



Efektifitas *Therapy* pemaafan untuk meningkatkan *Self Acceptance* pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA)

Akmal Budi Satrio*¹, Abdul Muhid²

¹Psikologi, UIN Sunan Ampel Surabaya, Indonesia,

²Psikologi, UIN Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

^{*}Corresponding author, E-mail: akmalbudisatrioo@gmail.com

Abstrak. Penyakit menular seksual HIV saat ini menjadi perhatian di masyarakat, karena kurangnya edukasi yang diberikan tentang penyakit menular ini kepada masyarakat, muncul masalah baru yaitu perbedaan pengobatan yang dilakukan di kalangan masyarakat. Sehingga berdampak pada kondisi fisik, psikis dan mental penderita HIV/AIDS (ODHA). HIV/AIDS sendiri memiliki kontribusi yang sangat negatif terhadap perkembangan psikologis, seperti kemarahan, penolakan diagnosa, tawaran dan lebih buruk lagi hingga depresi, dan akhirnya mereka mencapai titik terendah dan menerima kenyataan yang mereka alami. Tujuan: Tinjauan pustaka ini mencoba menggali lebih dalam tentang efektivitas terapi memaafkan untuk meningkatkan penerimaan diri pada ODHA. Metode: Suatu metode penulisan yang menggunakan tinjauan pustaka dengan mengumpulkan data dari fenomena yang diangkat dari berbagai sumber, baik jurnal, buku maupun referensi yang relevan dengan masalah dan topik yang diangkat. Kesimpulan: Terapi pengampunan memiliki efektivitas yang sangat baik sebagai bentuk intervensi individu dengan orang-orang yang memiliki masalah serius seperti HIV/AIDS.

Kata kunci: Terapi pengampunan, penerimaan diri, HIV/AIDS

Abstract. The sexually transmitted disease HIV is currently a concern in the community, due to the lack of education provided about this infectious disease to the community, a new problem arises, namely differences in treatment carried out among the community. So that it has an impact on the physical, psychological and mental conditions of people with HIV / AIDS (PLWHA). HIV / AIDS itself has a very negative contribution to psychological development, such as anger, refusing diagnoses, offers and worse until depression, and finally they reach rock bottom and accept the reality they are experiencing. Purpose: This literature review tries to dig deeper into the effectiveness of forgiveness therapy to increase self-acceptance in PLWHA. Method: A writing method that uses literature review by collecting data from phenomena raised from various sources, both journals, books and references that are relevant to the issues and topics raised. Conclusion: Forgiveness therapy has very good effectiveness as a form of individual intervention with people who have serious problems such as HIV/AIDS.

Keywords: Forgiveness therapy, self acceptance, HIV/AIDS



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author.

Pendahuluan

HIV/*Human Immunodeficiency Virus* merupakan virus mematikan yang menyerang sistem pertahanan tubuh seseorang yang terjangkiti (Nevid, J. S, Rathus, S. A, & Greene, 2005). Apabila tidak diatasi dengan baik dikhawatirkan dapat menyebabkan AIDS/*Acquired Immune Deficiency Syndrome* yang sangat berbahaya (Sarafino, 1998). sampai saat ini masyarakat Indonesia sedang mengalami bentuk

permasalahan kesehatan yang begitu pelik. Dan yang membuat khawatir lagi adalah penyakit yang dialami oleh masyarakat adalah penyakit-penyakit yang dapat menular kepada orang lain seperti *Tuberculosis (TBC)*, *Malaria*, Infeksi saluran pernafasan akut, dan *Skin disease*. Selain yang telah disebutkan sebelumnya Indonesia juga sedang menjajari masalah kesehatan seperti *Severe Acute Respiratory Syndrom (SARS)*, Demam berdarah (*DBD*), serta Penyakit menular seks (*PMS*) (Kurniasih, 2007)

Berdasarkan Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, semenjak HIV/AIDS ditemukan pertama kali di Indonesia hingga bulan Maret ditahun 2017 diperoleh jumlah kasus penderita HIV di Indonesia sangatlah banyak yakni sebesar 242.699 jiwa dan untuk (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Laporan dari *Global United Nations 10 Programme on HIV and AIDS (UNAIDS)* pada tahun 2020 diperkirakan ada 38 juta orang di seluruh dunia yang terinfeksi positif HIV. Dari jumlah tersebut, sebanyak 20,1 juta orang adalah anak perempuan dan wanita dewasa (Jawahir Gustav Rizal, 2020)

Penyakit menular seks seperti HIV merupakan virus yang termasuk kedalam jenis virus yang memanfaatkan *Ribonukleat Acid* sebagai membawa informasi genetik (Kurniasih, 2007). Untuk dapat menularkan kepada orang lain virus HIV ini umumnya dapat menular melalui beberapa media seperti, hubungan seks tanpa pengaman yang merupakan penyebab paling tinggi penularan. HIV sering dikomparasi dengan penyakit yang berasal dari kelamin sebab penularan penyakit ini biasanya disebabkan karena suka berganti pasangan, dan free seks. AIDS sendiri merupakan penyakit yang sangat mematikan karena memiliki tingkat fatalitas kasus diangka 100% dalam lima tahun belakangan, artinya dalam kurun waktu kurang lebih lima tahun setelah di diagnosis oleh dokter mengalami AIDS, maka semua penderita HIV/AIDS dalam kurun lima tahun setelah dinyatakan AIDS maka akan meninggal dengan cepat jika tidak ditangani. Salah satu upaya alternatif untuk mengatasi permasalahan jumlah penderita yang terus mengalami peningkatan adalah dengan melakukan pencegahan. dan mewajibkan kita untuk tidak campur tangan dilingkungan transmisi yang kemungkinan bisa terjangkit HIV (Adriana, 2012). HIV sendiri umumnya menular melalui beberapa media yakni bersentuhan langsung tanpa perantara antara membrane mukosa, seperti cairan didalam tubuh yang mengandung virus HIV ini seperti, cairan preseminal, darah, cairan vagina, cairan sperma, serta air susu ibu. Media tersebut bisa menjadi pemicu penularan apabila melakukan seks bebas baik itu *anal*, *oral*, maupun *vaginal*, penggunaan jarum suntik yang sudah terkontaminasi, transfusi darah, hubungan seks bebas adalah penyebab paling tinggi penularan HIV/AIDS (Nursalam, K & Ninuk, 2017)

Penyakit menular seks seperti HIV pada saat ini, masih menjadi perhatian dikalangan dimasyarakat, karena kurangnya edukasi tentang penyakit menular seks (*PMS*) ini, muncullah masalah baru terhadap penderita yaitu terdapat perbedaan perlakuan yang dilakukan oleh masyarakat terhadap ODHA (Orang dengan HIV/AIDS), yakni memiliki bentuk reaksi psikis yang negatif seperti merasa cemas, mengalami depresi, serta kesulitan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya Bentuk kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Burhan, R. F. & Fourianalisyawati, 2014) biasanya karena terdapat perbedaan perlakuan yang dilakukan oleh masyarakat seperti pengucilan, penyebaran isu negatif dimasyarakat sehingga membuat ODHA semakin dimusuhi serta dikucilkan dari lingkungannya (Kurniasih, 2007).

Perubahan kondisi fisik yang dialami serta perubahan kondisi psikologis penderita HIV ini menerima pengaruh negatif terhadap perkembangan psikologis ODHA, yakni menolak diagnosis, depresi, dan timbul rasa marah, dan berujung berada dititik terendah dimana mereka harus mampu menerima kenyataannya (Burhan, R. F. & Fourianalisyawati, 2014). Orang dengan HIV/AIDS memiliki tantangan tersendiri, yaitu harus menghadapi respon terhadap penyakit yang memiliki stigma, mengembangkan langkah untuk mempertahankan kondisi tubuh serta emosi, dan ada kemungkinan memiliki waktu hidupnya yang sangat terbatas (Hasan, 2008).

Salah satu bentuk untuk mengatasi perubahan kondisi fisik adalah dengan mengenal jauh tentang diri sendiri. Menenal diri merupakan salah bentuk upaya untuk membantu seseorang mendapatkan pengetahuan diri dan *self insight* yang bermanfaat sebagai proses adaptasi dan merupakan salah komponen kriteria orang yang memiliki mental yang sehat (Handayani, M. M., Ratnawati, S. & F, 1998). Pengetahuan tentang diri ini mengarahkan pada *self objectivity* dan *self acceptance*. *Self acceptance* merupakan bentuk sikap merasa puas seseorang terhadap dirinya sendiri, keterbatasan, pengakuan serta talenta yang dimiliki (Snyder, C. R., & Lopez, 2007). Selain itu *self acceptance* adalah bentuk sikap yang positif terhadap diri, yakni merasa positif pada kehidupan dimasa lalunya, menerima dan mengakui berbagai aspek diri. Penerimaan diri memiliki peran penting dalam mengarahkan dan menemukan dan semua perilaku, sebisa mungkin setiap individu wajib memiliki *self acceptance* yang positif (Rakhmat, 2001)

Terkait dengan penyakit menular HIV/AIDS, salah bentuk *therapy* yang dapat dimanfaatkan adalah *forgiveness therapy*. pemaafan sendiri merupakan bentuk *therapy* yang harus direkonstruksi ulang untuk menanggulangi munculnya emosi negatif yang diharapkan dapat meningkatkan *self acceptance* pada setiap individu yang terjangkit HIV, karena bagaimanapun juga menyalahkan orang lain serta menyalahkan diri

sendiri atas penyakit yang sedang dialami malah memungkinkan dapat menurunkan *life quality* individu (Enright, 2001). *Therapy Pemaafan* ini diharapkan mampu membawa individu pada berbagai *terminology* baru, berupa pertumbuhan, penerimaan diri, kreativitas, sehingga rasa sakit yang ditimbulkan baik itu fisik maupun psikis akibat penyakit yang sedang dialami dapat berkurang ataupun tidak merasakannya lagi (Snyder, C. R., & Lopez, 2007).

Tujuan dari *literature review* yang saya lakukan adalah untuk mendapatkan landasan teori yang mendukung pemecahan masalah yang mendukung pemecahan masalah yang sedang diteliti yaitu terkait efektifitas *Therapy Forgiveness* untuk membantu orang dengan *HIV/AIDS (ODHA)* agar mereka memiliki *self acceptance* yang baik.

Metode

Metode penulisan yang menggunakan *literature review* dengan mengumpulkan data dari fenomena yang diangkat dari berbagai sumber baik itu jurnal, buku dan referensi yang relevan dengan isu dan topik yang diangkat. *literatur review* ini menganalisa data dari artikel dan berfokus pada referensi yang berkaitan dengan topik yang diambil yakni tentang Terapi pemaafan untuk meningkatkan *self acceptance* pada orang dengan *HIV/AIDS (ODHA)*. dalam memperoleh data peneliti melakukan *study literatur* melalui, *Science Direct*, *Ebsco*, dan *google scholar*.

Tabel 1. Ekstrasi hasil data penelitian

Judul	Penulis	Sumber
<i>Pengaruh Terapi Pemaafan Dengan Dzikir Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Hiv/ Aids (Odha)</i>	Oktandhy Bhayatri Mochammad Firmansyah, Khoiruddin Bashori, & Elli Nur Hayati	Google scholar
<i>Pengaruh Pemaafan dan Penerimaan Diri terhadap Makna Hidup pada Individu Dewasa Awal yang Memiliki Orang Tua Bercerai</i>	Farra Anisa Rahmania, Kahfi Hizbullah, Syarifah Na'imi Anisa & Hepi Wahyuningsih	Google scholar
<i>Pengaruh Terapi Pemaafan dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Penderita kanker Payudara</i>	Aulia Rahmandani, M.A & Subandi	ResearchGate
<i>Restore: The Journey Toward SelfForgiveness: A Randomized Trial of Patient Education on Self-Forgiveness in Cancer Patients and Caregivers</i>	Loren Toussaint, Michael Barry, Lynn Bornfriend, Maurie Markman	ResearchGate
<i>Sustained Effectiveness of Two Brief Group Interventions: Comparing an Explicit Forgiveness-Promoting Treatment with a Process-Oriented Treatment</i>	Wei-min G. Blocher, Nathaniel G. Wade	ResearchGate
<i>A Palliative Care Intervention in Forgiveness Therapy for Elderly Terminally Ill Cancer Patients</i>	Mary J. Hansen	Ebsco

Hasil dan Pembahasan

Self acceptance

Self acceptance merupakan keadaan yang mengindikasikan bahwa seseorang mempunyai *value* yang positif terhadap dirinya sendiri, mau mengakui serta menerima kekurangan dalam diri dan kelebihan serta keterbatasan tanpa harus malu atau menyalahi dirinya seseorang yang merasa memiliki kepastian terhadap kekurangan dan kelebihan yang dimiliki pada individu merupakan seseorang yang sudah melaksanakan *self acceptance* dan akan mengalami kemajuan yang baik ketika memperoleh support dari lingkungan sekitar yaitu keluarga (Ryff, 1996). Selain itu pengertian penerimaan diri adalah individu yang mau menerima dirinya sendiri mempunyai *reward* yang tinggi tentang dirinya dan digabung bersama kebermaknaan dirinya, percaya pada norma dan kekurangannya berarti bahwa *self acceptance* merupakan seseorang yang dapat menerima dirinya mengenal menghargai potensinya dan dan kekayaan dirinya (Sulaeman, 1995). Dari pengertian yang telah disebutkan sebelumnya, ditariklah sebuah kesimpulan bahwasanya *self acceptance* adalah derajat individu yang sudah mengetahui sendiri *personality*nya karena kepribadiannya baik itu kekurangan yang terdapat serta kelebihan apabila mau menerima *personality*nya tersebut didalam kehidupannya sehingga dengan sendirinya dapat membentuk integritas (Permatasari & Gamayanti, 2014)

Secara rinci ciri-ciri *self acceptance* pada individu yaitu orang yang mampu menerima dirinya dan mempunyai *goals* yang nyata dan bisa menghargai dirinya sendiri. Maksudnya adalah individu tersebut memiliki *hope* yang sesuai dengan kemampuan yang dia miliki (Hurlock, 1974). Dan dampak dari penerimaan diri adalah a. untuk penyesuaian diri yakni dapat menyesuaikan diri, dapat mengenali kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, mempunyai *self confidence*, serta *self esteem*, mampu menerima kritik dari orang b. untuk penyesuaian sosialnya adalah individu mempunyai *Self acceptance* dapat merasa aman untuk menerima orang lain, perhatian terhadap orang lain, memiliki simpati serta rasa empat. (Hurlock, 1974).

Terapi pemaafan

Pemaafan adalah bentuk sikap individu yang tersakiti di masa lalunya dengan tujuan untuk agar tidak melakukan perilaku balasan dari pelaku, tidak berkeinginan untuk mengintimidasi pelaku, dan sebaliknya berkeinginan untuk memperoleh kedamaian dalam hidup dan berbuat kebaikan kepada pelaku, meskipun orang tersebut sudah bertindak yang semena-mena sehingga timbul perasaan yang menyakitkan (McCullough, M. E & Fincham, 2003). Sedangkan pengertian lain menjelaskan bahwasannya pemaafan adalah salah satu bentuk persiapan untuk melepas perilaku negatif seperti menyalahkan orang, meremehkan, membalas perbuatan pelaku yang setimpal dan serta memunculkan emosi positif membangun rasa sayang dan kebaikan hati (Munthe, 2013). Secara rinci proses dari *forgiveness* itu sendiri melalui beberapa tahapan diantaranya: 1, deciding to forgive, 2, uncovering the anger, 3, discovery and release from emotional prison, 4, working on forgiveness (Enright, 2001). Emosi negatif yang timbul seperti kekecewaan sangat mudah timbul ke permukaan sebagai bentuk respon ketika seseorang dihadapkan pada banyaknya persoalan hidup, dan salah satunya contohnya ketika individu tersebut didiagnosis positif HIV (Oktandhy Bhayatri Mochammad Firmansyah, Khoiruddin Bashori, 2019).

Therapy Forgiveness telah terbukti mampu mengurangi emosi negatif dari yang mengarahkan individu pada perasaan, kasih sayang, harapan, dan *self confidence*, perdamaian, sehingga dapat meraih kesehatan fisik (Luskin, F. M, Ginzburg, K, & Thoresen, 2005). *Forgiveness* adalah sebuah proses penghapusan luka mendalam atau luka hati. meskipun terkadang teringat kejadian masa lalu yang sangat pilu, dan persepsi yang membuat hati terasa sakit akan hilang (Hurlock, 1974)

Pemaafan dapat memperbaiki kedekatan yang sudah terjadi dengan membantu seseorang untuk memusnahkan emosi negatif diantara individu, sehingga mengurangi dendam dan menghindari pelaku, dan membantu seseorang bersikap agar bijaksana (McCullough, M. E & Fincham, 2003). *Forgiveness* sendiri dapat berpengaruh terhadap seseorang dalam bersikap sehingga nantinya hatinya terbuka untuk melakukan kebaikan, cinta, dan keindahan. Selain itu penelitian yang berkaitan dengan *Forgiveness Therapy* menunjukkan dengan menggunakan *Forgiveness Therapy* ternyata bisa menurunkan respon negatif pelaku serta emosi, seperti keinginan untuk balas dendam (Blocher, W. G & Wade, 2010).

Dalam *American Heritage Dictionary* (1985), " memaafkan " didefinisikan sebagai alasan kesalahan atau pelanggaran; maafkan " dan " untuk melepaskan kemarahan atau kebencian terhadap " Sebagian besar peneliti ilmu sosial di termasuk penolakan kemarahan dan kebencian sebagai prinsip utama konseptualisasi pengampunan mereka Beberapa peneliti telah mengusulkan bahwa pemberi maaf juga harus mengembangkan perasaan *nevolence*, atau bahkan *agape*, untuk pelanggar lainnya (Laura Yamhure Thompson, C. R. Snyder, Lesa Hoffman, Scott T. Michael, Heather N Rasmussen, Laura S. Billings, Laura Heinze, Jason E. Neufeld, Jessica C. Roberts, 2005). Konsep pengampunan ini sebagai kombinasi dari pengurangan sikap tidak memaafkan dan munculnya lebih banyak pikiran, perasaan, dan/atau perilaku

positif terhadap pelaku. Karena itu, pengampunan melibatkan baik pengurangan sikap tidak memaafkan dan peningkatan emosi positif dan perspektif, seperti empati, harapan, atau kasih sayang. Meski ada yang bikin susah yaitu adanya perbedaan antara pengurangan sikap tidak memaafkan dan pengampunan (Worthington, E. L., 2003)

Kaitan Therapy pemaafan terhadap self acceptance

Berdasarkan pencarian pada beberapa penelitian yang menggunakan terapi *forgiveness*, menunjukkan hasil yang cukup signifikan bahwa terapi *forgiveness* mempunyai banyak manfaat terutama dalam meningkatkan *Psychological well being* individu, seperti *self esteem*, kebermaknaan hidup, empati dan *self acceptance*, serta kebahagiaan, kemampuan sosial (Banmen, 2010) Terapi pemaafan terbukti efektif untuk diberikan sebagai bentuk intervensi individual yang memiliki permasalahan yang sangat berat. *Therapy* ini dilaksanakan untuk membantu pasien dalam menangani rasa yang menyakitkan di masa lalunya sehingga mampu melakukan pemaafan terhadap subjek pemaafannya (Enright, 2001). hal itu senada dengan penelitian bahwa terapi pemaafan menunjukkan dapat menurunkan rasa amarah pada individu, sakit hati yang dirasakan, *self ability*, meningkatkan pertumbuhan spiritual serta mampu meningkatkan harapan (Luskin, 2008).

Efektifitas Therapy Forgiveness Untuk Meningkatkan Self Acceptance Pada ODHA (Orang dengan HIV/AIDS)

Terapi pemaafan ternyata mampu meningkatkan *self acceptance* terhadap penderita *HIV/AIDS*. Data yang didapatkan dilapangan menunjukkan terdapat perubahan peningkatan skor *self acceptance* yang signifikan setelah diberikan *Forgiveness Therapy*. Setiap responden yang di *Therapy* ini sangat merasakan keuntungan dari *Forgiveness Therapy* ini, yakni seseorang merasa tenang, lebih mampu menerima diri dengan kondisi yang dialami saat ini, lebih merasa damai, gembira (Oktandhy Bhayatri Mochammad Firmansyah, Khoiruddin Bashori, 2019). Pada penelitian lain juga menyebutkan *Therapy Forgiveness* pada penderita kanker payudara mampu meningkatkan penerimaan diri kearah yang lebih baik tetapi hasilnya tidak signifikan tetapi subjek sendiri mengaku bahwa perubahan yang dialami sangat tidak maksimal tetapi ia merasakan terapi *Forgiveness* sudah mampu memberikan perubahan yang cukup besar (Amalia Rahmandani & Subandi, 2010).

Therapy Pemaafan ini diharapkan mampu membawa individu pada berbagai *terminology* baru, berupa pertumbuhan, penerimaan diri, kreativitas, sehingga rasa sakit yang ditimbulkan baik itu fisik maupun psikis akibat penyakit yang sedang dialami dapat berkurang ataupun tidak merasakannya lagi (Enright, 2001). Mengenai *Terapi Forgiveness* bahwasanya dengan diterapkannya *Terapi Forgiveness* dapat meningkatkan jiwa pemaaf pada individu dan dapat menurunkan reaksi negatif dan emosi pada objek pemaafnya, serta menurunnya keinginan untuk balas dendam (Weimin G. Blocher & Nathaniel G. Wade, 2010). penelitian telah menunjukkan bahwa pengampunan diri terkait dengan peningkatan kesehatan mental dan fisik, kesejahteraan, dan kualitas hidup dan variabel-variabel ini semuanya, menunjukkan hasil yang lebih baik. Pengampunan diri kemudian berlaku potensi untuk meringankan beban psikososial bagi pasien (Loren Toussaint & Lynn Bornfriend, 2014).

Simpulan dan Saran

Berdasarkan pembahasan diatas dengan judul Efektifitas *Therapy* Pemaafan untuk Meningkatkan Self Acceptance pada *ODHA*. sehingga kesimpulannya bahwa meningkatnya *Self Acceptance* pada orang dengan *HIV/AIDS*, dan salah satu faktornya adalah terapi pemaafan/*Forgiveness Therapy*.

Terapi pemaafan ini memberikan dampak yang efektif sebagai intervensi individual dengan kasus yang mempunyai beban berat seperti *HIV*. Intervensi ini dilakukan untuk mengatasi pasien dalam menangani rasa sakitnya atau kejadian yang terjadi dimasa lalu yang menyakitkan dengan diberikan *Therapy* ini diharapkan individu mampu memaafkan dirinya, dari beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa ada peningkatan *self acceptance* yang signifikan setelah diberikan *Forgiveness Therapy* sehingga *Forgiveness Therapy* sangat cocok digunakan dalam meningkatkan self acceptance pada orang dengan *HIV/AIDS*.

Ucapan Terima kasih

Dalam penyusunan *literature review* ini tidak terlepas dukungan dari berbagai pihak. Peneliti secara khusus mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu. Peneliti banyak menerima bimbingan, petunjuk dan bantuan serta dorongan dari berbagai pihak baik yang bersifat moral maupun material. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT yang telah memberikan saya kesehatan serta kesempatan, kepada orang tua yang telah memberikan dukungan dan motivasi, kepada pembimbing saya sendiri yaitu bapak Dr. Abdul Muhid, M.Si. dan kepada teman perkuliahan saya yang sudah mau berbagi ilmunya yaitu Novi Nindy Elisa.

Daftar Rujukan

- Adriana. (2012). *Kebijakan Ketmenkes tentang HIV AIDS*.
- Amalia Rahmandani & Subandi. (2010). Pengaruh Terapi Pemaafan dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Penderita kanker Payudara. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 2(2), 141–172.
- Banmen, J. (2010). Forgiveness as therapy in the satir model. *The Satir Journal*, 4(1), 1–11.
- Blocher, W. G & Wade, N. G. (2010). Sustained effectiveness of two brief group interventions: Comparing an explicit forgiveness-promoting treatment with a process-oriented treatment. *Sustained Effectiveness of Two Brief Group Interventions: Comparing an Explicit Forgiveness-Promoting Treatment with a Process-Oriented Treatment*, 29, 58–74.
- Burhan, R. F. & Fourianalistyawati, E. (2014). Gambaran Kebermaknaan Hidup Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Serta Tinjauannya Menurut Islam. *Psikogenesis*, 2(2), 110–122.
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a Choice : A Step-By-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope*. American Psychological Association.
- Farra Anisa Rahmania, Kahfi Hizbullah, Syarifah Na'imi Anisa, & H. W. (2021). The Effects of Forgiveness and SelfAcceptance on the Meaning of Life in Early Adult Individuals with Divorced Parents. *Jurnal Umsida*, 1(1), 1–8.
- Handayani, M. M., Ratnawati, S., & H., & F, A. (1998). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*, 25(2), 47–55.
- Hasan, A. B. P. (2008). *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Rajawali Pers.
- Hurlock, E. . (1974). *Personality Development*. McGrawHill. Inc.
- Iyulen Pebry Zuanny & Subandi. (2016). Terapi Pemaafan Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan Title. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 23–46.
- Jawahir Gustav Rizal. (2020). *Hari AIDS Sedunia 2020: Mengenal ARV, Obat untuk Pengidap HIV/AIDS*. Kompas.Com. <https://www.kompas.com/tren/read/2020/12/01/133000365/hari-aids-sedunia-2020--mengenal-arv-obat-untuk-pengidap-hiv-aids?page=all#:~:text=KOMPAS.com - Hari ini%2C,anak perempuan dan wanita dewasa>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Profil kesehatan Indonesia 2017*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2017.
- Kurniasih. (2007). *Situasi HIV AIDS di Indonesia tahun 1987-2006: Pusat data dan informasi departemen kesehatan R.I. Jakarta 2006*. Departemen Kesehatan R.I.
- Laura Yamhure Thompson, C. R. Snyder, Lesa Hoffman, Scott T. Michael, Heather N Rasmussen, Laura S. Billings, Laura Heinze, Jason E. Neufeld, Jessica C. Roberts, & D. E. R. (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. In *Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations*

- (Vol. 73, pp. 314–359). <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311>
- Loren Toussaint & Lynn Bornfriend. (2014). Restore: The Journey Toward Self-Forgiveness: A Randomized Trial of Patient Education on Self-Forgiveness in Cancer Patients and Caregivers. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 20(2), 54–74. <https://doi.org/10.1080/08854726.2014.902714>
- Luskin, F. M, Ginzburg, K, & Thoresen, C. E. (2005). The efficacy of forgiveness intervention in college age adults: Randomized controlled study. *Humboldt Journal of Social Relations*, 29, 163–184.
- Luskin, F. (2008). *Nine steps to forgiveness*. Learning to Forgive. <http://www.learningtoforgive.com/ste%0Aps.htm.%0A>
- Mary J. Hansen. (2009). A Palliative Care Intervention in Forgiveness Therapy for Elderly Terminally Ill Cancer Patients. *Journal of Palliative Care*, 25(1), 51–50.
- McCullough, M. E & Fincham, F. D. (2003). Forgiveness, Forbearance, and Time: The Temporal Unfolding of Transgression-Related Interpersonal Motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 540–557.
- Munthe, R. U. (2013). *Perbedaan Forgiveness Ditinjau dari Tipe Kepribadian di Kecamatan Medan Timur (Tidak Diterbitkan)*. Universitas Medan Area.
- Nevid, J. S, Rathus, S. A, & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (5th ed.). Erlangga.
- Nursalam, K & Ninuk, D. (2017). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS*. Salemba Medika.
- Oktandhy Bhayatri Mochammad Firmansyah, Khoiruddin Bashori, E. N. H. (2019). Pengaruh Terapi Pemaafan Dengan Dzikir Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Hiv/Aids (Odha). *Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), 13–23.
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2014). *Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia*. 105, 139–152.
- Rakhmat, J. (2001). *Psikologi Komunikasi*. PT. Derharja Rosdakarya.
- Ryff, C. D. (1996). *Psychological well being: encyclopedia of gerontology*. Academic Press, Inc.
- Sarafino, E. P. (1998). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. John Wiley & Sons.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. Sage Publication, Inc.
- Sulaeman, D. (1995). *Psikologi remaja dimensi-dimensi perkembangan*. Mandar Maju.
- Weimin G. Blocher & Nathaniel G. Wade. (2010). Sustained Effectiveness of Two Brief Group Interventions: Comparing an Explicit Forgiveness-Promoting Treatment with a Process-Oriented Treatment. *Journal of Mental Health Counseling*, 32(1), 58–74.
- Worthington, E. L., J. (2003). *Forgiving and reconciling: Bridges to wholeness and hope*. InterVarsity Press.