

# **PENGARUH PELATIHAN PEMAAFAN TERHADAP KEBAHAGIAAN MAHASISWA YANG ORANGTUANYA BERCERAI**

Ratna Ridha Tyasari  
Muhammad Novvaliant Filsuf Tasaufi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan pemaafan terhadap kebahagiaan mahasiswa yang orang tuanya bercerai. Subjek berjumlah 12 mahasiswa berusia 20-25 tahun yang memiliki pengalaman orang tua yang bercerai. Pemilihan subjek dilakukan dengan teknik *snowball sampling*. Metode ini menggunakan desain penelitian eksperimen ulang non-random. Subjek penelitian ini dibagi dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diberikan pelatihan pemaafan dan pengukuran dengan skala kebahagiaan pada *pretest*, *posttest*, dan *follow up*. Sedangkan pada kelompok kontrol, pengukuran dilakukan dengan menggunakan skala kebahagiaan pada *pretest*, *posttest*, dan *follow up*. Hasil analisis statistik dengan menggunakan *Mann-Whitney* menunjukkan nilai  $p=0,420(p>0,05)$  pada *pretest*,  $p=0,055(p>0,05)$  pada *posttest*, dan  $p=0,148(p>0,05)$  pada *follow up*. Hal tersebut menunjukkan tidak ada perbedaan kebahagiaan antara kelompok eksperimen dan kontrol pada *pretest*, *posttest*, dan *follow up*, sehingga dapat disimpulkan bahwa pelatihan pemaafan tidak memberikan pengaruh terhadap kebahagiaan mahasiswa yang orang tuanya bercerai.

**Kata kunci :** kebahagiaan, pemaafan, pelatihan pemaafan, kelompok eksperimen