

ABSTRAK

Untung Subroto

Gambaran *forgiveness* dan pemberian *cognitive behavior therapy* pada perempuan dewasa dengan HIV positif karena tertular melalui suami. (Henny E. Wirawan, M.Hum., Psi., QIA); Program studi Magister Profesi Psikologi (142 halaman + P1-P4)

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *forgiveness* pada perempuan dewasa dengan HIV positif yang ditularkan melalui hubungan seks dengan suami dan dampak pengaplikasian *cognitive behavior therapy* terhadap proses pemaafan dan menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui wawancara dan observasi terhadap 4 subyek penelitian. Subyek penelitian adalah perempuan dewasa muda dan sudah menikah dengan rentang usia 20-40 tahun dan terinfeksi HIV melalui suami. Pemaafan dapat dipahami sebagai hasil dari sebuah proses di dalam diri individu yang merupakan kehendak, pilihan, dan keputusan individu, yang juga melibatkan perubahan motivasi dari dalam dirinya. *Cognitive behavior therapy* merupakan salah satu pendekatan psikoterapi yang paling banyak diterapkan dan telah terbukti efektif untuk mengatasi berbagai gangguan termasuk kecemasan dan depresi. Dari 4 orang subyek penelitian, hanya dua orang yang dapat memaafkan pasangannya yang telah menularkan HIV/AIDS dengan alasan sayang dan mencintai pasangannya. Sementara 2 subyek tidak memaafkan karena merasa dibohongi oleh suami. Hasil terapi menunjukkan adanya perubahan positif pada subyek penelitian karena telah menunjukkan perubahan yang baik antara lain mampu memaafkan almarhum dan tidak memiliki kecenderungan menghindar dan melakukan balas dendam. Emosi subyek yang telah menjalani terapi, saat ini sudah mulai baik dan tidak menunjukkan emosi negatif. Ia juga telah memiliki konsep hidup dan konsep diri yang lebih baik. Ia mulai menyadari potensi yang dimiliki, selalu berpikir positif, serta memiliki cita-cita yang jelas tentang karir dan rumah tangga.

Kata kunci : Pemaafan, *Cognitive Behavior Therapy*