

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Self forgiveness merupakan pemaafan diri atau pengampunan diri, *self forgiveness* diambil dari kata *forgiveness* yaitu pemaafan atau pengampunan. *Self forgiveness* yaitu keadaan ketika seseorang berkeinginan menjadi baik untuk dirinya setelah membuang rasa bersalahnya. *Self forgiveness* perlu pelepasan emosi-emosi negatif yang diarahkan terhadap diri. *Self forgiveness* seperti gambaran dari memaafkan orang lain, sama halnya dengan proses yang bermula dengan adanya kebencian yang dirasakan seseorang pada orang yang berbuat salah padanya. *Self forgiveness* yaitu bentuk dari kesediaan melepaskan rasa benci diri sendiri dan mau mengakui bahwa dirinya mempunyai kesalahan, serta menumbuhkan perasaan cinta terhadap diri sendiri.¹ *Self forgiveness* adalah bentuk dari rasa bersalah yang di rasakan seseorang, yang berupa pemikiran, perasaan, motivasi yang sebelumnya negatif berubah menjadi positif.²

Self Forgiveness mengacu pada kesehatan mental. Hubungan inilah yang diterapkan dalam *self forgiveness* dan *forgiveness* yang lain (*other-forgiveness*), tetapi lebih tepatnya pada *self forgiveness*. Seseorang yang mampu untuk memaafkan dirinya sendiri akan memiliki gambaran tentang

¹ Enright, R. D. (1996). *Counseling Within the Forgiveness Triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Self-Forgiveness*. *Journal Counseling and Values*. Hlm 23.

² Thompson, I. Y., dkk. (2005). *Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations*. *Journal of Personality*. Hlm 322.

kesehatan mental yang lebih baik. Kegagalan dalam memaafkan diri sendiri akan mengurangi tingkat kesehatan mental seseorang.³ *Self forgiveness* terjadi pada kondisi ketika seseorang sadar telah melakukan kesalahan dan seseorang bersedia bertanggung jawab atas kesalahannya tersebut. Pemaafan adalah sikap untuk mengatasi rasa bersalah, tekanan batin, perasaan sedih, dan penyesalan yang harus mereka hadapi, dengan ini mereka akan belajar menerima keadaan hingga mereka dapat memaafkan diri sendiri. Bahwa memaafkan yang berjalan dengan baik dapat menjadikan masa depan kehidupan yang lebih optimis.

Manfaat dari dilakukannya *self forgiveness* antara lain dapat menjaga kesehatan mental. Banyak penelitian yang menunjukkan tentang orang-orang yang berupaya melakukan pemaafan diri memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang rendah⁴, dapat menjaga kesehatan fisik. Pemaafan diri dapat mengurangi nyeri pada otot, menurunkan tingkat kolesterol, mengurangi tekanan darah, dan menurunkan resiko tekanan jantung⁵. Pemaafan diri juga dapat meningkatkan hubungan yang baik dengan keluarga dan orang lain, serta menjadikan masa depan yang lebih baik. Adapun pentingnya melakukan *self forgiveness* yaitu untuk menjaga kesehatan mental serta untuk kesejahteraan diri.

³ Wilson, T., Milosevic, A., Carrol, M., Hart, K. (2008) *Physical Health Status in Relation to Self Forgiveness and The Other Forgiveness In Healthy College Students*. *Journal of Health Psychology*. Vol. 13 (No.6). Hlm 793.

⁴ Peterson SJ, Van Tongeren DR, Womack SD, Hook JN, Davis DE, Griffin BJ. (2017). *The Benefits of Self-Forgiveness On Mental Health: Evidence From Correlational and Experimental Research*. *Journal Posit Psychol*. Vol 12. (No.2). Hlm 160.

⁵ Rasmussen KR, Stackhouse M, Boon SD, Comstock K, Roos R. (2019). *Metanalytic Connections Between Forgiveness and Health: The moderating Effects of Forgiveness Related Distinctions*. *Psychol Health*. Vol 34. (No.5). Hlm 518.

Self forgiveness merupakan suatu hal yang menarik untuk dipelajari maupun diterapkan ke diri sendiri karena setiap orang pasti mempunyai kesalahan namun memaafkan kesalahan, melepaskan kesalahan, dan belajar dari kesalahan untuk melanjutkan hidup yang lebih baik adalah hal yang bermanfaat dan penting untuk kehidupan. Penerapan *self forgiveness* ini bisa dilakukan pada kesalahan yang diperbuat oleh diri sendiri, seperti kesalahan telah mengonsumsi narkoba, pecandu narkoba perlu untuk melakukan *self forgiveness* untuk membantunya pulih dari kecanduannya.

Jawa Timur merupakan daerah dengan intensitas penyalahgunaan narkoba yang besar, dengan kondisi gawat darurat narkoba. Jawa Timur menduduki peringkat ke-2 setelah Sumatra Utara kategori Kawasan rawan narkoba. Total keseluruhan kasus narkotika di Indonesia pada Triwulan tahun 2021 adalah 12.890, yang dimana Jawa Timur mencapai kasus dengan jumlah 1.910 kasus dan 2.346 tersangka, dan narapidana narkotika Jawa Timur menempati urutan pertama dengan jumlah 1.019 narapidana.⁶ Kasus pada Kabupaten Kediri yaitu pada tahun 2022 berjumlah 239 kasus yang meningkat daripada tahun 2021 dengan jumlah 215 kasus. Badan Narkotika Nasional (BNN) Kabupaten Kediri memberi himbauan waspada karena jaringan narkoba sudah merambat ke desa-desa. Menurut sekretaris Desa di Desa Donganti Kecamatan Plosoklaten terdapat enam orang mantan pecandu narkoba, keempat dari enam orang tersebut sudah berada di rumah, satu orang bekerja di luar kota, dan satu orang lagi masih menjadi tahanan di Polres Kediri karena merupakan penjual atau pengedar narkoba.

⁶ Badan Narkotika Nasional. Provinsi Jawa Timur. (2022)

Kelima orang tersebut sudah dapat melakukan pekerjaan dengan baik, menikah, dan menjalani kehidupan bermasyarakat dengan baik, ikut dalam kegiatan masyarakat, seperti kerja bakti, karang taruna, tahlil, dan aktivitas yang lain padahal sebelumnya mereka pecandu narkoba.⁷

Pecandu narkoba akan mengalami kesulitan untuk melawan stres akibat gejala gangguan psikologis seperti gangguan kognitif, penurunan daya konsentrasi dan sugesti, maupun keinginan untuk menggunakan narkoba lagi bahkan dengan jumlah yang lebih banyak. *Adiksi* atau ketergantungan menggunakan narkoba adalah kondisi seseorang mengalami ketergantungan secara fisik dan psikologis terhadap obat. Hal tersebut karena tubuh terpapar zat narkoba yang sifatnya *adiktif* yang berlebihan. Pecandu narkoba memiliki perasaan berdosa ingin berhenti dari penggunaan narkoba tetapi adanya hambatan karena ketidakberdayaan diri.⁸

Pecandu narkoba memiliki lima beban rasa bersalah setelah memakai narkoba. Dari kelima beban rasa bersalah tersebut perasaan bersalah pada diri sendiri (*guilty to self*) paling menjadi hambatan dalam proses penyembuhan dari kecanduan. Pada tahapan selanjutnya perasaan bersalah pada diri sendiri akan menimbulkan kecemasan yang menungkhkan mengarah kepada tindakan berbahaya seperti *self injury* atau

⁷ Wawancara Sekertaris Desa Donganti, tanggal 5 Desember (2022).

⁸ De Leon, G. (2008). *The Therapeutic Community-Theory, Model, and Method*. USA: Springer Publishing Company. Hlm 75.

menyakiti dirinya sendiri seperti mengiris kulit, membenturkan kepala hingga mengakhiri hidupnya.⁹

Pemulihan pecandu narkoba juga melalui berbagai proses dan tahapan. Adanya rehabilitasi, pengobatan berkala maupun terapi pemulihan diharapkan untuk mengembalikan kesehatan fisik maupun psikologis mantan pecandu narkoba. Tetapi semua itu tentu tidak akan berjalan dengan lancar apabila seseorang tidak memahami kondisi pribadinya sendiri. Seseorang harus memahami kondisi dirinya sendiri, mengakui kesalahannya, memaafkan kesalahan dirinya sendiri, serta berkeinginan untuk berubah menjadi lebih baik. Salah satu yang menjadi komponen penting yaitu *forgiveness* atau pemaafan karena dengan adanya proses *forgiveness*, mantan pecandu bisa berlatih untuk memahami dirinya sendiri dengan baik.¹⁰

Pentingnya kedudukan diri sendiri sebagai pusat dari konsep pemulihan pecandu, suatu perubahan diri berpengaruh pada peningkatan *self esteem* yang akan menjadikan hidupnya lebih baik. Proses *forgiveness* sebagai salah satu *treatment* pada diri sendiri dan dikatakan sebagai bagian yang penting dan turut menentukan keberhasilan dari pemulihan atas kecanduannya. *Forgiveness* adalah pengampunan atau pemaafan. *Forgiveness* di artikan sebagai sebuah perasaan timbal balik ideal. Konsep timbal balik ideal di dalam pemaafan yaitu seseorang bisa dimaafkan atas

⁹ Gunawan, K., Priyatama, A., dan Setyanto, A. (2016). *Pengaruh Pelatihan Pemaafan Terhadap Peningkatan Self Esteem Pecandu Narkoba di Program Re-Entry Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN)*, Bogor. Solo: Universitas Sebelas Maret. Hlm 29.

¹⁰ Ibid. Hlm 30.

perbuatan yang telah dilakukan dan memaafkan kesalahan, kata *forgiveness* sebagai suatu hal yang erat berkaitan dengan rasa benci, rasa benci yang muncul pada diri sendiri dari kesalahannya telah menggunakan narkoba akan diberi pemaafan sehingga dapat mengurangi hingga menghilangkan rasa benci pada dirinya sendiri.

Self forgiveness membantu mantan pecandu narkoba untuk melawan *adiksi* dan *relapse*. *Adiksi* yaitu kecanduan narkoba dan *relapse* yaitu kambuh atau terjadinya pola lama dimana pemakaian narkoba berlangsung kembali dengan rutin. Untuk menghilangkan kedua hal tersebut diperlukannya penerapan *self forgiveness* dengan baik. Tetapi pada penerapannya *self forgiveness* tidak mampu berjalan dengan *linier* begitu saja, seperti halnya *forgiveness* memiliki fase-fase dalam pelaksanaannya yaitu fase *uncovering*, *decision*, *work*, dan *deepening*.¹¹ Menjalani empat fase ini bukan hal yang mudah, *internalisasi* empat fase tersebut tidak lepas dari latar belakang pada setiap individu sehingga mempengaruhi kendala maupun kemudahan dalam proses pemaafan diri. Maka perjalanan *self forgiveness* membentuk suatu dinamika yang unik dalam setiap individu, karena latar belakang pada masing-masing individu berbeda, kendala dan kemudahan dalam individu berbeda, serta tujuan untuk masa depan pada setiap individu yang berbeda.

¹¹ Enright, R.D. & Coyle C. T. (1996). *Researching the process model of forgiveness*. Dalam Worthington, E. L., Jr. (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research & Theological Perspective*. USA: Templeton Foundation Press. Hlm 24.

Peneliti memilih lokasi penelitian di Desa Donganti dikarenakan dari observasi serta keterangan dari wawancara terhadap perangkat desa, terdapat enam mantan pecandu narkoba, keempat dari enam orang tersebut sudah berada di rumah, satu orang bekerja di luar kota, kelima orang tersebut sudah dapat melakukan aktivitas yang normal, sudah dapat melakukan pekerjaan dengan baik, menikah, dan menjalani kehidupan bermasyarakat dengan baik. Sehingga peneliti tertarik dan melakukan penelitian di desa tersebut.

Data yang diambil dari salah satu informan penelitian yang berinisial ZF bahwa dirinya merasa bersalah, dan menyesal karena pernah mengonsumsi narkoba dalam waktu hampir 3 tahun, dalam waktu 3 tahun tersebut ZF merasakan ketagihan untuk mengonsumsi terus menerus, jika tidak mengonsumsi maka ada efek yang di rasakan seperti gemetar. Setelah merasa sadar atas kesalahannya ZF berusaha untuk berhenti memakai dengan cara bertahap mulai mengurangi dosis yang digunakan, rasa sadarnya mulai terbentuk saat ZF merasa sangat bersalah karena hidupnya semakin memburuk, uangnya selalu habis karena untuk kebutuhan hidup dan membeli narkoba, merasa malas bekerja, dan tidak fokus dalam bekerja, kehidupannya menjadi tidak produktif. Setelah itu ZF merasa harus memperbaiki dirinya dengan memaafkan kesalahan dirinya sendiri, berusaha menghilangkan emosi negatif yang muncul, seperti rasa malu, rasa marah, rasa kecewa dengan mengubahnya menjadi sesuatu yang lebih positif. Menyadari bahwa memahami kondisi dirinya sendiri dengan memaafkan semua kesalahannya yang telah mengonsumsi narkoba adalah

jalan yang tepat untuk menjadikan dirinya pulih dan memperbaiki kehidupan untuk dirinya sendiri, keluarga, dan orang disekitarnya.¹²

Pemaafan yang dilakukan oleh mantan pecandu narkoba seharusnya bukan hanya ditujukan untuk memaafkan peristiwa penyalahgunaan narkoba tetapi juga ditujukan untuk diri mereka sendiri. Adanya perasaan bersalah dan berdosa akan mendorong terjadinya pemaafan. Oleh karena itu peneliti mencoba menggambarkan tentang proses *self forgiveness* bermula dan berjalan sehingga membentuk dinamika kehidupan para mantan pecandu narkoba. Penting untuk mengetahui apa yang sebenarnya terjadi pada tahap *after care* terutama pada mereka yang pernah mengalami *relapse*. Peneliti akan mengacu pada *self forgiveness* untuk proses *dealing* terhadap beban psikis mantan pecandu narkoba, penelitian ini akan mengungkap beban rasa bersalah yang dirasakan mantan pecandu narkoba dan dinamika serta prosesnya hingga terbentuk *self forgiveness*, dan faktor yang mempengaruhi proses *self forgiveness*. Suatu pemaafan diri yang selalu berubah dan berkembang menjadikan dinamika yang menarik untuk diteliti guna untuk melihat bagaimana *self forgiveness* dimulai, dibangun serta dilakukan oleh seseorang. Untuk mencapai hal tersebut, disusun penelitian ini dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis, dan disertai dengan metode pengambilan data yaitu wawancara terhadap informan penelitian. Informan yang terlibat dalam penelitian ini adalah mantan pecandu narkoba yang berjumlah 4 orang yang

¹² Wawancara dengan ZF, Tanggal 23 Januari (2023) Selaku Mantan Pecandu Narkoba di Desa Donganti.

tinggal di Desa Donganti, Kecamatan Plosoklaten, Kabupaten Kediri. Peneliti tertarik untuk mengetahui dinamika *self forgiveness* yang terjadi pada mantan pecandu narkoba. Sehingga peneliti melakukan sebuah penelitian dengan judul “DINAMIKA *SELF FORGIVENESS* PADA MANTAN PECANDU NARKOBA DI DESA DONGANTI KECAMATAN PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI”

B. Fokus Penelitian

Fokus dalam penelitian ini adalah:

- A. Bagaimana dinamika *self forgiveness* pada mantan pecandu narkoba?
- B. Faktor pendorong dan penghambat apa saja yang mempengaruhi pada proses *self forgiveness* pada mantan pecandu narkoba?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui dinamika *self forgiveness* pada mantan pecandu narkoba.
2. Untuk mengetahui faktor pendorong dan penghambat apa saja yang mempengaruhi pada proses *self forgiveness* pada mantan pecandu narkoba.

D. Manfaat Penelitian

a) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menambah referensi yang berkaitan dengan *self forgiveness* terkait dengan proses pemulihan mantan pecandu narkoba terutama bagi disiplin ilmu psikologi, terutama pada psikologi klinis, psikologi sosial serta bidang ilmu yang lain. Tahapan dan juga dinamika

psikologis yang terjadi selama proses *self forgiveness* yang dibahas dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan wawasan tentang psikologi.

b) Manfaat Praktis

1) Bagi Mantan Pecandu Narkoba

Penelitian ini diharapkan bagi mantan pecandu narkoba, mampu mendapatkan gambaran dan melakukan *self forgiveness* sebagai salah satu proses pemulihan dari kecanduan narkoba, dan menyadari akan pentingnya *self forgiveness* untuk membantu pemulihan dari adiksi.

2) Bagi Keluarga

Sebagai inspirasi untuk melakukan pendampingan dan sebagai dukungan sosial untuk proses pemulihan anggota keluarga yang mengalami kecanduan narkoba.

3) Bagi Masyarakat

Sebagai pusat inspirasi yang bisa memberikan dorongan masyarakat luas untuk menghindari perilaku diskriminatif terhadap seseorang yang mengalami kecanduan narkoba dan meningkatkan kesadaran akan bahaya penyalahgunaan narkoba.

4) Bagi BNN

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan informatif yaitu sebagai suatu informasi untuk meningkatkan proses rehabilitasi terutama pada proses *self forgiveness* agar mantan pecandu narkoba dapat terbebas dari adiksi dan tidak mengalami relapse.

5) Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tema yang sama yang berkaitan dengan dinamika *self forgiveness* bagi mantan pecandu narkoba. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan aspek-aspek, dan faktor-faktor dalam proses *self forgiveness*, diharapkan dapat menyajikan referensi yang lebih luas yang berkaitan dengan *self forgiveness*, untuk pembahasan penelitian yang semakin luas. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan ketika pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara mendalam dan dilakukan berulang untuk memastikan bahwa subjek melakukan proses *self forgiveness*, dan untuk hasil lebih akurat.

E. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan pertanyaan di atas peneliti mengambil penelitian terdahulu berupa karya tulis ilmiah sebagai tambahan referensi untuk digunakan dalam penelitian yaitu:

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ane Putri Desrianti, Rida Yanna Primanita yang berjudul Hubungan *Forgiveness* dengan *Meaning in Life* pada Penyalahguna NAPZA di Sumatera Barat, jenis penelitian kuantitatif, dengan hasil yaitu: Secara keseluruhan *forgiveness* pada penyalahguna NAPZA di Sumatera Barat berada pada kategori sedang dengan presentase 89,8% yaitu sebanyak 53 dari 59 orang subjek. *Meaning in life* pada penyalahguna NAPZA di Sumatera Barat berada pada kategori sedang dengan presentase 52.5% yaitu sebanyak 31 dari 59 orang subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *forgiveness* pada penyalahguna NAPZA berhubungan signifikan dengan *meaning in life*,

dimana keduanya memiliki hubungan korelasi positif yang artinya semakin tinggi *forgiveness* maka semakin tinggi *meaning in life* dan sebaliknya.¹³ Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada pembahasan dimana penelitian terdahulu membahas hubungan *forgiveness* dengan *meaning in life* sedangkan penelitian yang sekarang membahas dinamika *self forgiveness*. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada teori yang digunakan yaitu *forgiveness*.

2. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Januarette Gabriella Chaay, yang berjudul Studi Kasus Dinamika *Self Forgiveness* Dikaitkan Dengan Strategi *Coping* Pada Pecandu Narkoba Yang Merupakan Anak Adopsi, jenis penelitian kualitatif, dengan hasil yaitu: proses *self forgiveness* yang dilalui partisipan bukanlah hal yang mudah. Seiring waktu, para peserta mulai memahami bahwa hal terpenting dalam melangkah ke masa depan adalah melepaskan masa lalu dengan memaafkan diri sendiri. Masalah internal, seperti peserta tidak siap menerima kenyataan dan menghadapi masalah dalam hidupnya, sehingga narkoba adalah jalan pintas untuk kenyamanan sesaat. Seiring berjalannya waktu, para peserta menyadari bahwa hal terpenting untuk melangkah ke masa depan adalah melepaskan masa lalu dengan memaafkan diri mereka sendiri, para peserta tidak ingin hanya merasa bersalah atas kesalahan yang mereka buat di masa depan.¹⁴

¹³ Ane Putri Desrianti, R. Y. (2022). Hubungan *Forgiveness* Dengan *Meaning in Life* Pada Penyalahgunaan NAPZA di Sumatra Barat. *Jurnal Riset Psikologi*, Vol. 2022. No 1. Hlm 31.

¹⁴ Chaay, J. G. (2015). Studi Kasus: Dinamika *Self Forgiveness* Dikaitkan Dengan Strategi *Coping* Pada Pecandu Narkoba Yang Merupakan Anak Adopsi. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas, Kristen Satya Wacana Salatiga*. Hlm. 56.

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada informan, penelitian terdahulu menggunakan pecandu narkoba yang merupakan anak adopsi sedangkan, penelitian sekarang menggunakan informan mantan pecandu narkoba. Persamaan penelitian terdahulu dan penelitian sekarang terletak pada teori yang digunakan yaitu *forgiveness*, dan persamaan lain yaitu meneliti dinamika *self forgiveness*

3. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ella Widya Nurgraheni, yang berjudul *Dinamika Self Forgiveness Pada Mantan Pecandu Narkoba*, jenis penelitian kualitatif, dengan hasil yaitu: *self forgiveness* dikatakan sebagai kunci utama bagi kepulihan pecandu dari kecanduan narkoba Namun jauh sebelum itu, mantan pengguna narkoba harus melalui dinamika pemaafan diri yang penuh pasang surut. Bagi mantan pecandu, memaafkan diri sendiri membutuhkan waktu, bahkan tidak sebentar, dan itu tidak mudah. Namun, jika dihayati secara menyeluruh, menjadikan mereka pribadi yang siap menghadapi kehidupan yang lebih baik.¹⁵ Perbedaan penelitian terdahulu dan penelitian sekarang terletak pada lokasi penelitian yaitu penelitian terdahulu di lakukan di Yogyakarta sedangkan penelitian sekarang dilakukan di Kediri, dalam penelitian terdahulu peneliti tidak menyebutkan faktor pendorong dan penghambat dalam *proses self forgiveness* sedangkan dalam penelitian sekarang peneliti menyebutkan faktor pendorong dan penghambat dalam proses *self forgiveness*. Dalam penelitian terdahulu peneliti tidak menggunakan skala pemaafan diri sedangkan dalam penelitian sekarang peneliti menggunakan skala

¹⁵ Nugraheni, E. W. (2019). *Dinamika Self Forgiveness Pada Mantan Pecandu Narkoba*. *Skripsi Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*. Hlm. 43.

pemaafan diri. Dalam penelitian terdahulu subjek berjumlah enam sedangkan pada penelitian sekarang subjek berjumlah empat orang. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang yaitu terletak pada masalah yang diteliti yaitu dinamika *self forgiveness*

4. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Herlinda Manggaring Ramadhani, K. D. Ambarwati, yang berjudul *Self-Forgiveness On Men Whose Partners Have a Premarital Abortions*, jenis penelitian kualitatif, dengan hasil yaitu: Temuan pemaafan diri pada laki-laki yang pasangannya telah mengalami aborsi pranikah mengkonseptualisasikan pemaafan antara orang dan situasi di luar batas kendali manusia, ditinjau dari penyebab luka dan objek pemaafan yang berasal dari diri sendiri, diri sendiri, memaafkan orang lain, dan memaafkan situasi. Dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan dalam penelitian ini memiliki kapasitas untuk membangun toleransi diri yang baik sehingga dapat beradaptasi secara positif terhadap peristiwa aborsi pilihan pasangan. Tiga peserta mengalami proses kesedihan, rasa bersalah, ketidakpastian tentang bagaimana menghadapi situasi aborsi, perasaan tidak berguna, kehilangan kepercayaan diri, dan menerima kenyataan, mengikuti keputusan pasangannya, dan berdiri untuk kehidupan yang lebih baik di masa depan. Tiga peserta mahir membangun pemaafan diri dan mengendalikan dorongan emosi negatif yang muncul sebagai respons terhadap masalah yang dihadapi.¹⁶ Perbedaan penelitian terdahulu dengan

¹⁶ Herlinda Manggaring Ramadhani, K. D. (2021). *Self-Forgiveness On Men Whose Partners Have a Premarital Abortions*. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, Vol. 12 No. 3. Hlm 67.

penelitian sekarang terletak pada penerapan *self forgiveness*, penelitian terdahulu menerapkan *self forgiveness* pada laki-laki yang pasangannya melakukan aborsi, sedangkan penelitian sekarang menerapkan *self forgiveness* pada mantan pecandu narkoba. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang yaitu teori yang digunakan yaitu *self forgiveness*.

5. Penelitian Terdahulu Destiana Istyqomah, yang berjudul Pengaruh Rasa Salah, Rasa Malu, Dan Tipe Kepribadian *Big Five* Terhadap *Self-Forgiveness* Pada Residen Narkoba, jenis penelitian kuantitatif, dengan hasil yaitu: Kesimpulan pertama dari penelitian ini adalah adanya pengaruh yang signifikan dari dimensi variabel rasa bersalah (*negatif behavioral evaluation (NBE)* dan *remediasi*) dan dimensi dari variabel rasa malu (*negatif self-evaluation (NSE)* dan penarikan diri). Tipe kepribadian toleransi diri residen napza, variabel untuk toleransi diri residen napza (*ekstraversi, keramahan, kesadaran, neurotisme, keterbukaan terhadap pengalaman*), yaitu menarik diri, tipe kepribadian yang menyenangkan, dan pengalaman Keterbukaan terhadap tipe kepribadian. Sedangkan variabel independen lainnya seperti NBE, *repair*, NSE *extroversion*. Kejujuran dan *neurotisme* tidak berpengaruh signifikan terhadap pemaafan diri pada pasien narkoba.¹⁷ Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada pembahasan dimana penelitian terdahulu membahas tentang pengaruh

¹⁷ Istyqomah, D. (2019). Pengaruh Rasa Salah, Rasa Malu, dan Tipe Kepribadian *Big Five* Terhadap *Self Forgiveness* Pada Residen Narkoba. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*. Hlm 31.

rasa salah, rasa malu, dan tipe kepribadian *big five* terhadap *self forgiveness*, sedangkan penelitian yang sekarang membahas dinamika *self forgiveness*. Persamaan penelitian terdahulu dan sekarang yaitu teori yang digunakan sama yaitu *self forgiveness*.