang yang mengalami ruminasi dan memiliki empati yang kurang, sangat berpengaruh terhadap pemaafan dimana ia menjadi sulit untuk memaafkan orang tersebut. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Suchday dkk (2006) yang mengemukakan bahwa semakin rendah tingkat pemaafan maka semakin tinggi ruminasi.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran pada penelitian ini memiliki tingkat pemaafan yang rendah, ruminasi yang tinggi, dan empati yang sedang. Hasil tersebut diperkuat dengan pendapat yang dikemukakan oleh Worthington dan Wade (1999) dimana ruminasi adalah fitur utama yang dapat mengurangi kemungkinan memaafkan seseorang, ruminasi adalah mekanisme dimana reaksi emosional seperti kemarahan atau ketakutan berkembang menjadi campuran kepahitan dan dendam yang membuat kemungkinan pemaafan terjadi semakin kecil sehingga ruminasi memiliki hubungan sebab akibat langsung dengan kesulitan dalam memaafkan seperti kesulitan menghilangkan rasa sakit hati terhadap pelaku.

Proses empatik memberikan tarikan ke arah yang berlawanan, yang identik dengan mempertimbangkan perspektif dari pelaku. Exline dkk (2008) berpendapat ketika korban dapat mengidentifikasi alasan yang baik dibalik tindakan pelaku, mengalami rasa kesamaan dan koneksi yang

diakibatkan oleh empati, korban akan merasa lebih sulit untuk mempunyai motivasi balas dendam kepada pelaku dan sikap mereka akan tumbuh menjadi lebih hangat, positif, dan membuat kepercayaan tampak mungkin untuk dibangun kembali, sehingga saat empati tumbuh, kesalahan pelaku mungkin tampak lebih kecil dan bahkan mungkin mulai tampak dapat dibenarkan atau dimaafkan. Pergeseran sikap yang disebabkan oleh empati ini membuat pemaafan menjadi lebih mungkin untuk terjadi (Belicki dkk, 2007).

McCullough dkk (1998) juga mengungkapkan bahwa empati terhadap pelaku kekerasan menjadi penentu sosial-kognitif yang penting dari pemaafan dan dapat mempercepat terjadinya pemaafan pada korban. Hal ini menunjukkan bahwa ruminasi berpengaruh negatif terhadap pemaafan, dan empati berpengaruh positif terhadap pemaafan. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi ruminasi dan semakin rendah empati yang dimiliki seseorang, maka semakin rendah pemaafan yang dimilikinya dan berlaku sebaliknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh ruminasi dan empati yang sangat signifikan terhadap pemaafan pada mahasiswa yang pernah menjadi korban kekerasan dalam berpacaran. Besar nilai signifikansinya adalah 0,001 ($p < 0,01$) dengan pengaruh ruminasi dan empati terhadap pemaafan ialah sebesar 17,7%. Kemudian, diantara ruminasi dan empati, variabel yang lebih mempengaruhi pemaafan adalah variabel ruminasi dengan arah negatif. Yang artinya semakin sering mengingat-ingat peristiwa menyakitkan yang pernah dialami, semakin menjadikan responden lebih sulit untuk bisa memaafkan pelaku.

Saran dari penelitian ini adalah subjek mampu mengurangi ruminasi atau mengingat-ingat kejadian menyakitkan tersebut dengan cara melakukan kegiatan yang lebih positif agar pikiran-pikiran negatif tidak terjadi, meningkatkan rasa empati dan berkomunikasi dengan orang-orang terdekat maupun profesional, agar memungkinkan dan mempercepat terjadinya pemaafan yang utuh. Untuk peneliti di masa depan, diharapkan dapat meningkatkan sampel penelitian agar data yang diperoleh menjadi lebih luas dan beragam. Selain itu, peneliti juga diharapkan dapat menemukan variabel baru yang berhubungan dengan proses penanganan korban, seperti *help seeking* yang menarik untuk diteliti karena korban kekerasan dalam berpacaran kemungkinan besar mengalami trauma dan kesulitan untuk meminta bantuan dari orang lain karena hal tersebut dianggap sensitif dan tabu bagi sebagian besar masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Pustaka Pelajar.
 Belicki, K., Rourke, J., & McCarthy, M. (2007). Potential dangers of empathy and related conundrums. In *Women's reflections on the complexities of forgiveness* (pp. 165-185). Routledge.
 Burnette, J. L., Davis, D. E., Green, J. D., Worthington, E. L., Jr., & Bradfield, E. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms: The mediating role of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 276-280.

Centers for Disease Control and Prevention. (2020). *Intimate Partner Violence, Sexual Violence, and Stalking Among Men*. Diakses 3 November 2021 dari <https://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/men-ipvsvandstalking.html>
 Chung, M. S. (2014). Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 70, 246-251. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.06.032>
 Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
 Davis, M. H. (2018). *Empathy: A social psychological approach*. Routledge.
 Enright, R. D., & North, J. (Eds.). (1998). *Exploring forgiveness*. University of Wisconsin Press
 Exline, J. J., Baumeister, R. F., Zell, A. L., Kraft, A. J., & Witvliet, C. V. (2008). Not so innocent: Does seeing one's own capability for wrongdoing predict forgiveness?. *Journal of personality and social psychology*, 94(3), 495. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.94.3.495>
 Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariete dengan program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
 Kohut, T. A. (2020). *Empathy and the historical understanding of the human past*. Routledge.
 Komnas Perempuan. (2021). *Perempuan dalam Himpitan Pandemi: Lonjakan Kekerasan Seksual, Kekerasan Siber, Perkawinan Anak, dan Keterbatasan Penanganan di Tengah Covid-19*. Diakses 11 November 2021 dari <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/catahu-2020-komnas-perempuan-lambar-fakta-dan-poin-kunci-5-maret-2021>
 Maulida, W., & Rifayanti, R. (2022). Harga Diri dengan Pengungkapan Diri pada Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan dalam Berpacaran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 558-565. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3>
 McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Jr., 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., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (Eds.). (2000). *Forgiveness: Theory, research, and practice*. Guilford Press
 McCullough, M. E., Root, L. M., & Cohen, A. D. (2006). Writing about the benefits of an interpersonal transgression facilitates forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 887-897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.887>
 Miller, R. S. (2012). *Intimate relationships*. McGraw-Hill.
 Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on psychological science*, 3(5), 400-424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
 Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and social psychology Bulletin*, 31(3), 368-378. <https://doi.org/10.1177/0146167204271597>
 Putri Hanifah, L. S., & Ramadhani, A. (2022). Gambaran Pemaafan Pada Korban Perundungan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 345-352. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i2.7616>
 Rifayanti, R. (2022). Hubungan Empati Dengan Forgiveness Anak Korban Perceraian Pada Masa Dewasa Awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 260-269. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i2.7304>
 Simon, S. B., & Simon, S. (2009). *Forgiveness: How to make peace with your past and get on with your life*. Grand Central Publishing.
 Straus, M. A. (2004). Prevalence of violence against dating partners by male and female university students worldwide. *Violence against women*, 10(7), 790-811. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1077801204265552>
 Suchday, S., Friedberg, J. P., & Almeida, M. (2006). Forgiveness and rumination: a cross-cultural perspective comparing India and the US. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 22(2), 81-89. <https://doi.org/10.1002/smi.1082>
 Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta
 Toussaint, L. L., Worthington, E. L. J., & Williams, D. R. (2015). *Forgiveness and health*. Springer Netherlands.

- Untari, P. (2014). Hubungan antara empati dengan sikap pemaaf pada remaja putri yang mengalami kekerasan dalam berpacaran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2). <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i2.3646>
- Wade, N. G., Vogel, D. L., Liao, K. Y.-H., & Goldman, D. B. (2008). Measuring state-specific rumination: Development of the Rumination About an Interpersonal Offense Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 419–426. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.3.419>
- Wade, N. G., & Worthington, E. L., Jr. (2003). Overcoming interpersonal offenses: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness? *Journal of Counseling & Development*, 81(3), 343–353. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2003.tb00261.x>
- World Health Organization. (2021). *Violence against women*. Diakses 11 November 2021 dari <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/violence-against-women#:~:text=Estimates%20published%20by%20WHO%20indicate,viole%20is%20intimate%20partner%20violence>
- Worthington, E. L., Jr., & Wade, N. G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(4), 385–418. <https://doi.org/10.1521/jscp.1999.18.4.385>
- Yuniarti, D. I. (2019). *Pengaruh Ruminasi terhadap Pemaafan pada Dewasa Awal Korban Kekerasan dalam Pacaran* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- 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>