

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Kabupaten Malang, Jawa Timur, angka perceraian telah mencapai 7.067 kasus selama 2013 didominasi oleh kasus gugat cerai atau perceraian yang diajukan oleh pihak istri. Dalam hal ini mengalami penurunan dibandingkan selama 2012 yakni 7.833 kasus yang didominasi oleh gugat cerai. Menurut Ibu Lyla kasus perceraian itu didominasi oleh pihak istri yang meminta gugatan cerai kepada suami, faktor utama adalah karena masalah ekonomi.¹

“Faktor ekonomi yang sangat minim, menyebabkan pihak istri mengajukan diri kepada suami untuk bekerja menjadi TKW. Ada juga yang karena istri melihat kondisi suami yang menetap dirumah saja dan menghabiskan uang untuk berfoya-foya akhirnya istri mengajukan gugatan, selain itu, ada lagi karena istri sudah enak menjadi TKW, kemudia melihat kondisi suami yang masih biasa-biasa saja tanpa perubahan akhirnya si istri tiba-tiba menghilang tanpa kabar dan ada yang diketahui memiliki pria idaman lain di luar negeri.”²

Pada saat suami istri bersatu untuk membentuk keluarga, memang tidak dipungkiri akan ada problematika di antara mereka yang akan dihadapi dengan cara yang berbeda dan persepsi yang berbeda pula. Pada dasarnya kasus perceraian berawal dari suatu konflik yang kemudian konflik tersebut terjadi secara terus menerus. Di antara konflik-konflik tersebut adalah karena faktor ekonomi, dipaksa oleh orangtua, perselisihan terus menerus, ketidakharmonisan pribadi, gangguan pihak ketiga dan lain sebagainya. Apapun percekocokan yang terjadi, pasti akan menyebabkan anak merasa takut dan kecewa. Anak tidak akan

¹ Data Perceraian Pengadilan Agama Kabupaten Malang. Diambil pada 21/03/2014

² Wawancara Bu Lila pada 21/03/2014 pukul 10.40 WIB Di Pengadilan Agama Kabupaten Malang

merasakan kenyamanan dan keamanan jika melihat orangtuanya bertengkar, karena hal tersebut akan membuatnya bingung, merasa tertekan dan ingin menghindar.³ Dan ketika percekocokan dan permasalahan tersebut tidak menemukan jalan keluar yang dapat memuaskan kedua belah pihak maka seringkali jalan terakhir yang dipilih adalah perceraian.⁴

Perceraian tidak hanya membawa dampak pada orangtua, akan tetapi juga pada anak. Apalagi anak yang sedang melalui masa perkembangan remaja, karena masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Di mana seorang anak akan mencari jati diri mereka yang sesungguhnya. Apabila perceraian ini terjadi pada masa remaja maka hal ini dapat mengakibatkan anak kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang serta kurang mendapatkan bimbingan dari kedua orangtuanya.⁵ Banyak kondisi psikologis yang akan terjadi pada diri anak pada saat terjadi perceraian, misalnya anak akan memiliki prestasi yang rendah, anak suka menyendiri, dan tidak jarang bagi anak laki-laki suka merokok saat berada di sekolah, membolos saat pelajaran berlangsung, hal tersebut tidak mustahil dilakukan oleh anak dengan keluarga yang bercerai.

Beberapa kasus perceraian tersebut hampir dipastikan berpengaruh terhadap kondisi psikologis anak. Pada awalnya, anak akan merasa terkejut, kecewa dan marah. Walaupun seringkali sebelum terjadi perceraian, anak kerap

³ Luh Surini Yulia Savitri, M.Psi, *Pengaruh Perceraian Pada Anak* (2011), Hlm. 5.

⁴ Fransisca Elly Fourinawati, "Stres Pada Remaja Akibat Perceraian Orangtua" (Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, 2002), hlm. 3.

⁵ *Ibid.* hlm. 5.

mengetahui orangtuanya bertengkar. Yang paling ditakutkan anak adalah mereka akan kehilangan rasa aman dan kasih sayang dari kedua orangtuanya.⁶

Berikut petikan wawancara:

“Ayah sama Ibu sering bertengkar,,walaupun kadang-kadang gak di depan saya,tapi kadang saya tau dan saya takut, mereka sekarang pergi ninggalin saya, ibu kerja di luar negri, tapi ayah sudah meninggal dan saya ikut nenek sekarang. Kadang kalo ibu telfon saya males ngomong, ibu kerja gak pulang-pulang lagi”.⁷

Dapat dikatakan bahwasanya perceraian orangtua merupakan sumber masalah, sumber stress yang signifikan dan sumber stres psikososial terbesar bagi anak-anak dan memberikan dampak yang negatif pada banyak anak. Bagi remaja sendiri, selaku anak, mereka memberikan penilaian bahwa perceraian orangtua merupakan peristiwa hidup kedua yang menimbulkan stres terbesar, yaitu 60 dan nilai maksimal 100 (Taylor, 1991, dalam Mestika Dewi).⁸ Sebagaimana kasus yang telah terjadi di Blitar berikut:

Di Blitar, Jawa Timur, seorang pemuda bernama Eko Setiawan, berusia 20 tahun, tewas setelah memanjat tower milik Indosat dan terjun bebas karena frustrasi memikirkan orangtuanya yang bercerai (Jawa Pos, 14 Januari 2010).⁹

Masa remaja adalah masa tumbuh ke arah kematangan, kematangan di sini tidak hanya kematangan fisik (pubertas) akan tetapi juga mengarah ke arah kematangan sosial psikologis antara lain menuju kedewasaan dan kemandirian.¹⁰

⁶ Luh Surini, *Op.cit.*, hlm.7-8.

⁷ Wawancara kepada Meta (bukan nama sebenarnya), anak SMK usia 16 tahun, wawancara dilakukan pada 14 Oktober 2013

⁸ Mestika Dewi, “Gambaran Proses Memaafkan Pada Remaja Yang Orangtuanya Bercerai” (Jurnal Psikologi Vol. 4 No. 1, Fakultas Psikologi Universitas INDONUSA Esa Unggul, Juni 2006). diakses pada 18/10/2013

⁹ “Terjun Dari Tower Setinggi 75 Meter”, Jawa Post , 2010, diakses pada 3/11/2013

¹⁰ Ira Puspitasari, “Stres dan Coping Remaja yang Mengalami Perceraian Pada Orangtua” (Artikel), di tian ini adalah akses pada 5/11/2013

Masa remaja juga merupakan periode bermasalah, pada masa ini remaja banyak mengalami masalah rumit yang kebanyakan bersifat psikologis. Hal ini disebabkan oleh stabilitas emosional remaja yang kurang bisa dikuasai, sehingga kurang mampu mengadakan konsensus dengan pendapat orang lain yang bertentangan dengan pendapatnya dan mengakibatkan pertentangan sosial. Selain itu, juga disebabkan berkurangnya bantuan dari orangtua atau orang dewasa lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya. Masa remaja pun tidak lepas dari pencarian identitas, periode yang penuh gejolak dan rawan dengan berbagai masalah. Hal ini disebabkan pada masa remaja berusaha untuk mencari jati diri dan pengakuan dari masyarakat. Pola fikir mereka pun cenderung tidak realistis, dan memandang kehidupan secara berlebih tanpa memikirkan realitas yang sebenarnya.¹¹

Dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan masa pencarian identitas diri melalui pemahaman dan pengarahan diri secara tepat. Untuk itu, dalam hal ini orangtua yang memang sosok terdekat dalam keluarga perlu menjalin hubungan baik dengan anak. Periode bermasalah remaja merupakan tahapan perkembangan yang akan dilaluinya, begitu juga pada emosionalitasnya yang masih labil sehingga perlu adanya pemahaman untuk menghadapi segala sesuatu dengan realistis. Tidak dipungkiri dengan adanya masalah keluarga seperti pertengkaran atau perceraian kedua orangtua akan mengakibatkan anak bertindak tidak rasional sehingga hal tersebut akan membuatnya untuk menyalahkan diri sendiri maupun orangtua. Anak akan merasa dialah yang menjadi penyebab

¹¹ Hamdan Juwaeni, "Studi Tingkat Self Disclosure Siswa-Siswi Sekolah Umum dan Santri/WatiPodok Pesantren" (Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi UIN Maliki, Malang, 2009), hlm. 42-45.

pertengkaran dan perceraian kedua orangtuanya, maka dalam hal ini perlu pemahaman dari orangtua dan orang dewasa untuk membantu meluruskan berbagai masalah yang dihadapinya.

Perceraian memang merupakan salah satu hal yang terburuk dari pernikahan. Perubahan akan banyak terjadi dalam kehidupan keluarga yang bercerai. Di antaranya adalah masalah emosi (kemarahan, kesedihan, hingga depresi), masalah keuangan, tidak adanya pembagian tugas rumah tangga, siapa yang menemani anak saat ibu dan bapak harus bekerja, dan perubahan perilaku dari anak.¹²

Dari penjelasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pada saat terjadi perceraian atau pasca perceraian, akan timbul beberapa kondisi psikologis yang dialami anak dan memang berbeda-beda baik itu kadar ataupun masalah emosinya, dan salah satu di antara kondisi tersebut adalah kecemasan. Terlepas dari tingkat kecemasan yang dialami seorang anak akan dipastikan mengalami kecemasan pada tahun pertama dan 2 tahun berikutnya, baik dari sisi fisiologis seperti keringat dingin saat bertemu dengan orangtuanya yang telah bercerai, lebih suka menghindar saat bertemu dengan orangtua, dan lebih-lebih prestasi belajarnya di sekolah menurun karena tidak mampu berkonsentrasi atau fokus perhatiannya terganggu oleh masalah yang pelik tersebut.

Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti “kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut” yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda. Gejala-gejala kecemasan

¹² Luh Surini, *Op.cit.*, hlm. 6.

dapat dilihat dari tiga aspek, yakni aspek fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi dan tekanan darah, berkeringat dingin, nafsu makan hilang, dan sebagainya, kemudian aspek intelektual di mana anak tidak mampu berkonsentrasi, orientasi lebih ke masa lampau daripada masa kini, penurunan perhatian dan keinginan, begitu juga dengan aspek emosional seperti penarikan diri, depresi, mudah tersinggung dan mudah marah. Freud membedakan kecemasan berupa kecemasan objektif dan kecemasan neurotis. Kecemasan objektif adalah sebagai respon yang realistis terhadap bahaya eksternal, yang maknanya sama dengan rasa takut. Sedangkan kecemasan neurotis itu timbul dari konflik yang tidak disadari, individu tidak mengetahui alasan kecemasannya. Dalam teori psikoanalisis, kecemasan timbul bila ego menghadapi ancaman impuls yang tidak dapat dikendalikannya. Menurut Teori Belajar Sosial, orang menjadi cemas bila dihadapkan pada stimulus yang menyakitkan, yang hanya dapat mereka kendalikan melalui penghindaran. Seperti yang kita lihat, tingkat kecemasan yang kita alami dalam situasi yang menekan terutama tergantung pada sejauh mana menurut kita kendali kita terhadap situasi itu.¹³

Ada beberapa penyebab seseorang mengalami kecemasan, di antaranya: (a) genetik, artinya ada beberapa orang yang cenderung lebih mudah cemas dibandingkan dengan yang lain. (b) kejadian dan keadaan hidup, peristiwa yang berat dalam hidup dapat menjadi penyebab seseorang mengalami kekhawatiran dan kecemasan. Meskipun seringkali penyebab kecemasan telah hilang, akan

¹³ Atkinson, *Pengantar Psikologi Jilid 2* (Jakarta: 1983), hlm. 212-214.

tetapi hal tersebut akan menjadikan individu tersebut mengalami trauma atas kejadian serius yang pernah dialaminya dulu.¹⁴

Dalam penelitian ini kasus yang dialami cenderung disebabkan karena faktor peristiwa atau kejadian dalam hidup, yakni kasus perceraian. Yang dalam hal ini melibatkan seluruh anggota keluarga, di antaranya anak dan kedua orangtua. Peristiwa ini akan membuat seluruh anggota keluarga mengalami kekhawatiran dan kecemasan karena jika dilihat dari sisi anak, anak tidak akan merasakan kasih sayang dan rasa aman yang pernah dirasakannya dulu pra perceraian. Sedangkan orangtua pun akan merasa bersalah atas beban yang secara tidak langsung akan diterima oleh anak, dan hal tersebut akan merusak tahapan perkembangan anak, anak tidak lagi ceria, cenderung mengurung diri, merasa terisolasi dari teman sebaya dan sebagainya. Dalam tahapan remaja yang masih labil, hal ini akan menyebabkan anak untuk menjadikan peristiwa ini sebagai peristiwa hidup traumatis yang menegangkan. Dan tidak dipungkiri bahwa anak akan berfikir untuk menyalahkan diri sendiri dan juga kedua orangtuanya.

Untuk mengatasi hal tersebut maka salah satu yang perlu dilakukan adalah dengan memiliki sikap pemaaf, yakni kehendak yang kuat dan mawas diri yang merupakan perbedaan antara keteguhan hati dan kekuatan. Orang-orang yang mau memaafkan merasakan ketenangan rohani yang tak ternilai. Mereka memiliki kehendak kuat dan kedewasaan rohani yang merupakan sumber-sumber kebaikan. Memaafkan kekurangan-kekurangan orang lain adalah suatu beban yang berat bagi fitrah manusia. Memang sulit bagi manusia yang memiliki watak-watak yang

¹⁴ *Anxiety*, (2009), © NHS Direct, diakses pada 1/11/2013

penuh kebencian; bagaimanapun juga semakin kuat ia masuk dalam situasi ini, setidaknya-tidaknya ia akan mengalami kegelisahan jiwa. Adalah wajib bagi kita untuk bersikap baik ketika orang lain melanggar, karena kebaikan merupakan kebijakan surgawi, yang dengan itu bumi dan para penghuninya dapat hidup dalam kedamaian dan keharmonisan.¹⁵

Menurut Philpot, C (dalam Anderson) Pemaafan dapat diartikan sebagai suatu proses (hasil dari proses) bahwa ada keterlibatan perubahan emosi dan sikap kepada pelaku.¹⁶ Faktor yang mempengaruhi pemaafan di antaranya adalah empati, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, tingkat kelukaan dan kualitas hubungan.¹⁷ Selain itu Pemaafan dapat diartikan pula sebagai cara mengatasi hubungan yang rusak dengan dasar prososial. Karakter ini berhubungan dengan hubungan yang terjadi antara individu dengan individu yang lain.¹⁸

Pemaafan adalah menyerah dengan sengaja dari kebencian atau kemarahan dalam menghadapi orang lain atas ketidakadilan yang cukup besar dan menanggapi hal tersebut dengan kebaikan bagi si pelanggar atau pelaku meskipun pelaku tidak mendapatkan hak untuk diampuni. Pemaafan adalah tindakan yang dipilih secara bebas oleh pemberi maaf.¹⁹

Menurut Enright dan rekan-rekannya (dalam Lopez dan Snyder) mendefinisikan pemaafan sebagai “kesediaan untuk meninggalkan hak kebencian

¹⁵ Sayyid Mujtaba Musavi Lari, *Psikologi Islam* (Bandung: 1990), hlm. 103-105.

¹⁶ Norman Anderson, “Forgiveness: A Sampling of Research Results” (Washington DC: American Psychological Association, 2006), hlm. 5. diakses pada 29/10/2013

¹⁷ Lathifah Tri Wardhati & Faturochman, “Psikologi Pemaafan”, hlm. 5-7. diakses pada 30/8/2013

¹⁸ McCullough, Michael E, “Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well Being” (Journal of Social and Clinical Psychology. Spring 2000; 19, 1; Proquest pg. 43), diakses pada 1/9/2013

¹⁹ Thomas W. Baskin and Robert D. Enright, “Intervention Studies on Forgiveness: A Meta-Analysis”, (Journal of Counseling & Development, Winter 2004, Volume 82. The American Counseling Association. All right reserved. pp.79-90), hlm. 80. diakses pada 9/11/2013

seseorang, penilaian negatif, dan perilaku acuh tak acuh terhadap seseorang yang menyakiti kita, bahkan mendorong kasih sayang, kemurahan hati.²⁰

Menurut Snyder dan Yamhure Thompson (dalam Lopez dan Snyder), definisi pemaafan adalah meringankan pelanggaran yang dirasakan sedemikian rupa sehingga ikatan seseorang terhadap pelanggaran-pelanggaran, dan gejala sisa dari pelanggaran berubah dari negatif ke netral atau positif. Sumber dari pelanggaran, dan objek pemaafan, mungkin diri sendiri, orang lain ataupun beberapa orang atau situasi yang melampaui kontrol siapapun (misalnya, sakit, takdir/nasib, dan bencana alam). Dengan demikian, ikatan negatif tersebut juga mencakup kognisi, memori, perasaan, atau perilaku yang muncul ketika seseorang mengingatkan peristiwa tersebut.²¹

Memaafkan memiliki peran yang positif karena dapat memelihara kesehatan fisik dan mental. Para psikolog Amerika melakukan riset bahwa jika seseorang tidak mampu untuk memaafkan maka akan terdapat kekacauan-kekacauan yang ada dalam dirinya sehingga berpengaruh terhadap hubungan dengan orang lain.²²

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Maryanti membuktikan bahwa ada hubungan negatif antara Pemaafan dengan Kecemasan, jadi semakin

²⁰ Shane J. Lopez and C.R Snyder, "Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures", hlm. 304. diakses pada 9/11/2013

²¹ *Ibid.*, hlm. 302.

²² Nuri Kamaliyah, & Irwan Nuryana Kurniawan, "Hubungan Antara Kesabaran Dengan Memaafkan Dalam Pernikahan" (Skripsi Sarjana, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UIIY, Yogyakarta, 2008), diakses pada 15/10/2013

tinggi Pemaafan maka semakin rendah tingkat Kecemasannya, begitu juga sebaliknya, semakin rendah Pemaafan maka Kecemasan pun semakin tinggi.²³

Pada penelitian yang lain oleh Mestika Dewi juga membuktikan bahwa seorang anak usia remaja mengalami trauma yang mendalam yang sering menimbulkan perasaan terluka, marah, benci, dan dendam dalam menghadapi perceraian orangtua.²⁴

Hasil penelitian serupa oleh Ira Puspitasari juga membuktikan bahwa subjek remaja yang orangtuanya bercerai tersebut mengalami stress akibat perceraian orangtua, hal tersebut dapat dilihat dari sebagian besar gejala stres yang ditimbulkannya.²⁵

Bagi anak, anggota terlemah dalam keluarga, perceraian selalu saja merupakan rentetan guncangan-guncangan yang menggoreskan luka batin yang dalam. Stres, ketakutan, kecemasan sampai dengan depresi seringkali dialami anak-anak yang kedua orangtuanya bercerai, dan salah satu cara yang dilakukan untuk mengatasi konflik batin tersebut adalah dengan melakukan pemaafan, dan sikap pemaaf tersebut dapat mengurangi tingkat kecemasan dan kekecewaan anak terhadap orangtuanya.²⁶

Berangkat dari fenomena di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa memiliki sikap Pemaaf merupakan sikap yang sangat penting bagi setiap individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Apalagi dalam kehidupan

²³ Maryanti, "Hubungan Pemaafan (Forgiveness) Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Semester VI Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, 2011)

²⁴ Mestika Dewi, *Loc.cit.*,

²⁵ Ira Puspitasari, *Loc.cit.*,

²⁶ Imam Setyawan, "Membangun Pemaafan pada Anak Korban Perceraian", (Skripsi Sarjana, Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro, Semarang), diakses pada 24 /10/2103

keluarga, diperlukan adanya keharmonisan di antara mereka. Karena interaksi yang terjadi antar anggota keluarga akan mempengaruhi anggota keluarga yang lain, demikian juga dengan perceraian. Keluarga yang harmonis akan memberikan pengaruh yang baik bagi perkembangan anak. Ciri-ciri keluarga normal adalah keluarga yang lengkap strukturnya (ayah, ibu, anak), adanya interaksi sosial yang harmonis dalam keluarga serta adanya kesepakatan dalam merumuskan norma-norma yang ada dalam keluarga sehingga tidak akan menimbulkan pertentangan antar anggota keluarga. Keluarga yang demikian akan memberikan suasana menguntungkan dalam proses pengembangan watak anak-anak yang baik. Manurung menambahkan bahwa keluarga yang tidak harmonis akan memberikan pengaruh buruk bagi anak. Keluarga tidak normal dibedakan menjadi keluarga berantakan dan keluarga berantakan semu, misalnya seperti kasus perceraian yang akan dibahas dalam penelitian ini yang berkaitan dengan pemaafan dan kecemasan. Dalam hal ini ketika timbul perceraian, orangtua yang akan bercerai harus tetap memikirkan bagaimana membantu anak mengatasi penderitaan akibat perpisahan antara ayah dan ibu. Kondisi-kondisi emosi tersebut timbul akibat rasa sakit yang dialami saat terjadi perceraian di antara kedua orangtua. Rasa sakit yang ada pada diri individu tersebut yang kemudian akan menjadi pemicu ketidakstabilan emosi anak. Perceraian akan menimbulkan kebencian pada kedua orangtua. Sehingga anak akan berusaha menjauhi orangtua. Dan salah satu cara yang dilakukan untuk mengatasi dan meminimalisir hal tersebut adalah melalui proses pemaafan terhadap pihak-pihak yang telah menimbulkan rasa sakit yang ada, dalam hal ini adalah orangtua.

Untuk itulah peneliti ingin melakukan penelitian ini di Kota Malang dengan judul “*Hubungan antara Forgiveness dengan Anxiety Anak dalam Menghadapi Dampak Perceraian Orangtua di SMPN 3 Kepanjen Kabupaten Malang*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah peneliti kemukakan pada latar belakang masalah di atas, maka masalah utama yang menjadi kajian dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *forgiveness* anak dalam menghadapi dampak perceraian orangtua di SMPN 3 Kepanjen Kabupaten Malang?
2. Bagaimana tingkat *anxiety* anak dalam menghadapi dampak perceraian orangtua di SMPN 3 Kepanjen Kabupaten Malang?
3. Adakah hubungan antara *forgiveness* dengan *anxiety* anak dalam menghadapi dampak perceraian orangtua di SMPN 3 Kepanjen Kabupaten Malang?

C. Tujuan

Untuk mencapai maksud di atas maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat *forgiveness* anak dalam menghadapi dampak perceraian orangtua di SMPN 3 Kepanjen Kabupaten Malang
2. Untuk mengetahui tingkat *anxiety* anak dalam menghadapi dampak perceraian orangtua di SMPN 3 Kepanjen Kabupaten Malang

3. Untuk membuktikan ada atau tidaknya hubungan antara *forgiveness* dengan *anxiety* anak dalam menghadapi dampak perceraian orangtua di SMPN 3 Kepanjen Kabupaten Malang.

D. Manfaat

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

a. Manfaat Teoritis

- Untuk memperkaya kajian ilmu psikologi khususnya yang berkaitan dengan Pemaafan dengan Kecemasan pada anak yang orangtuanya bercerai.
- Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan atau rujukan bagi peneliti yang memusatkan perhatian tentang hubungan antara Pemaafan dengan Kecemasan pada anak yang orangtuanya menghadapi perceraian.

b. Manfaat Praktis

- Sebagai wacana bagi setiap individu mengenai pentingnya sikap pemaafan untuk dimiliki agar tidak terjadi konflik batin seperti perasaan cemas
- Menjadi bahan rujukan kepada peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian terhadap permasalahan yang sama serta dapat menambah khazanah keilmuan psikologi tentang seberapa besar hubungan antara Pemaafan dengan Kecemasan dalam berbagai setting kehidupan.