

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkawinan adalah sebuah ikatan yang sah antara laki-laki dan perempuan dimana keduanya terlibat secara seksual, memiliki dan membesarkan anak. Menikah akan memberikan status baru kepada pasangan, membentuk *intimacy*, memberikan dukungan sosial, dan menghindarkan seseorang dari rasa kesepian. Pasangan yang menikah akan saling membentuk intimasi, afeksi, dan dukungan satu sama lainnya, adanya rasa saling menghargai serta rasa saling menyayangi (Strong, DeVault, dan Cohen 2011).

Santrock (2002) mengungkapkan salah satu tugas perkembangan tersebut adalah tergabung menjadi keluarga melalui pernikahan. Pernikahan merupakan penyatuan dua pribadi yang unik dengan membawa pribadi masing-masing berdasarkan latar belakang budaya serta pengalamannya. Brubaker (Papalia, 2004) menyebutkan bahwa kesuksesan dalam pernikahan sangat bergantung pada bagaimana pasangan berkomunikasi, membuat keputusan, dan berhadapan dengan konflik.

Konflik yang paling sering timbul dalam pernikahan adalah masalah yang berhubungan dengan finansial, anak, dan ketidakjujuran pasangan (Atwater, 1983). Ditambahkan oleh Soedarjoen (2011) bahwa salah satu bentuk ketidakjujuran dalam pernikahan adalah ketidaksetiaan (*infidelity*) yang dapat merusak kepercayaan dan kesetiaan pasangan suami istri.

Menurut badan statistik di Indonesia, pada tahun 2010 perselingkuhan menempati urutan kedua penyebab perceraian (Takariawan, 2015). Provinsi yang menempati peringkat teratas pada kasus perceraian karena perselingkuhan adalah Jawa Timur dengan 7.122 kasus, disusul kemudian oleh Jawa Barat dengan 3.650 kasus dan Jawa Tengah dengan 2.503 kasus. Berdasarkan data tersebut, secara keseluruhan pada tahun 2010 di Indonesia terdapat 10.029 kasus perceraian karena perselingkuhan (Yakub, 2011).

Hawari (Gifari, 2012) menjelaskan sebagian besar penyebab krisis keluarga adalah perselingkuhan dan dominan dilakukan pihak suami. 90% perselingkuhan dilakukan oleh suami, dan para isteri hanya 10%. Fakta di lapangan, fenomena menjamurnya kasus-kasus perselingkuhan, terjadi seiring dengan proses modernisasi, yang berdampak pada perubahan tata nilai kehidupan. Dengan kian menipisnya etika moral dan agama masyarakat, pintu perselingkuhan semakin lebar terbuka. Para suami cenderung berselingkuh dengan wanita lain disebabkan adanya peluang dan kelalaian. Selain itu, meningkatnya karir laki-laki, diikuti kelebihan penghasilan, menjadi faktor utama para suami lengah dan membuka peluang untuk berselingkuh.

Menurut Snyder, Coop, dan Baucom (2007), perselingkuhan adalah suatu hubungan rahasia yang dilakukan tanpa sepengetahuan pasangan resmi yang apabila perbuatan tersebut terkuak oleh pasangan resmi, maka akan mengakibatkan berbagai dampak negatif pada pasangan resmi seperti

hilangnya rasa percaya terhadap orang sekitar, marah, hilang percaya diri, menutup diri dari pergaulan, dan gangguan dalam menjalani aktifitas sehari-hari. Dampak negatif ini dapat berlangsung dalam jangka waktu yang panjang dan terakumulasi menjadi PTSD atau stres pasca trauma, hal ini dikarenakan perselingkuhan adalah sebuah peristiwa yang dapat dikatakan sebagai peristiwa traumatis.

Lisapaly (2017) menyatakan saat seseorang diselingkuhi pasangannya, pada akhirnya hal tersebut menimbulkan pertengkaran. Adapun efek langsung yang dirasakan antara lain seperti kemarahan, perasaan sakit hati hilangnya intimasi dan kepercayaan terhadap pasangan. Apabila hal ini dibiarkan tentu akan ada efek negatif yang dirasakan semakin menjadi parah yang dapat berakibat pada munculnya depresi dan kecemasan. Sehingga hal ini berdampak pada *psychological well-being* orang tersebut. Diharapkannya dengan memaafkan, seseorang dapat merasakan ketenangan, dan kelegaan di dalam dirinya sehingga dalam memberi dampak yang baik pada kesejahteraan orang tersebut.

Kulcsár (2006) menjelaskan bahwa memaafkan penting karena memiliki peran positif untuk menjaga kesehatan fisik dan mental. Banyak peneliti menyebutkan beberapa Aalgaard, Bolen, dan Nugent (2016); Fincham dkk (2015); mengungkapkan bahwa jika seseorang tidak dapat memaafkan orang lain, maka akan terjadi kekacauan yang mempengaruhi hubungannya dengan orang lain. Sebuah penelitian dilakukan oleh Friedberg, Suchday, dan Shelov (2007) mengungkapkan

bahwa tingkat seseorang yang lebih tinggi kemungkinan untuk memberi maaf dikaitkan dengan tekanan darah diastolik yang lebih rendah. Hal tersebut menyiratkan bahwa sebagai keadaan psikologis, pengampunan berkontribusi pada kesehatan seseorang. Temuan studi tersebut berhasil menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara pengampunan dan penyembuhan fisik.

Hal serupa pada penelitian yang dilakukan Kyler R. Rasmussen dkk dengan dengan judul "*Meta-analytic connections between forgiveness and health: the moderating effects of forgiveness-related distinctions*" bahwa memberikan maaf memiliki tiga manfaat yang pertama: memaafkan baik untuk kesehatan jantung. Kedua, memaafkan menjadi cara untuk sehat secara menyeluruh. Penelitian lainnya menjelaskan bahwa pemaafan berhubungan positif dengan lima ukuran kesehatan: gejala fisik, obat yang digunakan, kualitas tidur, kelelahan, dan keluhan somatik. Pengurangan dampak negative (gejala depresi), penguatan spiritualitas, manajemen konflik, dan menghilangkan stress. Ketiga, pemaafan memberikan efek perilaku orang lain terhadap pemberi maaf.

Pada penelitian yang dilakukan Widhikora dan Rusli (2013) dengan judul "Hubungan antara Pemaafan dan *Psychological Well-Being* Pada Individu Yang Menikah. Sebuah Studi Pada Individu Dewasa Muda dan Madya" memiliki hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemaafan dan *psychological well-being* pada pasangan yang menikah.

Semakin tinggi pemaafan yang dimiliki oleh individu yang menikah, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki.

Lebih lanjut penelitian yang dilakukan Bono, dkk (2006) melakukan Pemaafan dapat mempengaruhi *Psychological well being* yang lebih baik. Individu yang melakukan pemaafan dapat mengoptimalkan emosi positif yang lebih tinggi dan dapat dikatakan bahwa memiliki emosi negatif yang rendah, meningkatnya kepuasan hidup dan rendahnya laporan mengenai gejala kesehatan fisik.

Menurut Sari (2012) pada pasangan yang belum dapat memaafkan perselingkuhan pasangannya, hal ini dikarenakan adanya *ruminantion about transgression*, yaitu kecenderungan untuk terus menerus mengingat kejadian yang dapat menimbulkan kemarahan, sehingga menghalangi subjek untuk terciptanya perilaku memaafkan. Subiyanto (2011) menyatakan ketidakmampuan untuk memaafkan atau dimaafkan akan menjadi sumber hancurnya relasi, tak terlepas dari hubungan suami istri yang tentunya akan mengarah kepada keretakan keluarga.

Penerimaan maaf (*forgiveness*) merupakan sikap seseorang yang telah disakiti untuk tidak melakukan perbuatan balas dendam terhadap pelaku, tidak adanya keinginan untuk menjauhi pelaku, sebaliknya adanya keinginan untuk berdamai dan berbuat baik terhadap pelaku, walaupun pelaku telah melakukan perilaku yang menyakitkan (McCullough, Fincham, dan Tsang, 2003)

Pemaafan adalah ketika seseorang mengalami serangkaian perubahan motivasional, yaitu a) menurunnya motivasi membalas dendam pada pelaku; b) menurunnya motivasi menghindari pelaku; c) meningkatnya motivasi beritikad baik dan berdamai dengan pelaku, meskipun pelaku sudah melakukan tindakan yang menyakitkan (McCullough et al., 1997). Faturochman dan Wardhati (2006) menjelaskan bahwa pemaafan merupakan kesediaan untuk menanggalkan kekeliruan masa lalu yang menyakitkan, tidak lagi mencari-cari nilai dalam amarah dan kebencian, dan menepis keinginan untuk menyakiti orang lain atau diri sendiri.

Worthington dan Wade, 1996 mengemukakan bahwa pemaafan merupakan suatu proses yang diawali dengan kondisi tidak dapat memaafkan (unforgiveness). Sebelum individu mengalami pemaafan, ada suatu kondisi saat emosi yang diliputi kemarahan, kebencian, keinginan untuk menghindar dan melakukan pembalasan. Kondisi yang berkaitan dengan emosi seseorang ini dinamakan dengan unforgiveness. Salah satu pendapat menyatakan bahwa unforgiveness dapat dikelola dengan forgiveness. Forgiveness merupakan proses intrafisik individu melepas unforgiveness yang tidak sama dengan resolusi dan konflik. Orang-orang mungkin dapat menyelesaikan konfliknya dan tidak memaafkan atau mungkin memaafkan namun tidak dapat menyelesaikan konfliknya.

Individu yang melakukan pemaafan dapat mengoptimalkan emosi positif yang lebih tinggi. Hal ini dikarenakan pemaafan melibatkan pengurangan emosi negatif dengan membentuk emosi positif. Emosi positif

menyebabkan persepsi positif akan tumbuh kembali dan mempengaruhi kondisi suatu hubungan. Ketika tidak dapat memaafkan terjadi pada seseorang yang mengalami perselingkuhan, tidak dapat dipungkiri bahwa emosi negatif yang terus dibawa dapat mengganggu kehidupan sehari-hari (Dinda dan Sundari 2018).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan pada ketiga narasumber yaitu : Wawancara pertama dilakukan pada tanggal 8 Desember 2019 dengan subjek pertama, NN adalah seorang istri dari D. NN diselingkuhi suaminya sudah lebih dari satu tahun dengan teman kerjanya sendiri di sebuah perusahaan travel. Mengerti suaminya telah berselingkuh NN merasa benci terhadap suaminya. NN masih melayani suami ketika pulang kerumah, tetapi tiga bulan setelah perselingkuhannya suami sudah tidak pernah kunjung pulang. Sehingga membuat NN semakin merasa membenci suami yang sudah tidak mempedulikan dirinya beserta anaknya. Perselingkuhan suami tersebut membuat komunikasi NN dan suami sudah tidak terjalin, NN memutuskan untuk memblokir kontak suami dan semua akses media dan memutuskan untuk melupakan serta berpisah dari suaminya.

Wawancara kedua dilakukan pada tanggal 15 Desember 2019 dengan subjek kedua DV. DV menikah dengan suaminya R dan dikaruniai 2 orang anak. DV menceritakan selama 13 tahun pernikahan 4 tahun dirinya diselingkuhi oleh R. DV merasa kecewa dan sakit hati sampai stres dan berkeinginan untuk bunuh diri dengan meminum obat-obatan hingga

overdosis. DV sering memarahi suaminya jika R pulang ke rumah, bahkan mengusir R untuk tidak kembali kerumah. Ditambah DV kerap mendapatkan kekerasan verbal dan fisik dari suaminya, semakin membuat DV membenci R. Perselingkuhan suami yang dialami DV menjadi bahan pembicaraan orang lain, hingga DV menarik diri dari orang-orang sekitar. Dari kejadian perselingkuhan suaminya, DV semakin tidak menghargai suaminya seperti pergi dengan laki-laki lain hanya untuk membalas perbuatan suaminya yang sudah berselingkuh. DV juga tidak peduli R dan tidak percaya lagi dengan suaminya.

Wawancara ketiga dilakukan pada tanggal 18 Januari 2020, dengan subjek ketiga yaitu ASH, ASH menceritakan bahwa dirinya sudah diselingkuhi berkali-kali sejak awal menikah sampai pernikahannya dikaruniai 2 anak, saat ASH memiliki seorang anak suaminya sudah berselingkuh, ASH kemudian memutuskan ke luar negeri untuk memperbaiki ekonomi sekaligus melupakan kejadian perselingkuhan suaminya. ASH berharap hadirnya anak kedua membuat suaminya sadar dan berubah, tetapi ASH salah, suaminya berselingkuh lagi. Sejak saat itu ASH sudah tidak pernah menjalin komunikasi dengan suaminya, tidak pernah mau menjawab telepon maupun pesan yang dikirim oleh suaminya. ASH terlanjur sakit hati sampai berusaha bunuh diri, tetapi dihalangi oleh suami.

Berdasarkan fenomena yang didapati penulis tentang seorang istri yang diselingkuhi suami maka penulis tertarik melakukan penelitian

mengenai “faktor – faktor yang mempengaruhi pemaafan istri yang diselingkuhi suami”.



B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan istri yang diselingkuhi suami.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmu, meningkatkan dan menambah referensi di bidang Psikologi sosial, khususnya mengenai pemaafan istri yang diselingkuhi suami.

2. Manfaat Praktis.

a. Bagi Seorang Istri

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan para istri lebih tahu mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan istri yang diselingkuhi suami.

b. Peneliti lain yang berminat meneliti hal yang sama

Dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai sumber referensi bagi penelitian selanjutnya.