

## **BAB V PENUTUP**

Pada Bab ini, peneliti akan menyimpulkan jawaban-jawaban dari permasalahan penelitian. Selanjutnya, akan dikemukakan saran metodologis dan praktis yang berguna bagi penelitian selanjutnya terkait dengan tema permasalahan yang terdapat dalam penelitian ini.

### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan penjelasan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Proses pemaafan yang dilewati ketiga informan dalam penelitian ini menggabungkan tiga aspek, yaitu aspek afektif, aspek perilaku, dan aspek kognitif. Proses pemaafan ini merupakan suatu proses yang fleksibel dan terbagi ke dalam empat fase. Keempat fase dapat dilalui secara berurutan maupun bolak-balik (kembali kepada fase yang dialami sebelumnya). Informan kedua dan informan ketiga melewati proses pemaafan ini secara berurutan. Sedangkan informan pertama melewatinya secara bolak-balik (kembali kepada fase pertama). Hal ini disebabkan karena informan pertama masih merasa dendam dan benci kepada pelaku.
2. Ketiga informan melewati setiap fase dari proses pemaafan dengan cara yang berbeda-beda. Pada fase membuka kembali, ketiganya merasakan berbagai emosi negatif (marah, kesal, sedih, takut, dendam, dan malu). Sering terbayang peristiwa *bullying* dan merasa tidak adil. Kemudian mencoba untuk membandingkan dirinya dengan pelaku. Serta mengatasi emosi negatif dengan membalas, mendo'akan, mengabaikan ataupun menghindari pelaku.

Pada fase memutuskan, ketiga informan merasa lelah dan ingin melupakan semuanya. Bahkan adanya keinginan untuk berdamai dan mempertimbangkan memaafkan pelaku. Namun hanya informan kedua dan ketiga yang berkomitmen untuk memaafkan pelaku. Pada fase bekerja, ketiga informan mencoba untuk memposisikan dirinya sebagai orang yang menyakiti dan telah menerima semua rasa sakit akibat peristiwa menyakitkan yang dialami. Terakhir pada fase pendalaman, informan kedua dan ketiga merasa lega dan lebih tenang setelah melalui proses pemaafan terhadap pelaku.

3. Proses pemaafan yang dialami oleh ketiga informan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu empati, ruminasi, relasi kedekatan, permintaan maaf dari pelaku, dan sifat pelanggaran. Faktor-faktor ini dapat menjadi penghambat maupun pendorong dalam melakukan pemaafan. Empati menjadi faktor pendorong bagi informan kedua untuk memaafkan pelaku. Kemudian ada atau tidak adanya permintaan maaf dari pelaku. Bagi informan ketiga adanya permintaan maaf dari pelaku menjadi faktor pendorong untuk memaafkan sebagian teman-temannya yang menjadi pelaku karena ia menerima perlakuan *bullying* dari teman-teman sekelasnya dan hanya sebagian mereka yang meminta maaf kepada informan ketiga. Akan tetapi, berbeda dengan informan pertama. Tidak adanya permintaan maaf dari pelaku menjadi faktor penghambat bagi informan pertama untuk memaafkan pelaku. Selanjutnya sifat pelanggaran menjadi faktor penghambat bagi

informan ketiga untuk memaafkan sebagian teman-temannya yang lain yang menjadi pelaku.

4. Seseorang dikatakan sudah memaafkan juga dapat dilihat berdasarkan dimensi-dimensi pemaafan yaitu semakin menurunnya motivasi untuk menghindari dan membalas dendam kepada pelaku serta semakin termotivasi oleh niat baik dan berdamai dengan pelaku. Hal ini seperti yang dilakukan oleh informan kedua dan informan ketiga. Keduanya sudah tidak mempunyai keinginan untuk menghindari dan membalas dendam kepada pelaku. Bahkan mencoba untuk berdamai dengan pelaku. Sedangkan informan pertama belum memaafkan pelaku karena masih berusaha untuk menghindari pelaku.

## 5.2. Saran

### 5.2.1. Saran Metodologis

Untuk memperdalam kajian tentang pemaafan, peneliti selanjutnya disarankan dapat menggunakan kriteria informan yang lebih beragam dan dapat mengangkat peristiwa traumatis lainnya selain *bullying* agar bisa memahami lebih dalam mengenai pemaafan.

### 5.2.2. Saran Praktis

- a. Hasil penelitian ini menunjukkan bagaimana proses pemaafan yang dilalui oleh remaja khususnya yang menjadi korban *bullying*. Para remaja yang menjadi korban *bullying*, diharapkan mampu memulihkan luka emosional dari *bullying* dengan melalui proses pemaafan secara berurutan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memahami manfaat pemaafan yang dapat dirasakan dan faktor-faktor apa saja yang dapat menjadi faktor pendorong dalam melakukan

pemaafan sehingga nantinya dapat menggantikan emosi negatif yang dirasakan dengan emosi positif.

- b. Bagi sekolah khususnya guru diharapkan dapat memahami informasi terkait pemaafan dan menjadikan landasan dalam mengaplikasikannya kepada siswa-siswa yang memiliki pengalaman menyakitkan atau traumatis, terutama yang terjadi di sekolah.

