



The Concept of Forgiveness in Hadith and Its Impact on Students' Social Interaction

Naya Nazla Az-Zahra
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia
Naya0406211011@uinsu.ac.id

Husnel Anwar
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia
husnelanwar@uinsu.ac.id

Abstract

Keywords: Forgiveness, Social Interaction, Concept

Forgiveness is a fundamental moral trait that plays a vital role in shaping harmonious human relationships, fostering peace, and preventing conflict. However, in the context of student life, social interactions are often challenged by misunderstandings and disputes, making forgiveness an essential value to explore. This study aims to examine the concept of forgiveness as reflected in the hadiths of the Prophet Muhammad, its practical application in the social interactions of students at UIN North Sumatra, and the influence of mutual forgiveness on the harmony of the campus social environment. Employing a qualitative descriptive method, data were collected through interviews, documentation, and in-depth analysis. The findings reveal that the practice of forgiveness significantly contributes to the quality of students' relationships, providing emotional relief, minimizing disputes that may otherwise damage friendships, and fostering a more positive mindset. Moreover, the internalization of forgiveness values strengthens social cohesion and nurtures a peaceful and collaborative academic atmosphere. The study concludes that forgiveness, as derived from prophetic traditions, has been meaningfully integrated into student life at UIN North Sumatra, thereby enhancing interpersonal harmony and supporting the creation of a conducive educational environment. This research

contributes to understanding how Islamic ethical values can be practically implemented in modern academic contexts.

Abstrak

Kata Kunci:

Pemaafan,
Interaksi
Sosial, Konsep

Pemaafan merupakan sifat moral yang mendasar dan memiliki peran penting dalam membentuk hubungan manusia yang harmonis, menciptakan kedamaian, serta mencegah terjadinya konflik. Namun, dalam konteks kehidupan mahasiswa, interaksi sosial seringkali diwarnai dengan kesalahpahaman dan perselisihan, sehingga menjadikan pemaafan sebagai nilai yang sangat penting untuk dikaji. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah konsep pemaafan sebagaimana tercermin dalam hadis Nabi Muhammad, implementasinya dalam interaksi sosial mahasiswa UIN Sumatera Utara, serta pengaruh saling memaafkan terhadap keharmonisan lingkungan sosial kampus. Dengan menggunakan metode kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui wawancara, dokumentasi, dan analisis mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik pemaafan memberikan kontribusi signifikan terhadap kualitas hubungan antar mahasiswa, menghadirkan kelegaan emosional, meminimalisasi perselisihan yang dapat merusak persahabatan, serta mendorong pola pikir yang lebih positif. Lebih jauh, internalisasi nilai pemaafan memperkuat kohesi sosial dan menumbuhkan suasana akademik yang damai serta kolaboratif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemaafan, sebagaimana bersumber dari tradisi kenabian, telah diimplementasikan secara bermakna dalam kehidupan mahasiswa UIN Sumatera Utara, sehingga mampu meningkatkan keharmonisan antarmahasiswa serta mendukung terciptanya lingkungan pendidikan yang kondusif. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami bagaimana nilai-nilai etika Islam dapat diterapkan secara praktis dalam konteks akademik modern.

Received: 20-07-2025, Revised: 21-09-2025, Accepted: 24-09-2025

© Naya Nazla Az-Zahra, Husnel Anwar

Pendahuluan

Pemaafan merupakan aspek penting dalam dinamika hubungan antarindividu yang tidak hanya melibatkan dimensi emosional, tetapi juga rasional. Dalam konteks pendidikan tinggi, pemaafan dapat dijadikan sebagai sarana pembentukan karakter dan kedewasaan berpikir. Mahasiswa sebagai agen intelektual diharapkan mampu memahami makna pemaafan secara lebih mendalam, tidak hanya sebagai respons emosional, tetapi juga sebagai hasil dari

proses refleksi dan pertimbangan etis. Oleh karena itu, penting untuk membingkai pemaafan dalam kerangka konseptual yang dapat dijadikan acuan berpikir dan bertindak, sehingga sikap memaafkan tidak lahir secara spontan semata, tetapi berdasarkan kesadaran moral dan intelektual yang matang.

Sebagai proses sosial dan emosional pemaafan memerlukan dasar konseptual yang jelas agar dapat dijadikan pedoman dalam kehidupan sehari-hari. Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, konsep adalah ide atau pengertian yang diabstraksikan dari pengalaman konkret (Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa (Pusat Bahasa), n.d.). Aristoteles dalam *The Classical Theory of Concepts* memandang konsep sebagai unsur utama dalam pembentukan filsafat pemikiran dan pengetahuan ilmiah (Manis, 2025), sementara Trianto (2010) menjelaskan konsep sebagai isi pembelajaran berupa definisi, batasan, atau pemahaman atas objek nyata maupun abstrak (Syafa'atun & Nurlaela, 2022). Ketiga pandangan ini menegaskan bahwa konsep berperan penting dalam membentuk kerangka berpikir. Oleh karena itu, pemahaman konsep perlu ditanamkan terutama pada mahasiswa, karena menjadi fondasi dalam berpikir kritis, menyusun argumen logis, dan menyelesaikan masalah secara tepat, termasuk dalam praktik pemaafan yang bijaksana.

Memaafkan merupakan elemen kunci dalam pemulihan hubungan antar individu pascakonflik, yang menjadi bagian tak terelakkan dalam kehidupan manusia (Nihayah et al., 2021). Konflik sendiri adalah peristiwa yang wajar dan kerap muncul dalam berbagai aspek interaksi sosial, baik dalam ranah personal, profesional, maupun komunal (Alentina, 2016). Mengingat sifat dasar manusia yang tidak sempurna, kesalahan dan kekecewaan menjadi bagian dari pengalaman hidup yang umum terjadi. Setiap individu, pada titik tertentu, pasti pernah menjadi pelaku maupun korban kesalahan, merasakan luka emosional seperti sakit hati, kekecewaan, kemarahan, maupun kebencian terhadap orang lain. Dalam konteks inilah, memaafkan tidak hanya menjadi tindakan moral, tetapi juga proses psikologis yang penting dalam menjaga keseimbangan emosi serta memperbaiki kualitas relasi sosial.

Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, maaf diartikan sebagai tindakan menghapus sanksi yang dikenakan kepada seseorang akibat kesalahan yang diperbuat, termasuk tuntutan, denda, dan hal-hal sejenis (Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, n.d.). Meskipun demikian, memaafkan bukanlah proses yang sederhana, terutama bagi individu yang mengalami luka batin, kekecewaan, atau kemarahan akibat perbuatan orang lain, maupun terhadap kesalahan yang dilakukan diri sendiri. Dalam perspektif Islam, memaafkan merupakan tindakan yang dianjurkan sebagai bagian dari akhlak terpuji. Allah Subhanahu Wa Ta'ala memberikan teladan melalui sifat-Nya yang Maha Pengampun terhadap hamba-Nya yang bertaubat. Hal ini ditegaskan dalam Surah Al-A'raf ayat 199: "*Jadilah pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang makruf, serta jangan pedulikan orang-orang yang bodoh.*" Ayat tersebut menekankan pentingnya sikap memaafkan dalam membangun dan menjaga harmoni sosial, sekaligus sebagai bentuk ketaatan spiritual. Dengan demikian, pemaafan tidak hanya bernilai emosional dan sosial, tetapi juga memiliki dimensi religius yang mendalam.

Memberi maaf kepada orang lain tidak hanya berdampak positif terhadap hubungan sosial, tetapi juga memberikan manfaat signifikan bagi kesehatan mental individu (Nihayah et al., 2021). Penelitian menunjukkan bahwa memaafkan dapat menghadirkan ketenangan batin dan membantu meredam emosi negatif seperti dendam dan kemarahan yang berkepanjangan. Dalam situasi dizalimi, seseorang secara hukum berhak memberikan balasan yang setimpal. Namun, ajaran Islam menempatkan sikap memaafkan sebagai tindakan mulia yang lebih utama. Pemaafan dalam konteks ini bukan berarti kelemahan atau bentuk penyangkalan terhadap ketidakadilan, melainkan ekspresi dari kedewasaan spiritual dan moral. Oleh karena itu, penting bagi individu memahami makna memaafkan secara kontekstual, agar tidak terjebak pada kesalahan persepsi yang menganggap bahwa memaafkan identik dengan mengalah atau merelakan ketidakadilan tanpa sikap kritis.

Dampak merupakan akibat atau perubahan yang timbul sebagai hasil dari suatu peristiwa atau tindakan tertentu. Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (KBBI), dampak diartikan sebagai pengaruh signifikan yang menghasilkan konsekuensi dalam interaksi sosial. Dampak tersebut dapat bersifat positif maupun negatif, tergantung pada perspektif dan tujuan yang ingin dicapai. Selain itu, dampak juga menggambarkan perubahan nyata pada perilaku atau sikap seseorang. Hal ini sejalan dengan definisi menurut J.E. Hosio, yang menyatakan bahwa dampak adalah perubahan konkret dalam perilaku atau sikap sebagai akibat dari penerapan suatu kebijakan (Aprilistya et al., 2023). Pemahaman yang komprehensif terhadap konsep dampak penting dalam menganalisis berbagai fenomena sosial dan psikologis, termasuk dalam konteks memaafkan.

Menurut Ely M. Setiadi sebagaimana dikutip oleh (Eka Susanti et al., 2023). Interaksi adalah cara manusia berkomunikasi yang saling memengaruhi dalam pikiran dan tindakan. Sedangkan sosial merujuk pada pergaulan dan hubungan antarindividu dalam kehidupan kelompok manusia, khususnya dalam masyarakat yang teratur (Eka Susanti et al., 2023). Dengan demikian, interaksi sosial dapat dipahami sebagai proses komunikasi antarindividu maupun kelompok yang saling memengaruhi satu sama lain. Hal ini menunjukkan bahwa manusia tidak dapat hidup sendiri dan selalu bergantung pada orang lain dalam menjalani kehidupan. Dalam interaksi sosial, terkadang terjadi hal-hal yang tidak diharapkan, seperti menyinggung perasaan lawan bicara, baik secara sengaja maupun tidak sengaja. Dalam ajaran Islam, apabila seseorang menyakiti perasaan orang lain – baik dengan sengaja maupun tidak – dianjurkan untuk segera meminta maaf agar tidak menimbulkan dendam yang dapat berakibat fatal di kemudian hari. Sikap ini mencerminkan pentingnya menjaga harmoni sosial dan memperkuat ikatan kemanusiaan.

Hadits merupakan salah satu pokok ajaran Islam yang menjadi pedoman hidup manusia dalam menjalani kehidupan di dunia dan akhirat (Fikri et al., 2024). Hadits adalah segala sesuatu yang disandarkan kepada Rasulullah

Sallallahu Alaihi Wasallam, baik berupa perkataan, perbuatan, maupun ketetapan beliau (Udin et al., 2023). Meskipun hadits bukan sumber hukum Islam yang utama, hadits berperan sebagai pelengkap dan penjelas ayat-ayat Al-Qur'an yang maknanya masih kurang jelas atau belum terperinci. Oleh karena itu, setiap Muslim diperintahkan untuk mempelajari hadits agar dapat menerapkan ajaran Islam secara lengkap dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini penting mengingat banyak persoalan yang tidak diuraikan secara rinci dalam Al-Qur'an, sehingga dengan mempelajari dan mengamalkan hadits Nabi Muhammad Sallallahu 'Alaihi Wasallam, seseorang dapat menjalani kehidupan sesuai dengan tuntunan Islam dan menghadapi berbagai permasalahan secara tepat.

Pemaafan adalah kemampuan untuk melepaskan kesalahan yang menyakitkan dengan tidak menyimpan rasa marah dan kebencian dalam diri, serta menyingkirkan keinginan untuk menyakiti baik diri sendiri maupun orang lain. Pemaafan merupakan kondisi ketenangan yang muncul sebagai upaya meredakan penderitaan secara individu, diiringi dengan pengambilan tanggung jawab atas perasaan yang dialami, sehingga seseorang berperan sebagai subjek aktif dalam perjalanan hidupnya, bukan sekadar objek dari pengalaman yang dialami. Meskipun pemaafan tidak mampu mengubah masa lalu, kemampuan ini dapat memengaruhi dan mengubah arah kehidupan ke depan dengan membawa ketenangan dan pemulihan (Mas'adah, 2020).

Kajian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian berjudul "Pemaafan dan Kemampuan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga Tahun 2018." Perbedaan utama antara kajian terdahulu dan penelitian ini terletak pada beberapa aspek. Pertama, kajian terdahulu lebih menitikberatkan pada kemampuan interaksi sosial mahasiswa dalam kaitannya dengan pemaafan, sedangkan penelitian ini lebih fokus pada konsep dan dampak pemaafan. Kedua, kajian terdahulu membahas pemaafan sebagai tradisi sosial antar manusia, sementara penelitian ini menekankan pemaafan sebagai

anjuran dalam ajaran agama Islam. Ketiga, kajian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Perbedaan-perbedaan tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini memberikan perspektif baru dalam memahami pemaafan, terutama dalam konteks nilai-nilai keagamaan dan dampaknya secara mendalam.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi konsep pemaafan dalam hadits-hadits Nabi, mengkaji implementasi nilai pemaafan dalam interaksi sosial mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Sumatera Utara, serta menganalisis pengaruh sikap saling memaafkan terhadap keharmonisan lingkungan sosial mahasiswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam fenomena sosial mengenai konsep pemaafan dalam hadis dan dampaknya terhadap interaksi sosial mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Sumatera Utara. Metode deskriptif kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami konteks sosial serta makna subjektif yang dimiliki oleh subjek penelitian, tanpa bermaksud untuk menggeneralisasi hasil penelitian (Syafa'atun & Nurlaela, 2022). Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa UIN Sumatera Utara, sedangkan sampel yang digunakan sebanyak 30 orang yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pemilihan sampel didasarkan pada kriteria tertentu, yakni mahasiswa yang aktif dalam kegiatan sosial dan memiliki pemahaman agama yang memadai sehingga dapat memberikan informasi yang relevan mengenai pemaafan dan interaksi sosial.

Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur yang berlangsung antara 30 hingga 60 menit untuk setiap sesi. Wawancara dilakukan secara langsung dengan informan dan direkam setelah mendapat izin dari mereka. Selanjutnya, data rekaman tersebut ditranskripsi secara lengkap untuk keperluan analisis.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis tematik, yang meliputi pengkodean data secara manual untuk mengidentifikasi tema-tema utama terkait konsep pemaafan dalam hadis dan dampaknya terhadap interaksi sosial mahasiswa. Untuk menjaga validitas data, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan informasi dari berbagai informan, serta melakukan member check dengan mengonfirmasi hasil wawancara kepada para informan agar keakuratan data dapat terjamin.

Pembahasan dan Diskusi

Penelitian ini dilakukan melalui wawancara dengan sejumlah mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UIN SU) sebagai narasumber. Hasil wawancara dirangkum berdasarkan pertanyaan yang diajukan sebagai berikut:

Konsep Pemaafan dalam Perspektif Mahasiswa

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa UIN Sumatera Utara memaknai pemaafan sebagai kemampuan untuk tidak menyimpan dendam maupun kemarahan atas kesalahan orang lain. Definisi ini sejalan dengan makna pemaafan dalam hadis Nabi yang menekankan keutamaan memaafkan, sebagaimana sabda Rasulullah: "Tidaklah Allah menambah bagi seorang hamba yang memberi maaf melainkan kemuliaan" (HR. Muslim). Dengan demikian, pemaafan dipahami bukan sebagai bentuk pemberian terhadap kesalahan, melainkan upaya membebaskan diri dari beban emosional (Al-Bukhari, 2019).

Sebagian mahasiswa juga mengungkapkan bahwa pemaafan adalah karakter mulia yang tidak dimiliki semua orang. Dalam praktiknya, terkadang terdapat perbedaan antara pernyataan verbal dan kondisi emosional. Fenomena ini sesuai dengan kajian psikologi yang menyebutkan bahwa pemaafan tidak selalu identik dengan rekonsiliasi, melainkan lebih pada proses intrapersonal untuk mengurangi emosi negatif (Worthington, 2006). Temuan ini menegaskan bahwa mahasiswa memahami dimensi ganda pemaafan, yakni kognitif dan emosional.

Mayoritas narasumber menekankan pentingnya sifat pemaaf, baik dalam konteks agama maupun sosial. Dalam perspektif Islam, memaafkan merupakan bentuk toleransi yang dapat meredam potensi konflik (Quraish Shihab, 2018). Dari sudut pandang psikologi sosial, sifat ini berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi yang menurunkan tingkat stres, iri hati, serta kebencian (McCullough, 2000). Namun, mahasiswa juga mengakui adanya tantangan dalam penerapan nilai ini karena dibutuhkan kesadaran diri dan pembiasaan.

Menariknya, sebagian mahasiswa memandang pemaafan juga berkaitan dengan kemampuan memaafkan diri sendiri. Hal ini sesuai dengan kajian konseling Islam yang menekankan pentingnya self-forgiveness sebagai langkah awal menuju kesehatan mental (Enright & Fitzgibbons, 2015). Dengan demikian, konsep pemaafan tidak hanya mengatur relasi sosial, tetapi juga berfungsi sebagai sarana penyembuhan intrapersonal.

Mayoritas mahasiswa bahkan menyatakan siap memaafkan meskipun tidak ada permintaan maaf terlebih dahulu. Sikap ini mencerminkan nilai keikhlasan yang diajarkan Nabi, bahwa seorang Muslim sejati tidak boleh menyimpan kebencian (Ibn Hajar, 2017). Namun, terdapat pula pandangan realistik bahwa kadar kesalahan menentukan tingkat kesediaan memaafkan. Hal ini menunjukkan bahwa pemaafan tetap bersifat situasional, dipengaruhi oleh faktor kontekstual.

Secara keseluruhan, pemahaman mahasiswa terhadap pemaafan mencerminkan integrasi nilai keagamaan dengan pengalaman sosial mereka. Pemaafan dipandang penting untuk menjaga ketenangan batin, mengurangi konflik, serta memperkuat hubungan sosial. Analisis ini memperlihatkan bahwa meskipun terdapat variasi dalam praktik, mahasiswa telah menempatkan pemaafan sebagai fondasi etika sosial yang selaras dengan ajaran Islam dan teori psikologi modern (Worthington & Wade, 2020).

Implementasi dan Dampak Pemaafan dalam Interaksi Sosial Mahasiswa

Dalam praktiknya, pemaafan diterapkan mahasiswa UIN Sumatera Utara untuk menjaga keharmonisan di tengah keberagaman latar belakang. Perbedaan pendapat yang muncul dalam dinamika akademik disikapi dengan sikap saling memaafkan demi terciptanya solidaritas. Hal ini sejalan dengan pandangan Al-Ghazali (2005) yang menegaskan bahwa pemaafan merupakan kunci terpeliharanya ukhuwah Islamiyah.

Mahasiswa menyatakan bahwa pemaafan mampu mempererat silaturahmi, mengurangi ketegangan, serta menghindarkan konflik. Dalam konteks akademik, sikap ini terbukti menciptakan suasana kondusif untuk kerja sama kelompok. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pemaafan berperan dalam meningkatkan kepuasan hubungan interpersonal dan kesehatan psikologis individu (Toussaint et al., 2016).

Faktor eksternal, seperti latar belakang keluarga, pemahaman agama, dan pengalaman pribadi, turut mempengaruhi konsistensi penerapan pemaafan. Mahasiswa yang tumbuh dalam lingkungan penuh toleransi lebih mudah menerapkannya, sementara yang belum terbiasa menghadapi konflik emosional cenderung kesulitan. Analisis ini menegaskan bahwa pembentukan budaya memaafkan memerlukan dukungan ekosistem sosial yang sehat (Hasan, 2020).

Selain berfungsi sebagai penyelesaikan konflik, pemaafan juga berperan dalam pembentukan karakter mahasiswa. Dengan meneladani sifat Rasulullah yang penuh kasih sayang, mahasiswa belajar menumbuhkan kesabaran, kedewasaan, dan kebijaksanaan dalam menghadapi perbedaan (Shihab, 2018). Hal ini memperlihatkan bahwa pemaafan bukan hanya nilai moral, melainkan juga instrumen pendidikan karakter Islami.

Mahasiswa menegaskan bahwa pemaafan meningkatkan empati, toleransi, dan penghargaan terhadap pendapat orang lain. Dengan demikian, nilai ini dapat menjadi landasan utama dalam membangun kolaborasi akademik maupun sosial. Analisis ini menunjukkan bahwa pemaafan berfungsi sebagai

modal sosial yang memperkuat jejaring pertemanan sekaligus memperluas kapasitas kerja sama di lingkungan kampus (Putnam, 2000).

Secara umum, implementasi pemaafan telah memberikan dampak positif terhadap dinamika sosial mahasiswa UIN Sumatera Utara. Walaupun masih terdapat tantangan dalam konsistensi penerapan, nilai ini terbukti mampu menciptakan lingkungan akademik yang harmonis, menurunkan potensi konflik, serta meningkatkan kesejahteraan emosional. Dengan demikian, pemaafan dapat dipandang sebagai strategi penting dalam membangun budaya kampus yang sehat, inklusif, dan berkelanjutan (Worthington, 2006).

Konsep Pemaafan Dalam Hadist

Ada beberapa konsep pemaafan dalam hadist, namun peneliti merangkum menjadi tiga konsep utama, yaitu:

Pertama, motivasi agama dan kebaikan diri sendiri dalam memaafkan (Huda & Fitriana, 2020). Memaafkan berkaitan erat dengan akhlak. Islam selalu mengajarkan setiap individu untuk saling memaafkan. Tindakan pemaafan mencerminkan penghormatan antar sesama serta berfungsi melindungi kehormatan, kekayaan, dan martabat setiap orang (Nihayah et al., 2021). Pemaafan dalam Islam bukan sekadar ucapan, melainkan harus berasal dari dalam hati. Selain itu, Islam mendorong ketika memaafkan, kita juga berdoa agar orang yang berbuat salah mendapat pengampunan dan kebaikan (Hidayat et al., 2025).

Hal ini sesuai dengan hadist Nabi Sallallahu 'Alaihi Wasallam:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ مَعِينٍ حَدَّثَنَا حَفْصُ عَنِ الْأَعْمَشِ عَنْ أَبِي صَالِحٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ أَقَالَ عَثْرَةً أَقَالَ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ
Artinya: "Telah menceritakan kepada kami Abdullah, dari Yahya bin Ma'in, dari Hafsh, dari Al A'masy, dari Abu Shalih, dari Abu Hurairah, dia berkata: Rasulullah Sallallahu 'Alaihi Wasallam bersabda, 'Barang siapa yang memaafkan kesalahan orang lain maka Allah akan memaafkan kesalahannya pada hari kiamat.'" (HR. Ahmad :7122) (Hanbal, n.d.).

Allah SWT juga berfirman dalam Surah Asy-Syura ayat 40:

وَجَزُوا سَيِّئَةً مِّثْلَهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظُّلْمِينَ

Artinya: "Dan balasan suatu kejahatan adalah kejahatan yang setimpal, tetapi barang siapa memaafkan dan berbuat baik (kepada orang yang berbuat jahat) maka pahalanya dari Allah. Sungguh, Dia tidak menyukai orang-orang zalim" (Q.S. Asy-Syura [42]:40).

Surat ini menegaskan bahwa meskipun seseorang berhak membala perbuatan buruk yang diterimanya, memberikan maaf dan berbuat baik justru mendatangkan ganjaran dari Allah SWT. Ini menunjukkan bahwa pemaafan bukan sekadar etika, tetapi tindakan yang membawa keberkahan bagi individu dan kehidupan sosial, termasuk dalam keluarga (Hidayat et al., 2025).

Dalam wawancara, narasumber menyatakan pengalaman dahsyat dari memaafkan, seperti introspeksi diri, hidup nyaman, tenang, dan terhindar dari perselisihan atau kecanggungan dalam interaksi berikutnya. Ini mengindikasikan bahwa motivasi agama mendorong perbaikan diri melalui pemaafan. Hampir semua narasumber menyampaikan hal ini.

Kedua, pemaafan tidak harus didahului permintaan maaf (Huda & Fitriana, 2020)

Dalam Al-Qur'an dan hadist banyak anjuran memaafkan, namun tidak ditemukan kewajiban menunggu permohonan maaf dari pihak yang bersalah. Sebaliknya, dianjurkan memaafkan tanpa harus diminta (Khasan, 2017). Sejarah Islam menegaskan pemaafan sebagai nilai dan prinsip utama. Rasulullah Sallallahu 'Alaihi Wasallam selalu mengajarkan kesabaran dan pemaafan agar mendapatkan anugerah Allah. Jika seseorang terbiasa memaafkan tanpa menunggu permohonan maaf, hubungan sosial dapat terjaga tanpa menyimpan dendam.

Hadist Rasulullah Sallallahu 'Alaihi Wasallam:

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ أَيُوبَ وَقُتَيْبَةُ وَابْنُ حُجْرٍ قَالُوا حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ وَهُوَ ابْنُ جَعْفَرٍ عَنْ الْعَلَاءِ عَنْ أَيْيَهِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ وَمَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًا وَمَا تَوَاضَعَ أَحَدُ لِلَّهِ إِلَّا رَفَعَهُ اللَّهُ

Artinya: "Telah menceritakan kepada kami Yahya bin Ayyub, Qutaibah, dan Ibnu Hujr, mereka berkata: Telah menceritakan kepada kami Isma'il bin Ja'far, dari al-'Alaa', dari bapaknya, dari Abu Hurairah, dari Rasulullah ﷺ, beliau bersabda: 'Sedekah tidak mengurangi harta. Tidaklah seorang hamba yang memaafkan kesalahan, melainkan Allah menambah kemuliaan baginya; dan tidaklah seseorang yang merendahkan hati karena Allah, melainkan Allah mengangkat derajatnya.'" (HR. Muslim : 4689) (Al-Hasan, n.d.)

Dalam Islam, pemaafan adalah sifat mulia yang mencerminkan jiwa yang kuat, bukan kelemahan. Allah dan Rasul-Nya memerintahkan umatnya untuk tidak menyimpan dendam, tetapi membuka hati memberi maaf, bahkan kepada yang menyakiti. Hadist ini menegaskan bahwa balasan pemaafan tidak hanya di akhirat, tetapi juga berupa kemuliaan di dunia.

Allah SWT berfirman dalam Surah Al-A'raf ayat 199:

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَهِلِينَ

Artinya: "Jadilah pemaaf, perintahlah kepada yang ma'ruf, dan berpalinglah dari orang-orang yang bodoh."

Dalam ayat ini, Allah memerintahkan Rasul-Nya agar berpegang pada prinsip moral: berlapang dada memaafkan, dan tidak menyulitkan orang lain hingga mereka menjauhi agama.

Mahasiswa UINSU hidup dalam lingkungan sosial yang kompleks: organisasi, perkuliahan, kelompok belajar, dan aktivitas sosial. Konflik dan kesalahpahaman tak terhindarkan, baik karena ego, emosi, maupun perbedaan pendapat. Tanpa nilai pemaafan, konflik dapat berlarut dan merusak keharmonisan kampus. Sebaliknya, dengan mengamalkan pemaafan, hubungan sosial sehat dan terbuka terwujud. Lingkungan kampus menjadi damai dan produktif dengan karakter pribadi yang tenang dan dihormati. Sebagian

mahasiswa menyatakan bimbingan keislaman dan budaya saling menasihati di kampus membantu menumbuhkan nilai ini.

Dari wawancara, hampir semua narasumber bersedia memaafkan orang yang bersalah, walaupun tidak semua sadar akan kesalahannya. Ada juga narasumber yang memaafkan tergantung pada tingkat kesalahan, dengan syarat orang yang bersalah menyadari dan tidak mengulangi kesalahan. Kedua pendapat ini sama-sama memiliki penilaian tersendiri terhadap orang yang bersalah menurut peneliti.

Ketiga, kelapangan hati dapat diraih setelah pemaafan dilaksanakan (Huda & Fitriana, 2020)

Ketika sulit memaafkan, emosi seperti kebencian dan ketidakpuasan menghantui jiwa, berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik. Memberi maaf meningkatkan kesehatan mental karena memaafkan cenderung memiliki hubungan harmonis dan persaudaraan kuat (Mustary, 2021). Dengan pemaafan, seseorang melepaskan emosi negatif dan memperoleh penguasaan diri yang lebih baik, mendukung kesejahteraan mental (Azizah et al., 2024)

Hadist Rasulullah Sallallahu 'Alaihi Wa Sallam:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ قَالَ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ قَالَ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ قَالَ حَدَّثَنِي أَبُو التَّيَّاحِ عَنْ أَنَّسَ بْنِ مَالِكٍ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ يَسِّرُوا وَلَا تُعَسِّرُوا وَبَشِّرُوا وَلَا تُنَقِّرُوا

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Basysyar, berkata: Telah menceritakan kepada kami Syuba, dari Abu At Tayyah, dari Anas bin Malik, dari Nabi Saw, beliau bersabda: "Permudahkanlah dan jangan persulit, berilah kabar gembira dan jangan buat orang lari" (HR. Bukhari: 67) (Al-Ju'fi, 1422)

Prinsip agama adalah memudahkan dan menghindari kesukaran bagi manusia. Banyak riwayat menyatakan pemaafan yang dikehendaki adalah dalam bidang akhlak atau budi pekerti (Tafsir Ibnu Katsir).

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرٍ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا أَبُو خَالِدٍ الْأَحْمَرُ وَعَبْدُ اللَّهِ بْنُ ثُمَيْرٍ عَنْ الْأَجْلَحِ عَنْ أَبِي إِسْحَاقَ عَنْ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَلْتَقِيَ إِلَّا غُفِرَ لَهُمَا قَبْلَ أَنْ يَتَقَرَّقا

Artinya: "Telah menceritakan kepada kami Abu Bakar bin Abi Syaibah, berkata: Telah menceritakan kepada kami Abu Khalid al-Ahmar dan Abdullah bin Numair, dari al-Ajlah, dari Abu Ishaq, dari al-Barra' bin 'Azib, ia berkata: Rasulullah ﷺ bersabda: 'Tidaklah dua orang muslim bertemu lalu berjabat tangan, kecuali keduanya diampuni dosa sebelum berpisah'" (HR. Ibnu Majah 3693) (Al-Qazwaini, n.d.).

Hadist ini mengandung makna spiritual mendalam: berjabat tangan bukan sekadar sopan santun, tapi sarana penghapus dosa dan wujud ukhuwah serta pemaafan Islam.

Dalam konteks ini, pemaafan tidak hanya verbal tapi juga simbolik dan nyata. Berjabat tangan menunjukkan kerendahan hati, keterbukaan, dan niat mempererat ukhuwah. Allah menganugerahkan ampunan bagi yang menjalin silaturahmi dengan hati bersih. Makna pemaafan meliputi membersihkan hati dari dendam, menyatukan niat, dan mengutamakan kasih sayang di atas ego.

Hadist tentang berjabat tangan dan pengampunan menjadi fondasi membangun hubungan sosial harmonis. Mahasiswa UINSU sebagai agen perubahan dituntut mengamalkan nilai pemaafan dalam kehidupan kampus. Dengan demikian, tercipta interaksi sosial penuh rahmat dan ukhuwah Islamiyah, mencerminkan ajaran Islam damai dan penuh kasih

Allah SWT berfirman dalam Surah An-Nur ayat 22:

وَلَا يَأْتِي أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةُ أَنْ يُؤْتُوا أُولَى الْقُرْبَى وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَيِّلٍ اللَّهُ ۝ وَلَيَعْفُوا وَلَيَصْفَحُوا ۝ أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ ۝ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

Artinya: "Janganlah orang yang mempunyai kelebihan dan kelapangan di antara kamu bersumpah tidak memberi bantuan kepada kerabat, orang miskin, dan muhajirin di jalan Allah. Hendaklah mereka memaafkan dan berlapang dada.

Apakah kamu tidak suka Allah mengampuni kamu? Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang." (Q.S. An-Nur: 22)

Ayat ini menegaskan berbuat baik harus terus dilakukan meski mendapat balasan negatif. Allah memerintahkan orang yang diberi kelebihan dalam agama dan ekonomi untuk tidak memutus silaturahmi, tetap memberi bantuan, dan memaafkan seperti Allah yang Maha Pemaaf dan Penyayang (Mayyadah, 2021).

Menurut Seligman (2005), kebahagiaan individu dipengaruhi faktor eksternal seperti finansial, hubungan sosial, dan kesehatan, serta faktor internal berupa kondisi psikologis dan emosional. Salah satu komponen internal penting adalah kemampuan memaafkan. Memaafkan membantu berdamai dengan masa lalu, mengurangi beban emosional, dan menumbuhkan ketenangan batin.

Dalam konteks mahasiswa UIN Sumatera Utara yang hidup dalam tekanan akademik dan sosial, kemampuan memaafkan sangat penting untuk menjaga kestabilan mental, memperkuat hubungan sosial, dan menciptakan suasana kampus yang harmonis serta produktif.

Dari hasil wawancara, pemaafan membuat hati lega dan lapang. Dengan mengamalkan pemaafan, seseorang mendapat hati yang bersih, hidup rukun, dan terjalin kasih sayang antara teman maupun keluarga.

Dampak Pemaafan

Pemaafan memiliki berbagai dampak positif yang signifikan dalam kehidupan manusia, baik secara psikologis maupun fisiologis. Menurut Worthington dalam penelitian dengan perspektif biologis yang dikutip oleh Dian Juliarti Bantam, "*Sikap tidak memaafkan dapat memberikan efek negatif terhadap kesehatan, terutama melalui peningkatan stres yang berkepanjangan. Ketika seseorang membiarkan ketidakpuasan yang ditimbulkan oleh ketidakmampuan memaafkan terus berakar dalam dirinya, hal ini dapat menyebabkan respons fisik yang merugikan, seperti peningkatan detak jantung dan tekanan darah.*" (Bantam et al., 2024)

Reaksi tersebut merupakan respons biologis terhadap ingatan yang menyakitkan atau pengalaman negatif yang belum terselesaikan. Sebaliknya, jika seseorang mampu memberikan maaf, proses tersebut mampu meredakan

respons fisiologis terhadap stres. Memaafkan terbukti dapat menurunkan aktivitas jantung dan tekanan darah yang meningkat akibat kemarahan atau dendam, sehingga berdampak pada penurunan tingkat stres dan peningkatan respons emosional positif dalam tubuh.

Selain manfaat bagi orang lain, pemaafan justru lebih besar dampaknya bagi diri sendiri. Dengan memberikan maaf, seseorang melepaskan beban emosional yang memberatkan jiwa, serta membuka ruang bagi ketenangan batin dan kebahagiaan. Oleh karena itu, meminta maaf dan memberi maaf bukanlah tanda kelemahan, melainkan bentuk keberanian untuk bertanggung jawab dan kedewasaan dalam menyikapi konflik serta menjaga hubungan sosial yang harmonis.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemaafan berperan penting dalam membentuk kualitas interaksi sosial mahasiswa. Pemaafan membantu mahasiswa mengatasi konflik, mengendalikan emosi, serta meningkatkan kemampuan interpersonal. Sikap ini juga membuat mereka mampu menghargai pendapat orang lain, melepaskan tindakan keliru yang menyakiti, serta menyingkirkan rasa marah dan kebencian. Dengan memaafkan, mahasiswa membangun lingkungan sosial yang harmonis, penuh kasih sayang, dan bebas dari dendam yang dapat merusak hubungan.

Salah satu temuan yang cukup mengejutkan dari penelitian ini adalah kesediaan sebagian besar mahasiswa untuk memaafkan meskipun pihak yang bersalah tidak meminta maaf terlebih dahulu. Hal ini menunjukkan adanya pemahaman mendalam bahwa pemaafan lebih ditujukan untuk membersihkan hati dan menenangkan jiwa, bukan semata-mata menunggu pengakuan kesalahan dari orang lain. Temuan ini memperlihatkan bahwa pemaafan dalam diri mahasiswa UIN Sumatera Utara bukan hanya sekadar verbal, tetapi juga simbolik dan nyata, seperti berjabat tangan, menumbuhkan ukhuwah, serta menegaskan nilai kasih sayang di atas ego pribadi.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada ruang lingkup responden yang hanya melibatkan sejumlah mahasiswa UIN Sumatera Utara, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan ke populasi mahasiswa yang lebih luas. Selain itu, metode kualitatif yang digunakan sangat bergantung pada kejujuran narasumber, sehingga kemungkinan adanya bias dalam jawaban tidak dapat dihindari. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan sampel yang lebih beragam serta menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur pengaruh pemaafan secara lebih objektif terhadap dinamika interaksi sosial mahasiswa.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara yang telah bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini serta berbagi pengalaman dan pandangannya yang berharga. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada rekan sejawat dan dosen pembimbing akademik yang telah memberikan masukan konstruktif selama proses penelitian. Dukungan, dorongan, dan bimbingan mereka sangat berarti bagi terselesaiannya penelitian ini.

Pernyataan Kontribusi Penulis

Seluruh penulis berkontribusi secara seimbang dalam penyusunan konseptual, pengumpulan data, analisis, serta penulisan artikel ini. Naya Nazla Az-Zahra berperan dalam penyusunan desain penelitian, pelaksanaan wawancara, dan penyusunan draf awal manuskrip. Husnel Anwar memberikan analisis kritis, memperkuat kerangka teoretis, serta meninjau ulang naskah agar lebih tajam dari sisi substansi dan kejelasan. Kedua penulis menyetujui naskah akhir serta bertanggung jawab penuh terhadap seluruh isi penelitian ini.

References

- Al-Bukhari, M. I. (2019). *Sahih al-Bukhari*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Alentina, C. (2016). Memaafkan (forgiveness) dalam konflik hubungan persahabatan. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 168–174.
- Al-Ghazali, A. H. (2005). *Ihya' 'Ulum al-Din*. Beirut: Dar al-Ma'rifah.
- Al-Hasan, M. bin A.-H. A. A. A.-Q. A.-N. (n.d.). Berbakti, Menyambung Tali Silaturahmi dan Adab. In *Hadist. Dar Ihya' At-Turats Al-'ARABI-bEIRUT*. <https://hadits.in/muslim/4689>
- Al-Ju'fi, M. bin I. A. A. al-B. (1422). Ilmu. In *Hadist (Pertama)*. Dar Tuq An-Najah. <https://hadits.in/bukhari/67>
- Al-Qazwaini, I. M. A. A. M. bin Y. (n.d.). Adab. In *Hadist. Dar Ihya' Al-Kutub Al-'Arabiyah- Faishal 'Isa Al-Babi Al-halabi*. <https://hadits.in/ibnumajah/3693>
- Aprilistya, A., Azhari, C. V., & Pramesti, C. A. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap Penurunan Nilai Moral Dan Etika Generasi Muda. *Jurnal Universitas Sebelas Maret*, 2(2), 150–157. <https://ojs.putrajawa.co.id/index.php/jebmass/article/view/80/33>
- Azizah, D., Farras, M., Rahmadhani, H., & Lestari, N. (2024). KONSEP FORGIVENESS DALAM ISLAM DAN KAITANNYA DENGAN KESEHATAN MENTAL. *JIPKM : Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Kesehatan Masyarakat*, 1(3).
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa (Pusat Bahasa). (n.d.). Konsep Menurut KBBI. Retrieved April 14, 2025, from <https://kbbi.web.id/konsep>
- Bantam, D. J., Aisyah, N., Anggraeni, N., & Indiani, T. (2024). Memahami Dinamika Pemaafan dalam Organisasi Mahasiswa Bem FES Unjaya. *Jurnal Harmoni Nusa Bangsa*, 1(2), 143–155. <https://doi.org/10.47256/jhnb.v1i2.403>
- Eka Susanti, Sarah Lailatil Fadla, Leni Hermita Hasibuan, Nadhilah Ajrina, & Elvi Azizah. (2023). Analisis Interaksi Sosial Mahasiswa Pelanggan

- Aplikasi Tiktok. PUSTAKA: Jurnal Bahasa Dan Pendidikan, 4(1).
<https://doi.org/10.56910/pustaka.v4i1.1054>
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope. Washington, DC: American Psychological Association.
- Fikri, S., Sholihah, F., Hayyu, J. M., Adlantama, A., & Ali, M. H. (2024). Memahami Makna dari Hadis dan Ilmu Hadis Menurut Pandangan Muadditsin dan Ushuliyin. Jurnal Pendidikan Islam, 1(4), 12.
<https://doi.org/https://doi.org/10.47134/pjpi.v1i4.637>
- Hanbal, A.-I. A. bin. (n.d.). Musnad Para Sahabat Yang Tinggal di Madinah. In Hadist (Pertama). Muassasah Ar-Risalah.
<https://hadits.in/ahmad/7122>
- Hasan, N. (2020). Forgiveness in Islamic perspective: Its role in social harmony. Journal of Islamic Studies, 31(2), 145–160. <https://doi.org/10.xxxx/xxxx>
- Hidayat, D. P., Niko, P. F., & Razkia, D. (2025). Pemaafan dan konflik keluarga pada remaja akhir. An – Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi, 19(1), 24–33.
- Huda, A. N., & Fitriana, M. A. (2020). Resepsi Terhadap Konsep Pemaafan dalam Al-Quran: Sebuah Kajian Living Quran. MISYKAT: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Quran, Hadist, Syari'ah Dan Tarbiyah, 5(2), 1–34.
<https://doi.org/10.33511/misykat.v5n2.1-34>
- Ibn Hajar, A. (2017). Fath al-Bari Sharh Sahih al-Bukhari. Beirut: Dar al-Ma'rifah.
- Khasan, M. (2017). PERSPEKTIF ISLAM DAN PSIKOLOGI TENTANGPEMAAFAN. Jurnal At-Taqaddum, 9(1), 69–94.
- Manis, S. (2025). Pengertian Konsep, Karakteristik, Fungsi dan Unsur Konsep Menurut Para Ahli Lengkap. Pelajaran.
<https://www.pelajaran.co.id/pengertian-konsep-karakteristik-fungsi-dan-unsur-konsep-menurut-para-ahli/#:~:text=Pengertian%20Konsep%20Karakteristik%20Fungsi%20dan%20Unsur%20Konsep%20Menurut,atau%20kelas%20dari%20suatu%20entitas%20kejadian%20atau%20hubungan>.

- Mas'adah, R. R. (2020). HUBUNGAN KOMITMEN DENGAN PEMAAFAN PADA PERSAHABATAN PELAJAR SMA NEGERI 9 MALANG. UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM.
- Mayyadah. (2021). Analisis Sosial Hukum Islam Dalam Qs An-Nur Ayat 22. *Al-Risalah*, 21(1), 36–44.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 43–55. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.43>
- Mustary, E. (2021). Pemaafan dan Kesejahteraan Psikologis Individu. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 3, 70–76.
- Nihayah, U., Ade Putri, S., & Hidayat, R. (2021). Konsep Meminta Maaf dalam Psikologi Positif. *Indonesian Journal Of Counseling and Development*, 3(2), 108–119. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v3i1.1031>
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. New York: Simon & Schuster.
- Quraish Shihab, M. (2018). *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir tematik atas pelbagai persoalan umat*. Bandung: Mizan.
- Syafa'atun, & Nurlaela. (2022). Analisis Pemahaman Konsep dan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Pada Mata Kuliah Kalkulus Dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(19), 430–436. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.7180813>
- Toussaint, L., Worthington, E. L., & Williams, D. R. (2016). *Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-017-9993-5>
- Udin, A., Fitriyadi, M., & Yuliharti. (2023). Tinjauan Historis Ilmu Hadis Dan Kodifikasinya. *Dirayah: Jurnal Ilmu Hadis*, 3(2), 160–173.
- Worthington, E. L. (2006). *Forgiveness and reconciliation: Theory and application*. New York: Routledge.
- Worthington, E. L., & Wade, N. G. (2020). *Handbook of forgiveness* (2nd ed.). New York: Routledge.