

**EPISENTRUM PENDIDIKAN AKHLAK:
BALAS DENDAM TERBAIK ADALAH MENJADIKAN DIRIMU LEBIH BAIK**

Darul Muntaha, Robingun Suyud El Syam

Universitas Sains Al-Qur'an

Kalibebber, Mojotengah, Wonosobo, Jawa Tengah

Email : darulmuntaha@unsiq.ac.id , robyelsyam@unsiq.ac.id

Abstract

Islam is a religion that emphasizes compassion, justice, and peace, not revenge, but avoiding it is not easy. This study aims to analyze the epicenter of moral education regarding the best revenge is to make yourself better. The study uses a quantitative approach with descriptive analysis. The findings of the study show that the best revenge is to make yourself better is a popular expression often associated with Ali bin Abi Thalib. This concept emphasizes the best way to deal with someone who has hurt or harmed, by continuing to develop oneself, improving quality, and becoming a better person, not by taking revenge or leading them into badness. Becoming better is an elegant and dignified form of revenge, which shows that someone is able to rise and turn negative situations into opportunities for growth. This finding is expected to be a new perspective on how to make something negative into effective energy to teach the values of Islamic education that are soothing and inspire students to become someone who is easy to forgive considering the final results that are reaped from the fruits of patience.

Abstrak

Islam merupakan agama yang menekankan pada kasih sayang, keadilan, dan perdamaian, bukan pembalasan dendam, namun menghindarinya tidaklah mudah. Kajian ini memiliki tujuan guna menganalisis episentrum pendidikan akhlak berkenaan balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik. Penelitian memanfaatkan pendekatan kuantitatif dengan analisis deskriptif. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik merupakan ungkapan populer yang sering dikaitkan dengan Ali bin Abi Thalib. Konsepsi ini menekankan cara terbaik untuk menghadapi seseorang yang telah menyakiti atau merugikan, dengan terus mengembangkan diri, meningkatkan kualitas, dan menjadi pribadi yang lebih baik, bukan dengan membalas dendam atau menjerumuskan mereka dalam keburukan. Menjadi lebih baik adalah bentuk balas dendam yang elegan dan bermartabat, yang menunjukkan bahwa seseorang mampu bangkit dan mengubah situasi negatif menjadi peluang untuk pertumbuhan. Temuan ini diharapkan menjadi sudut pandang baru bagaimana menjadikan sesuatu yang negatif menjadi energi yang efektif untuk mengajarkan nilai pendidikan Islam yang menyejukkan dan menginspirasi peserta didik menjadi seseorang yang mudah memaafkan menimbang hasil akhir yang dipetik buah dari kesabaran.

Kata kunci: Episentrum, Pendidikan Akhlak, Balas Dendam Terbaik

A. PENDAHULUAN

Islam dengan ajaran dan prinsipnya dikenal sebagai agama yang membawa *Rahmatan lil 'Alamin* (rahmat bagi seluruh alam semesta). Artinya Islam mengajarkan kasih sayang, keadilan, dan kebaikan kepada seluruh umat manusia dan makhluk hidup lainnya. Islam tidak hanya berfokus pada umatnya saja, tetapi juga menawarkan rahmat bagi seluruh alam semesta, termasuk manusia dan makhluk hidup lainnya. Islam mendorong para pengikutnya untuk saling mencintai, menjaga perdamaian, dan menghormati perbedaan. Ajaran Islam mengatur berbagai aspek kehidupan, dari hubungan dengan Tuhan, dengan orang lain, hingga lingkungan. Implementasi konsep Islam ini dapat terlihat dalam berbagai tindakan, seperti menjaga lingkungan, membantu sesama, dan menjaga hubungan baik antar umat beragama. Tujuan utama misi Islam ini adalah menciptakan kebahagiaan dan kedamaian bagi seluruh umat manusia di dunia dan akhirat.¹

Konsep Islam ini menekankan pada kasih sayang, keadilan, dan perdamaian, bukan pembalasan dendam. Balas dendam

adalah tindakan yang bertentangan dengan nilai-nilai rahmatan lil alamin yang menekankan pada kasih sayang, keadilan, dan perdamaian. Balas dendam adalah tindakan yang seringkali didorong oleh emosi negatif seperti kebencian dan keinginan untuk menyakiti orang lain. Tindakan ini bertentangan dengan prinsip kasih sayang dan perdamaian yang menjadi inti dari Islam. Ketika seseorang membalas dendam, ia tidak lagi mengutamakan keadilan dan perdamaian, melainkan mencari pembalasan pribadi. Ini bertentangan dengan misi *rahmatan lil alamin*, yang mengajarkan untuk menanggulangi konflik dengan cara yang lebih positif dan konstruktif. Islam mengajarkan untuk mengampuni kesalahan orang lain, mencari solusi damai atas konflik, dan berbuat baik kepada semua orang, bahkan kepada musuh².

Menghindari balas dendam tidak mudah, karena rasa dendam dan keinginan untuk membalas dapat menjadi kuat dan sulit untuk ditekan. Emosi negatif yang terkait dengan dendam, seperti marah, benci, dan frustrasi, bisa sangat memengaruhi pikiran dan tindakan seseorang. Selain itu, ada juga

¹ Aulia Khoirunni aa' Qosiimah et al., "Wujud Rahmatan Lil Alamin Dalam Kehidupan Berbangsa Dan Bernegara," *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam* 2, no. 2 (2024): 01–13, <https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i2.64>.

² Silvani Alexa, Sabrina Rezahraini, and Devi Syukri Azhari, "Islam Rahmatan Lil'amin," *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* 2, no. 2 (2025): 3038–3044, <https://doi.org/10.32672/mister.v2i2.3080>.

faktor-faktor lain seperti keyakinan akan keadilan, keinginan untuk melindungi diri dari rasa sakit, dan dorongan untuk mempertahankan kehormatan yang dapat memperkuat keinginan untuk membalas ³. Meskipun sulit, menghindari balas dendam dapat membantu seseorang untuk merasa lebih baik dan meningkatkan kesehatan mental mereka serta dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan mengurangi konflik. Dalam Islam, menghindari balas dendam merupakan pilihan yang lebih utama dan disukai. Islam menganjurkan untuk memaafkan dan berbuat baik kepada orang yang telah menyakiti, dianggap sebagai ibadah yang mendatangkan pahala besar dan dapat menjaga kedamaian hati ⁴. Menyitir pernyataan Ali bin Abi Thalib, "Balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik." Maka dari itu, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait tema ini.

Dijumpai tulisan serupa mislanya, Mariamy ⁵, menulis balas dendam terbaik

adalah menjadi lebih baik. Menurutnya sebuah konsep yang menyiratkan cara paling efektif guna menyikapi ketidak-adilan maupun luka dengan cara berfokus terhadap peningkatan diri, bukan dengan membalas melalui cara-cara negatif. Tulisan Erin R.A. ⁶, Balas dendam terbaik adalah menjadi versi terbaik dari dirimu sendiri. Menurutnya balas dendam menjadi bayangan diri sendiri, dihantui oleh ketakutan-ketakutan yang pernah ada. Dalam upaya untuk menyakiti mereka kembali, hanya menyakiti diri sendiri. Butuh waktu lama untuk menyadari bahwa balas dendam yang idak menyakiti mereka — itu hanya menghancurkan diri. Mark Manson ⁷, menulis balas dendam terbaik adalah dengan memperbaiki diri sendiri sedemikian rupa sehingga orang lain menyesali apa yang telah mereka lakukan tanpa perlu mengatakan sepatah kata pun—menjadi begitu baik sehingga gagasan balas dendam terasa seperti membuang-buang waktu.

³ Olga Zaytseva and Pavel Katyshev, "Revenge Porn: On the Problem of Linguistic Analysis of Pornographic Content," *Legal Linguistics* 30 (2023): 71–77, [https://doi.org/10.14258/leglin\(2023\)3012](https://doi.org/10.14258/leglin(2023)3012).

⁴ Anisatun Novia Ariqoh, Ngarifin Ngarifin, and Robingun Suyud El-Syam, "Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Tentang Bersikap Sabar Pada Kisah Nabi Yusuf Dalam Al-Qur'an (Kajian Q.S. Yusuf Ayat 90)," *Jurnal Pendidikan Indonesia* 3, no. 6 (2022): 584–590, <https://doi.org/10.59141/japendi.v3i06.985>.

⁵ "Balas Dendam Terbaik Adalah Menjadi Lebih Baik," *RRI.Co.Id*, January 10, 2025, <https://rri.co.id/lain-lain/1244620/>.

⁶ "The Best Revenge Is to Become the Best Version of Yourself," *Medium*, October 7, 2024, https://medium.com/@iam_erin.r.a./.

⁷ "The Best Revenge Is to Simply Improve Yourself," *Linkedin*, April 4, 2025, https://www.linkedin.com/posts/markmanson_.

Bagi Douglas⁸, balas dendam adalah membenaran, penghakiman, kebencian yang benar terhadap musuh, keinginan untuk kehancuran mereka yang segera, keyakinan teologis, pertunjukan otoritas yang benar, penilaian yang benar, dan hukuman yang adil. Webber⁹, menulis balas dendam terbaik adalah tidak menjadi seperti musuhmu. Konsep ini membantu seseorang menyadari bahwa mungkin ia bisa bangkit di atas musuh dan menunjukkan kepada mereka cara berperilaku lebih baik. Tulisan Rania Naim¹⁰, balas dendam terbaik adalah mencintai diri sendiri. Balas dendam terbaik adalah tidak peduli dengan apa yang dipikirkan orang lain; tidak membiarkan tindakan mereka memengaruhi, tidak melihat diri sendiri melalui mata mereka, tidak berusaha keras untuk membuat mereka terkesan, dan belajar bahwa mereka tidak lebih unggul hanya karena mereka memiliki apa yang tidak dimiliki.

Beberapa tulisan tersebut, telah membahas tentang tema membalas dendam terbaik dengan berbagai sudut pandang dan

spesifikasinya, akan tetapi dari semua tersebut belum menggambarkan tentang esensi dari balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik, terlebih apabila dikaitkan dengan esensi pendidikan aqidah akhlak yang dimaksud oleh Ali bin Abi Thalib. Maka dari itu, penulis berusaha mendalami lebih spesifik tema tersebut sebagai sebuah unsur kebaruan dengan menganalisis dan merelasikan dengan esensi yang termaktub di dalamnya sehingga dapat menggambarkan sudut pandang baru bagi para pembacanya. Dengan demikian, penelitian ini layak untuk ditindak lanjuti kepada sebuah kajian mendalam dengan tujuan untuk menganalisis episentrum pendidikan akhlak pada balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik.

B. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hakikat Balas Dendam

Dikutip dari Kamus Besar Bahasa Indonesia¹¹, dijelaskan bahwa arti kata pendendam adalah orang yang mudah menyimpan dendam. Sedangkan kata

⁸ "Revenge Is a Genre Best Served Old: Apocalypse in Christian Right Literature and Politics," *Religions* 13, no. 1 (2022): 21, <https://doi.org/10.3390/rel13010021>.

⁹ "'The Best Revenge Is Not to Be Like Your Enemy' (Marcus Aurelius)," *Medium*, December 16, 2022, <https://medium.com/bridget-webber-writes-mental-health-tips/>.

¹⁰ "The Best Revenge Is Self-Love," *Thoughtcatalog.Com*, January 22, 2021, <https://thoughtcatalog.com/rania-naim/>.

¹¹ "Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring," *Indonesia.Go.Id*, March 13, 2025, <https://indonesia.go.id/layanan/pendidikan/sosial/>.

dendam sendiri memiliki makna memiliki keinginan yang kuat untuk membalas dendam atas kejahatan dan sebagainya. Menurut *Merriam-Webster*¹², kata "dendam" berarti keinginan untuk melihat orang lain mengalami kesakitan, cedera, atau tekanan. Ini bisa juga diartikan sebagai rasa sakit hati yang mendalam atau keinginan untuk membalas dendam. Adapun *Oxford English Dictionary*¹³, mendefinisikan kata "dendam" dapat diartikan sebagai "niat atau keinginan untuk melakukan kejahatan atau mencederai orang lain," atau secara lebih sederhana, "kebencian atau permusuhan yang aktif".

Secara umum, "dendam" dalam konteks bahasa Indonesia seringkali terkait dengan rasa sakit hati yang ingin diatasi dengan tindakan balas dendam. *Merriam-Webster* juga menyebutkan bahwa dendam dapat digunakan untuk menggambarkan seseorang, tindakannya, atau sikapnya. Singkatnya, dendam adalah perasaan atau keinginan kuat untuk membalas atau menyakiti orang lain, yang seringkali didorong oleh kemarahan, kebencian, dan

keinginan untuk melihat orang lain menderita.

Dendam timbul karena berbagai sebab, di antaranya perasaan sakit hati, penipuan, pengkhianatan, atau serangan fisik maupun moral. Perasaan ini seringkali berawal dari hilangnya integritas seseorang. Penyebab lain bisa termasuk pengalaman traumatis, gangguan kepribadian paranoid, atau merasa diperlakukan tidak adil. Dendam sering timbul ketika seseorang merasa telah dihina, dianiaya, atau terluka oleh perkataan atau perbuatan orang lain. Perasaan dendam bisa muncul sebagai respons terhadap tindakan penipuan atau pengkhianatan dari orang yang dianggap dekat atau dipercaya¹⁴.

Pengalaman traumatis di masa lalu, seperti merasa disakiti oleh orang sekitar, dapat menjadi pemicu munculnya dendam dan gangguan kepribadian paranoid, seperti rasa takut berlebihan dan sulit percaya pada orang lain. Merasa telah diperlakukan tidak adil oleh orang lain juga dapat menyebabkan dendam. Gangguan kepribadian paranoid yang ditandai dengan rasa curiga, takut, dan kesulitan mempercayai orang lain, seringkali

¹² "Merriam-Webster: America's Most Trusted Dictionary," *Merriam-Webster.Com*, April 15, 2025, <https://www.merriam-webster.com/dictionary/>.

¹³ *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English*, ed. Margaret Deuter, Joanna Turnbull, and Jennifer Bradbury, 10th ed. (New York: Oxford University Press, 2023).

¹⁴ Rifqi Muntaqo and Robingun Suyud El-Syam, "Kongkalikong Jin Dan Manusia Dalam Konspirasi Jahat Santet Spektrum Etika Islam: Sebuah Realitas Yang Diperdebatkan," *Tafsir Dan Studi Islam* 3, no. 2 (2021), <https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/mth/article/view/6468>.

berujung pada dendam. Dendam bisa menjadi mekanisme pertahanan diri terhadap rasa malu atau insecure akibat perlakuan yang tidak menyenangkan. Dendam bisa juga diturunkan dari orang tua atau keluarga melalui pola asuh yang kurang tepat, misalnya dengan menyaksikan keluarga yang dihina atau dianiaya¹⁵.

Adapun balas dendam merupakan tindakan membalas terhadap tindakan orang lain karena perasaan sakit hati atau iri hati¹⁶. Balas dendam merupakan tindakan merujuk terjemahan "*revenge*" dalam bahasa Inggris, dapat dipahami sebagai pembalasan atau pembenaran. Lebih khusus lagi, ini merujuk pada tindakan berusaha untuk menyakiti atau menghukum seseorang sebagai pembalasan atas kesalahan atau cedera yang dirasakan. Dengan kata lain, penimpaan rasa sakit kepada orang lain, sebagai balasan atas suatu cedera atau pelanggaran¹⁷.

Balas dendam adalah tindakan melakukan tindakan yang merugikan

terhadap seseorang atau kelompok sebagai respons terhadap penderitaan yang disebabkan, baik nyata¹⁸ atau hanya berdasarkan persepsi pribadi¹⁹. Francis Bacon²⁰ menggambarkan balas dendam sebagai salah satu bentuk "keadilan biadab" yang "melanggar hukum. dan melampaui hukum". Keadilan primitif atau keadilan retributif sering dibedakan dari bentuk keadilan yang lebih formal dan halus, seperti keadilan distributif dan penghakiman ilahi.

Balas dendam dapat dimotivasi oleh upaya untuk memermalukan seseorang atau merendahkan status seseorang. Ejekan di depan umum yang bertujuan untuk memermalukan seseorang memotivasi keinginan untuk membalas dendam. Tindakan balas dendam membawa seseorang untuk merenungkan orang yang melakukan kesalahan, perenungan yang berkepanjangan menghasilkan perasaan negatif, perasaan negatif berkepanjangan menghasilkan perenungan dan orang yang merenungkannya

¹⁵ Sighard Neckel, "Grudge: The Emotional Side of Resentment," *Emotions and Society* 5, no. 2 (2023): 139–146, <https://doi.org/10.1332/263169021X16704197265552>.

¹⁶ Kemdikbud, "Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring."

¹⁷ Merriam-Webster, "Merriam-Webster: America's Most Trusted Dictionary."

¹⁸ Jean Daladier, Jean Daridan, and Arthur D. Greenspan, *Prison Journal 1940-1945*, *Prison*

Journal 1940-1945 (New York: Routledge, 2022), <https://doi.org/10.4324/9780429303012>.

¹⁹ Lexico Dictionaries, "Definition of Revenge in English by Lexico Dictionaries," *Oxford English and Spanish Dictionary*, November 11, 2020, <https://www.lexico.com/en/definition/revenge>.

²⁰ "On Revenge," *Rjgeib.Com*, April 24, 2025, <https://www.rjgeib.com/thoughts/revenge/revenge.html>.

akan gagal memprediksi dampak hukuman pada refleksi dan perasaan tersebut ²¹.

Balas dendam terkategori tindakan menebus perbuatan orang lain dengan harapan merasa lebih baik, lebih berharga, dan memulihkan rasa keadilan bagi diri sendiri, namun perasaan yang lebih baik ini hanya bersifat sementara dan terkadang menimbulkan bahaya baru bagi orang yang membalas dendam ²². Beberapa penelitian menemukan bahwa orang yang membalas dengan menghukum orang lain tidak merasa lebih baik. Pelaku balas dendam akan terus memikirkan orang yang menjadi sasaran balas dendamnya ²³. Penelitian yang dilakukan oleh Gollwitzer dan Denzler ²⁴ terhadap seratus enam belas (116) mahasiswa Universitas Jerman menemukan bahwa seseorang yang membalas dendam tidak senang melihat orang yang berbuat salah menderita, tetapi lebih puas jika pesan moral tersampaikan. Seseorang melakukan balas dendam untuk menyampaikan pesan kepada

orang yang menjadi sasaran balas dendam dan membuat mereka mengerti bahwa apa yang mereka lakukan adalah tindakan tidak bermoral.

Keinginan untuk membalas dendam muncul akibat perasaan yang kuat terhadap suatu pengalaman atau kejadian yang tidak diinginkan. Perasaan balas dendam dapat dijelaskan secara signifikan melalui penjelasan viktimologi, seperti tingkat keparahan bahaya fisik, dukungan sosial, usia korban, dan waktu sejak seseorang menjadi korban dikendalikan ²⁵. O'Connor et al ²⁶ melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa emosi merupakan pendorong utama dalam memutuskan untuk membalas dendam.

Agresi adalah salah satu emosi utama yang mendorong manifestasi balas dendam dan dapat aktif atau pasif. Agresi aktif dapat berupa agresi fisik atau verbal. Agresi verbal yang sering terjadi adalah kemarahan atau

²¹ Greg Restall, "Curry's Revenge: The Costs of Non-Classical Solutions to the Paradoxes of Self-Reference," in *Revenge of the Liar*, 2023, 262–271, <https://doi.org/10.1093/oso/9780199233915.003.0012>.

²² Robert A Baron, Nyla R Branscombe, and Donn Byrne, *Social Psychology*, 15th ed. (USA: Pearson Education, 2022).

²³ Restall, "Curry's Revenge: The Costs of Non-Classical Solutions to the Paradoxes of Self-Reference."

²⁴ "What Makes Revenge Sweet: Seeing the Offender Suffer or Delivering a Message?," *Journal of Experimental Social Psychology* 45, no. 4 (2009): 840–844, <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2009.03.001>.

²⁵ Tessa Thejas Thomas, Katherine B. Carnelley, and M. Hart Claire, "Phubbing in Romantic Relationships and Retaliation: A Daily Diary Study," *Computers in Human Behavior* 137, no. 1 (2022): 107398, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>.

²⁶ "Affective Antecedents of Revenge," *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 01 (2013): 29–30, <https://doi.org/10.1017/S0140525X12000556>.

menyebarkan rumor²⁷. Reaksi afektif berupa kemarahan, sakit hati, dan balas dendam merupakan penentu terkuat respon balas dendam, melampaui kalkulasi kognitif mengenai keuntungan dan kerugian di masa depan²⁸. Konečni,²⁹ menemukan bahwa dalam balas dendam ada penjelasan yang meragukan bahwa menonton film tinju (fantasi agresi) menyerang benda mati dapat mengurangi niat agresi. Artinya, intensitas agresi akibat keinginan balas dendam tidak dapat dikurangi dengan mengalihkan energi agresif ke aktivitas lain.

Ada beberapa sumber kemarahan menurut Fiske & Taylor³⁰: 1) Serangan; itu adalah tindakan yang tidak menyenangkan dari pihak lain Apa yang dianggap mengkhawatirkan, misalnya, adalah perang antar geng. Itu hanya dimulai dengan ejekan dari salah satu anggota geng.; 2) Frustrasi; kondisi yang timbul akibat pengekan atau pencegahan seseorang untuk mencapai tujuannya. Berbagai kondisi penyebabnya

termasuk masalah yang berasal dari situasi sosial keluarga, masalah di tempat kerja, dan segera; 3) Ekspektasi pembalasan; termasuk dalam kasus ini motivasi balas dendam. Orang yang merasa mampu membalas dendam akan bertahan lebih lama keadaan marah karena selalu mengingat hal-hal negatif tentang orang lain bersalah; 4) Persaingan; Situasi kompetitif sering kali menimbulkan kemarahan dan pemberontakan

Selain afeksi marah, Sell³¹ menjelaskan perbedaan antara benci dan marah. Perlakuan tidak adil akan menimbulkan kebencian, dan kebencian dapat memotivasi perilaku dendam ketika sasaran tidak melakukan apa pun selain menyakiti orang yang membencinya. Kemarahan dipicu oleh indikasi bahwa orang lain tidak menghargai kesejahteraan seseorang, sementara kebencian dipicu oleh indikasi bahwa kehadiran orang lain dapat mengancam kesejahteraan seseorang.

²⁷ Michael E. McCullough, Robert Kurzban, and Benjamin A. Tabak, "Cognitive Systems for Revenge and Forgiveness," *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 1 (2013): 1–15, <https://doi.org/10.1017/S0140525X11002160>.

²⁸ Michael Potegal, "Revenge: An Adaptive System for Maximizing Fitness, or a Proximate Calculation Arising from Personality and Social-Psychological Processes?," *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 1 (2013): 33–34, <https://doi.org/10.1017/S0140525X12000441>.

²⁹ "Revenge: Behavioral and Emotional Consequences," *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 01 (2013): 25–26, <https://doi.org/10.1017/S0140525X12000404>.

³⁰ *Social Cognition: From Brains to Culture*, SAGE Publications Ltd (London: Sage Publications, Inc, 2024), <https://doi.org/10.4135/9781529681451>.

³¹ "Revenge Can Be More Fully Understood by Making Distinctions between Anger and Hatred," *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 01 (2013): 36–37, <https://doi.org/10.1017/S0140525X1200060X>.

Kebencian adalah sikap yang dapat menimbulkan balas dendam. Perasaan benci akan menimbulkan rasa balas dendam karena melihat keberadaan dan kebahagiaan orang lain sebagai ancaman atau sesuatu yang berbahaya bagi orang tersebut.

Balas dendam seperti siklus antara pelaku kekerasan dan korban. Korban membalas dendam untuk mencapai kebahagiaannya, namun di sisi lain, pelaku juga merasa akan menjadi korban jika diserang. Baik pelaku maupun korban dipaksa untuk terus meningkatkan tingkat balas dendam mereka³². Tanda baca konflik yang bias (*biased conflict punctuation*) merupakan istilah lain yang diperkenalkan oleh Bies dan Tripp mengenai kecenderungan individu untuk menafsirkan sejarah konflik menurut istilah subjektif dan gaya provokatif mereka, sehingga para korban dan pelaku mungkin dapat memposisikan diri mereka sebagai korban yang seharusnya meningkatkan tingkat balas dendam mereka³³.

Sebaliknya, McCullough et al³⁴ menjelaskan penghindaran mengurangi kemungkinan adanya penyerang di masa mendatang. Penghindaran akan mempersempit peluang bagi penjahat menyerang. Menghindari pelaku kekerasan untuk sementara waktu, menolak untuk menyapanya mereka atau bahkan ketidak-terimaan terhadap kehadiran mereka akan memberikan dampak yang buruk³⁵. Penghindaran dipilih ketika efektivitas pembalasan dianggap rendah dan nilai yang diperkirakan akan diperoleh tinggi. meninggalkannya tidak berdampak pada penulis. Penghindaran bukanlah hal yang sebenarnya hanya untuk melindungi diri sendiri, tapi itu bagian dari balas dendam basis keluaran³⁶. Balas dendam dengan mengabaikan hal ini sama saja dengan penjelasan agresi pasif untuk balas dendam seperti mengabaikan tanggung jawab atau tidak mau bekerja sama³⁷.

Balas Dendam Terbaik adalah Menjadikan Dirimu Lebih Baik

³² Sara Konrath and Irene Cheung, "The Fuzzy Reality of Perceived Harms," *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 1 (2013): 26–27, <https://doi.org/10.1017/S0140525X12000416>.

³³ Victor Matanggaran, "Balas Dendam Pada Suku Bugis Dan Makassar" (Skripsi: Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, 2015).

³⁴ "Cognitive Systems for Revenge and Forgiveness."

³⁵ Matanggaran, "Balas Dendam Pada Suku Bugis Dan Makassar."

³⁶ McCullough, Kurzban, and Tabak, "Cognitive Systems for Revenge and Forgiveness."

³⁷ Matanggaran, "Balas Dendam Pada Suku Bugis Dan Makassar."

Balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik adalah ungkapan populer yang sering dikaitkan dengan Ali bin Abi Thalib. Ungkapan ini menekankan pentingnya fokus pada pertumbuhan pribadi dan tidak terjerat dalam kebencian atau balas dendam, melainkan menggunakannya sebagai motivasi untuk menjadi lebih baik. Ali bin Abi Thalib sendiri, dalam berbagai riwayat, dikenal sebagai sosok yang bijaksana dan berhati lapang³⁸. Konsepsi ini bermakna bahwa cara terbaik untuk menghadapi seseorang yang telah menyakiti atau merugikan adalah dengan terus mengembangkan diri, meningkatkan kualitas, dan menjadi pribadi yang lebih baik, bukan dengan membalas dendam atau menjerumuskan mereka dalam keburukan. Konsep ini menekankan pada kekuatan diri dan kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan, serta menunjukkan bahwa tindakan positif yang seseorang lakukan

dapat memberikan dampak lebih besar daripada membalas dendam^{39, 40}.

Ajaran ini mendorong seseorang untuk lebih fokus pada pertumbuhan dan perbaikan diri sendiri, ketimbang membalas perbuatan buruk orang lain. Dengan fokus pada perbaikan diri, seseorang dapat menghindari terjerat dalam lingkaran kebencian dan balas dendam, yang dapat memakan energi dan mengganggu kedamaian batin⁴¹. Dengan menunjukkan peningkatan diri, seseorang dapat memberikan contoh yang baik kepada orang lain, bahkan kepada mereka yang telah berbuat salah terhadapnya⁴².

Ali bin Abi Thalib juga menekankan bahwa masalah atau tantangan dalam hidup dapat menjadi peluang untuk belajar dan tumbuh, sehingga ajaran ini dapat menjadi sumber motivasi untuk menghadapi kesulitan. Secara keseluruhan, ajaran tentang "Balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik" mengajarkan pentingnya

³⁸ Ilham Fikriansyah, "50 Kata-Kata Ali Bin Abi Thalib Yang Bijak Dan Penuh Makna," *DetikHikmah*, February 18, 2024, <https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-7198681/>.

³⁹ Mariamy, "Balas Dendam Terbaik Adalah Menjadi Lebih Baik."

⁴⁰ Masumi Takeuhi and Keiko Katagiri, "Effects of Workplace Ageism on Negative Perception of Aging and Subjective Well-Being of Older Adults According to Gender and Employment Status,"

Geriatrics and Gerontology International 24, no. 1 (2024): 259–65, <https://doi.org/10.1111/ggi.14819>.

⁴¹ Lulu Sufrotun Najah, "Memaafkan Untuk Mengatasi Kekecewaan Traumatis Akibat Kekerasan Dalam Pacaran Dikalangan Mahasiswi Purwokerto" (Skripsi: Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2024).

⁴² Jo-yen Wong, "(Hetero)Normative Chinese Femininity in Danmei: A Case Study of Moxiang Tongxiu's Tianguan Cifu," *East Asian Journal of Popular Culture*, 2023, https://doi.org/10.1386/eapc_00102_1.

mengambil kendali atas diri sendiri, mengubah situasi negatif menjadi peluang, dan menjadi contoh yang baik bagi orang lain^{43, 44}.

Balas dendam terbaik adalah menjadi lebih baik bermakna bahwa cara terbaik untuk menghadapi seseorang yang telah menyakiti atau merugikan kita adalah dengan terus mengembangkan diri, meningkatkan kualitas, dan menjadi pribadi yang lebih baik, bukan dengan membalas dendam atau menjerumuskan mereka dalam keburukan. Konsep ini menekankan pada kekuatan diri dan kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan, serta menunjukkan bahwa tindakan positif yang kita lakukan dapat memberikan dampak lebih besar daripada membalas dendam⁴⁵.

Balas dendam seringkali hanya akan memperburuk situasi dan menjebak dalam lingkaran kebencian, sementara menjadi

lebih baik membantu seseorang untuk terlepas dari rasa marah dan benci. Dengan menjadi lebih baik, seseorang dapat memberikan contoh positif bagi orang lain dan menginspirasi mereka untuk melakukan hal yang sama, bahkan mereka yang telah menyakiti. Menjadi lebih baik adalah cara untuk membuktikan pada diri sendiri bahwa seseorang mampu bangkit dari keterpurukan dan meraih tujuan yang telah ditetapkan, serta menunjukkan bahwa seseorang tidak terpengaruh oleh tindakan buruk orang lain^{46, 47}.

Dengan fokus pada pengembangan diri, seseorang menunjukkan bahwa kekuatan sejati terletak pada kemampuan untuk mengendalikan diri dan berfokus pada hal-hal positif, meskipun dihadapkan dengan tantangan atau ketidakadilan. Ketika seseorang fokus pada pengembangan diri, seseorang akan merasa lebih puas dan

⁴³ Mariana Lebron, R. Gabrielle Swab, and Ryan Bruns, "Students as Game Designers and Developers: Developing Cooperative Strategy Board Games to Teach Team Leadership Skills," *Organization Management Journal* 21, no. 1 (2024): 41–48, <https://doi.org/10.1108/OMJ-03-2023-1783>.

⁴⁴ I A Gymnastiar, A Hufad, and S Wahyuni, "The Role of the Boarding School System on Leadership Character Building and 21st Century Skills in High School Students at Global Islamic Boarding School South Kalimantan," *Jurnal Penelitian Pendidikan* 23, no. 1 (2023): 56–72, <https://doi.org/10.17509/jpp.v23i1>.

⁴⁵ Mariamy, "Balas Dendam Terbaik Adalah Menjadi Lebih Baik."

⁴⁶ Edwin Aprilianto, "Representasi Nilai Moral Dan Sosial Pada Iklan Kopi Kapal Api Versi 'Jingle Bangkit Bersama' (Analisis Semiotika Charles Sanders Peirce)" (Skripsi: Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2024).

⁴⁷ Jérôme St-Amand, Jonathan Smith, and Mélissa Goulet, "Correction to: Is Teacher Humor an Asset in Classroom Management? Examining Its Association with Students' Well-Being, Sense of School Belonging, and Engagement," *Current Psychology* 43, no. 3 (2024): 2499–2514, <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04619-9>.

bahagia, dan ini akan memberikan dampak positif bagi kehidupan secara keseluruhan⁴⁸,⁴⁹,⁵⁰,⁵¹. Jadi, menjadi lebih baik adalah bentuk balas dendam yang elegan dan bermartabat, yang menunjukkan bahwa seseorang mampu bangkit dan mengubah situasi negatif menjadi peluang untuk pertumbuhan.

Dalam Islam, konsepsi balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik memiliki implikasi yang mendalam terkait dengan pengendalian diri, pengembangan diri, dan menghindari lingkaran kebencian. Implikasi ini mengajarkan untuk tidak terjebak dalam perbuatan balas dendam yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain, melainkan fokus pada peningkatan pribadi untuk membuktikan kebaikan diri dan menginspirasi orang lain⁵²,⁵³,⁵⁴. Seseorang

yang pernah dirundung karena miskin misalnya, alih-alih membalas dengan menyakiti orang yang pernah merundungnya, lebih baik fokus pada pengembangan diri, seperti belajar dan bekerja keras untuk menjadi sukses. Dengan demikian, ia tidak hanya menjadi lebih baik secara pribadi, juga membuktikan bahwa dirinya lebih baik daripada orang yang pernah merundungnya.

C. KESIMPULAN

Mengacu pada temuan penelitian, bisa ditarik simpulan bahwa balas dendam terbaik adalah menjadikan dirimu lebih baik merupakan ungkapan populer yang sering dikaitkan dengan Ali bin Abi Thalib. Konsepsi ini menekankan cara terbaik untuk menghadapi seseorang yang telah menyakiti atau merugikan, dengan terus

⁴⁸ Farzana Kapadia, "Adolescent Mental Health and Well-Being: A Public Health of Consequence, February 2024," *American Journal of Public Health* 114, no. 2 (2024): 158–60, <https://doi.org/10.2105/AJPH.2023.307543>.

⁴⁹ Eric A. Storch and Rick Yang, "Welcoming 2024: Supporting Students' Well-Being," *Children's Health Care* 53, no. 2 (2024): 109–12, <https://doi.org/10.1080/02739615.2024.2306085>.

⁵⁰ Rui Sun et al., "Emotional Experiences and Psychological Well-Being in 51 Countries During the COVID-19 Pandemic," *Emotion* 24, no. 2 (2024): 397–411, <https://doi.org/10.1037/emo0001235>.

⁵¹ Yaka Matsuda et al., "Multifaceted Well-Being Experienced by Community Dwelling Older Adults Engaged in Volunteering Activities of Frailty Prevention in Japan," *Geriatrics and Gerontology International* 1, no. 1 (2024): 273–78, <https://doi.org/10.1111/ggi.14826>.

⁵² Agus Mughni Muttaqin, "Balas Dendam Terbaik Menurut Ajaran Islam," *Katakini.Com*, December 27, 2024, <https://www.katakini.com/artikel/118022/>.

⁵³ Oleksandr Veretilnyk, "Reintegration of Former Collaborators into the Labor Market of the Islamic Emirate of Afghanistan: Problems and Prospects," in *Conference: Conferinta Stiintifica Internationala "Strategii Si Politici de Management in Economia Contemporana", Editia VII*, 2023, 160–66, <https://doi.org/10.53486/icspm2022.26>.

⁵⁴ Muhammad Ali Shaikh, "A Research Article on Marriage Customs of Sindh in The Teaching of Islam," *Al-Aijaz Research Journal of Islamic Studies & Humanities* 6, no. 2 (2022): 218–38, [https://doi.org/10.53575/u20.v6.02\(22\)218-238](https://doi.org/10.53575/u20.v6.02(22)218-238).

mengembangkan diri, meningkatkan kualitas, dan menjadi pribadi yang lebih baik, bukan dengan membalas dendam atau menjerumuskan mereka dalam keburukan. Menjadi lebih baik adalah bentuk balas dendam yang elegan dan bermartabat, yang menunjukkan bahwa seseorang mampu bangkit dan mengubah situasi negatif menjadi peluang untuk pertumbuhan. Temuan ini diharapkan menjadi sudut pandang baru bagaimana menjadikan sesuatu yang negatif menjadi energi yang efektif untuk mengajarkan nilai pendidikan Islam yang menyejukkan dan menginspirasi peserta didik menjadi seseorang yang mudah memaafkan menimbang hasil akhir yang dipetik buah dari kesabaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, artikel terselesaikan. Terima kasih kepada semua pihak yang berkontribusi atas selesainya penelitian ini. Semoga bermanfaat. Kami ucapkan terima kasih kepada pengelola Jurnal Paramurobi, yang telah menyediakan slot untuk publikasi ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alexa, Silvani, Sabrina Rezahraini, and Devi Syukri Azhari. "Islam Rahmatan Lil'alam." *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research*

2, no. 2 (2025): 3038–3044. <https://doi.org/10.32672/mister.v2i2.3080>.

Aprilianto, Edwin. "Representasi Nilai Moral Dan Sosial Pada Iklan Kopi Kapal Api Versi 'Jingle Bangkit Bersama' (Analisis Semiotika Charles Sanders Peirce)." Skripsi: Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2024.

Bacon, Sir Francis. "On Revenge." *Rjgeib.Com*, April 24, 2025. <https://www.rjgeib.com/thoughts/revenge/revenge.html>.

Baron, Robert A, Nyla R Branscombe, and Donn Byrne. *Social Psychology*. 15th ed. USA : Pearson Education, 2022.

Daladier, Jean, Jean Daridan, and Arthur D. Greenspan. *Prison Journal 1940-1945*. *Prison Journal 1940-1945*. New York: Routledge, 2022. <https://doi.org/10.4324/9780429303012>.

Douglas, Christopher. "Revenge Is a Genre Best Served Old: Apocalypse in Christian Right Literature and Politics." *Religions* 13, no. 1 (2022): 21. <https://doi.org/10.3390/rel13010021>.

Erin R.A. "The Best Revenge Is to Become the Best Version of Yourself." *Medium*, October 7, 2024. https://medium.com/@iam_erin.r.a/.

Fikriansyah, Ilham. "50 Kata-Kata Ali Bin Abi Thalib Yang Bijak Dan Penuh Makna." *DetikHikmah*, February 18, 2024. <https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-7198681/>.

Fiske, Susan T., and Shelley E. Taylor. *Social Cognition: From Brains to Culture*. SAGE Publications Ltd. London: Sage Publications, Inc, 2024. <https://doi.org/10.4135/9781529681451>.

Gollwitzer, Mario, and Markus Denzler. "What Makes Revenge Sweet: Seeing the Offender Suffer or Delivering a

- Message?” *Journal of Experimental Social Psychology* 45, no. 4 (2009): 840–844.
<https://doi.org/10.1016/j.jesp.2009.03.001>.
- Gymnastiar, I A, A Hufad, and S Wahyuni. “The Role of the Boarding School System on Leadership Character Building and 21st Century Skills in High School Students at Global Islamic Boarding School South Kalimantan.” *Jurnal Penelitian Pendidikan* 23, no. 1 (2023): 56–72.
<https://doi.org/10.17509/jpp.v23i1>.
- Hornby, A.S. *Oxford Advanced Learner’s Dictionary of Current English*. Edited by Margaret Deuter, Joanna Turnbull, and Jennifer Bradbury. 10th ed. New York: Oxford University Press, 2023.
- Kapadia, Farzana. “Adolescent Mental Health and Well-Being: A Public Health of Consequence, February 2024.” *American Journal of Public Health* 114, no. 2 (2024): 158–60.
<https://doi.org/10.2105/AJPH.2023.307543>.
- Kemdikbud. “Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring.” *Indonesia.Go.Id*. March 13, 2025.
<https://indonesia.go.id/layanan/pendidikan/sosial/>.
- Konečni, Vladimir J. “Revenge: Behavioral and Emotional Consequences.” *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 01 (2013): 25–26.
<https://doi.org/10.1017/S0140525X12000404>.
- Konrath, Sara, and Irene Cheung. “The Fuzzy Reality of Perceived Harms.” *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 1 (2013): 26–27.
<https://doi.org/10.1017/S0140525X12000416>.
- Lebron, Mariana, R. Gabrielle Swab, and Ryan Bruns. “Students as Game Designers and Developers: Developing Cooperative Strategy Board Games to Teach Team Leadership Skills.” *Organization Management Journal* 21, no. 1 (2024): 41–48.
<https://doi.org/10.1108/OMJ-03-2023-1783>.
- Lexico Dictionaries. “Definition of Revenge in English by Lexico Dictionaries.” *Oxford English and Spanish Dictionary*, November 11, 2020.
<https://www.lexico.com/en/definition/revenge>.
- Manson, Mark. “The Best Revenge Is to Simply Improve Yourself.” *LinkedIn*, April 4, 2025.
https://www.linkedin.com/posts/markmanson_.
- Mariamy. “Balas Dendam Terbaik Adalah Menjadi Lebih Baik.” *RRI.Co.Id*, January 10, 2025. <https://rri.co.id/lain-lain/1244620/>.
- Matanggaran, Victor. “Balas Dendam Pada Suku Bugis Dan Makassar.” Skripsi: Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, 2015.
- Matsuda, Yaka, Ayako Baba, Ikuko Sugawara, Bo Kyung Son, and Katsuya Iijima. “Multifaceted Well-Being Experienced by Community Dwelling Older Adults Engaged in Volunteering Activities of Frailty Prevention in Japan.” *Geriatrics and Gerontology International* 1, no. 1 (2024): 273–78.
<https://doi.org/10.1111/ggi.14826>.
- McCullough, Michael E., Robert Kurzban, and Benjamin A. Tabak. “Cognitive Systems for Revenge and Forgiveness.” *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 1 (2013): 1–15.
<https://doi.org/10.1017/S0140525X11002160>.
- Merriam-Webster. “Merriam-Webster: America’s Most Trusted Dictionary.” *Merriam-Webster.Com*, April 15, 2025.
<https://www.merriam-webster.com/dictionary/>.
- Muntaqo, Rifqi, and Robingun Suyud El-Syam. “Kongkalikong Jin Dan Manusia

- Dalam Konspirasi Jahat Santet Spektrum Etika Islam: Sebuah Realitas Yang Diperdebatkan.” *Tafsir Dan Studi Islam* 3, no. 2 (2021). <https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/mth/article/view/6468>.
- Muttaqin, Agus Mughni. “Balas Dendam Terbaik Menurut Ajaran Islam.” *Kataini.Com*, December 27, 2024. <https://www.kataini.com/artikel/118022/>.
- Naim, Rania. “The Best Revenge Is Self-Love.” *Thoughtcatalog.Com*, January 22, 2021. <https://thoughtcatalog.com/rania-naim/>.
- Najah, Lulu Sufrotun. “Memaafkan Untuk Mengatasi Kekecewaan Traumatis Akibat Kekerasan Dalam Pacaran Dikalangan Mahasiswi Purwokerto.” Skripsi: Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2024.
- Neckel, Sighard. “Grudge: The Emotional Side of Resentment.” *Emotions and Society* 5, no. 2 (2023): 139–146. <https://doi.org/10.1332/263169021X16704197265552>.
- Novia Ariqoh, Anisatun, Ngarifin Ngarifin, and Robingun Suyud El-Syam. “Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Tentang Bersikap Sabar Pada Kisah Nabi Yusuf Dalam Al-Qur’an (Kajian Q.S. Yusuf Ayat 90).” *Jurnal Pendidikan Indonesia* 3, no. 6 (2022): 584–590. <https://doi.org/10.59141/japendi.v3i06.985>.
- O’Connor, Kieran, and Gabrielle S. Adams. “Affective Antecedents of Revenge.” *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 01 (2013): 29–30. <https://doi.org/10.1017/S0140525X12000556>.
- Potegal, Michael. “Revenge: An Adaptive System for Maximizing Fitness, or a Proximate Calculation Arising from Personality and Social-Psychological Processes?” *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 1 (2013): 33–34. <https://doi.org/10.1017/S0140525X12000441>.
- Qosiimah, Aulia Khoirunni aa’, Renaya Felisha, Erika Ananda, Wismanto Wismanto, and Ilham Hudi. “Wujud Rahmatan Lil Alamin Dalam Kehidupan Berbangsa Dan Bernegara.” *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam* 2, no. 2 (2024): 01–13. <https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i2.64>.
- Restall, Greg. “Curry’s Revenge: The Costs of Non-Classical Solutions to the Paradoxes of Self-Reference.” In *Revenge of the Liar*, 262–271, 2023. <https://doi.org/10.1093/oso/9780199233915.003.0012>.
- Sell, Aaron N. “Revenge Can Be More Fully Understood by Making Distinctions between Anger and Hatred.” *Behavioral and Brain Sciences* 36, no. 01 (2013): 36–37. <https://doi.org/10.1017/S0140525X1200060X>.
- Shaikh, Muhammad Ali. “A Research Article on Marriage Customs of Sindh in The Teaching of Islam.” *Al-Aijaz Research Journal of Islamic Studies & Humanities* 6, no. 2 (2022): 218–38. [https://doi.org/10.53575/u20.v6.02\(22\)218-238](https://doi.org/10.53575/u20.v6.02(22)218-238).
- St-Amand, Jérôme, Jonathan Smith, and Mélissa Goulet. “Correction to: Is Teacher Humor an Asset in Classroom Management? Examining Its Association with Students’ Well-Being, Sense of School Belonging, and Engagement.” *Current Psychology* 43, no. 3 (2024): 2499–2514. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04619-9>.
- Storch, Eric A., and Rick Yang. “Welcoming 2024: Supporting Students’ Well-Being.” *Children’s Health Care* 53, no. 2 (2024): 109–12. <https://doi.org/10.1080/02739615.2024.2306085>.
- Sun, Rui, Alisa Balabanova, Claude Julien

- Bajada, Yang Liu, Mariia Kriuchok, Silja Riin Voolma, Mirna Đurić, et al. "Emotional Experiences and Psychological Well-Being in 51 Countries During the COVID-19 Pandemic." *Emotion* 24, no. 2 (2024): 397–411.
<https://doi.org/10.1037/emo0001235>.
- Takeuhi, Masumi, and Keiko Katagiri. "Effects of Workplace Ageism on Negative Perception of Aging and Subjective Well-Being of Older Adults According to Gender and Employment Status." *Geriatrics and Gerontology International* 24, no. 1 (2024): 259–65.
<https://doi.org/10.1111/ggi.14819>.
- Thomas, Tessa Thejas, Katherine B. Carnelley, and M. Hart Claire. "Phubbing in Romantic Relationships and Retaliation: A Daily Diary Study." *Computers in Human Behavior* 137, no. 1 (2022): 107398.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>.
- Veretilnyk, Oleksandr. "Reintegration of Former Collaborators into the Labor Market of the Islamic Emirate of Afghanistan: Problems and Prospects." In *Conference: Conferinta Stiintifica Internationala "Strategii Si Politici de Management in Economia Contemporana"*, Editia VII, 160–66, 2023.
<https://doi.org/10.53486/icspm2022.26>.
- Webber, Bridget. "'The Best Revenge Is Not to Be Like Your Enemy' (Marcus Aurelius)." *Medium*, December 16, 2022. <https://medium.com/bridget-webber-writes-mental-health-tips/>.
- Wong, Jo-yen. "(Hetero)Normative Chinese Femininity in Danmei: A Case Study of Moxiang Tongxiu's Tianguan Cifu." *East Asian Journal of Popular Culture*, 2023.
https://doi.org/10.1386/eapc_00102_1.
- Zaytseva, Olga, and Pavel Katyshev. "Revenge Porn: On the Problem of Linguistic Analysis of Pornographic Content." *Legal Linguistics* 30 (2023): 71–77.
[https://doi.org/10.14258/leglin\(2023\)3012](https://doi.org/10.14258/leglin(2023)3012).