

**BAB II**  
**TINJAUAN TEORI**  
**PEMAAFAN**

**1. Pengertian Pemaafan**

Menurut Nashori (2014) pemaafan adalah kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain serta menumbuhkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil.

Thompson, dkk (2005) mendefinisikan bahwa pemaafan adalah perbaikan secara interpersonal dan intrapersonal (dalam diri) agar korban dapat memaafkan secara total. Selain itu pemaafan pada seseorang merupakan proses respon pada kesalahan yang dilakukan, agar respon tersebut dapat berubah dari negatif ke netral kemudian positif.

Sedangkan menurut Gani (2011), pemaafan merupakan proses melepaskan rasa nyeri kemarahan dan dendam yang disebabkan oleh pelaku. Lebih lanjut memaafkan dapat diartikan sebagai sebuah tindakan melepaskan belenggu dari pikiran dan perasaan yang mengikat seorang pelaku yang telah melanggar hak individu tersebut. Memaafkan merupakan pengalaman perpindahan dari suatu momen ke momen lain. Memaafkan juga dapat diartikan sebagai keputusan untuk mengalirkan rasa dendam dan hasrat melakukan pembalasan.

McCullough (1997) lebih lanjut mengemukakan bahwa memaafkan merupakan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti. Enright (1991) mendefinisikan memaafkan sebagai sikap untuk mengatasi hal-hal yang negatif dan penghakiman terhadap orang yang bersalah dengan tidak menyangkal rasa sakit itu sendiri tetapi dengan rasa kasihan, iba, dan cinta kepada pihak yang menyakiti.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan 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.

## **2. Faktor – Faktor yang mempengaruhi Pemaafan**

McCullough, Pargament, dan Thoresen (2000) menyebutkan bahwa terdapat empat faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan, yaitu :

### **a. Variabel Sosial Kognitif**

Perilaku memaafkan dipengaruhi oleh penilaian korban terhadap pelaku, penilaian korban terhadap kejadian, keparahan kejadian, dan keinginan untuk menjauhi pelaku. Hal lainnya yang mempengaruhi perilaku

memaafkan adalah *Rumination About the Transgression*, yaitu kecenderungan korban untuk terus menerus mengingat kejadian yang dapat menimbulkan kemarahan, sehingga menghalangi dirinya untuk terciptanya perilaku memaafkan.

b. Karakteristik Serangan

Seseorang akan lebih sulit memaafkan kejadian-kejadian yang dianggap penting dan bermakna dalam hidupnya. Misalnya, seseorang akan sulit memaafkan perselingkuhan yang dilakukan suaminya dibandingkan memaafkan perilaku orang lain yang menyelip antrian. Girard, Mullet, Ohbuchi, Kameda dan Agarie (McCullough, Pargament, dan Thoresen, 2000) menyebutkan semakin penting dan bermakna suatu kejadian, maka akan semakin sulit untuk seseorang memaafkan.

c. Kualitas Hubungan Interpersonal

Faktor lainnya yang mempengaruhi perilaku memaafkan adalah kedekatan atau hubungan antara orang yang disakiti dengan pelaku. Penelitian membuktikan bahwa pasangan cenderung akan memaafkan perilaku pasangannya apabila terciptanya kepuasan dalam perkawinan, kedekatan antara satu sama lainnya, dan adanya komitmen yang kuat (Roloff dan Janiszewski dalam McCullough, Pargament, dan Thoresen, 2000). Selain itu McCullough (2000) menambahkan adanya tiga bentuk hubungan yang berkaitan dengan diberikannya pemaafan. Pertama, selama menjalani masa perkawinan, adanya pengalaman atau sejarah yang dilalui bersama dimana pasangan satu sama lainnya saling berbagi perasaan dan

pikiran, sehingga ketika salah satu pasangan melakukan kesalahan, maka pasangannya akan dapat memaafkan dengan berempati terhadap kesalahan yang dilakukan oleh pasangannya. Kedua, kemampuan pasangan untuk memaknai bahwa peristiwa menyakitkan terjadi untuk kebaikan dirinya. Ketiga, pasangan yang melakukan kesalahan akan meminta maaf dengan memperlihatkan rasa penyesalan yang mendalam, sehingga pasangannya akan berusaha untuk memaafkan.

#### d. Faktor Kepribadian

Mauger, Sxon, Hamill dan Panell (McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000) menjelaskan bahwa perilaku memaafkan termasuk faktor *Agreeableness* (kerendahhatian). McCullough, Pargament, dan Thoresen (2000) menambahkan bahwa empati merupakan salah satu faktor yang memfasilitasi terjadinya perilaku memaafkan pada orang yang telah disakiti.

Menurut Enright dan Coyle (Witvliet, Ludwig, dan Laan, 2001) empati merupakan kemampuan untuk memahami dan melihat sudut pandang diri sendiri dan mencoba untuk mengerti faktor apa saja yang melatar belakangi perilaku seseorang. Pemaafan yang dilakukan seseorang merupakan suatu dinamika yang dipengaruhi oleh banyak hal.

Secara singkat Worthington dan Wade (Sundari, 2017) menjelaskan beberapa faktor personal (*big five, emotional intelligence, empathy, pride dan religion*) dan atribut spesifik suatu hubungan yang mempengaruhi *forgiveness*, yaitu :

- a. *Big Five* adalah teori sifat kepribadian yang terdiri dari *OCEAN* (*Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness dan Neuroticism*)

Para ahli berpendapat bahwa *agreeableness* berpengaruh kepada *forgiveness*. Kepribadian *agreeableness* yang tinggi adalah orang yang lembut, ramah, dapat dipercaya, mudah membantu, mudah memaafkan, mudah dibujuk, dan tidak bertele-tele (Costa & McCrae, 1992 dalam Pervin et al., 2010)

- b. *Emotional Intelligence*

Orang – orang dengan *emotional intelligence* yang tinggi dapat melihat situasi interpersonal dan mengontrol tindakan mereka untuk meningkatkan interaksi sosial yang positif.

- c. *Empathy*

Empati adalah kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Kemampuan untuk empati ini erat kaitannya dengan pengambilalihan peran. Melalui empati terhadap pihak yang menyakiti, seseorang dapat memahami perasaan pihak yang menyakiti. Berdasarkan alasan itulah beberapa penelitian menunjukkan bahwa empati berpengaruh terhadap proses *forgiveness* (McCullough dkk, 1997).

- d. *Pride*

Kebanggaan diri dikatakan menghambat pemaafan dan mendorong untuk menahan dendam sebagai gairah untuk menyelamatkan diri. Selain itu, orang yang penuh dengan kebanggaan terhadap diri mungkin lebih

mudah menahan serangan dan memiliki kesulitan untuk memaafkan, karena mereka merasa terluka.

*e. Religion*

Atribusi personal lain yang mungkin mempengaruhi *unforgiveness* dan *forgiveness* adalah keterlibatan agama. Beberapa agama menilai interpersonal *forgiveness* lebih utama dari yang lain.

*f. Valence of the Relationship*

Beberapa orang mengakui sakit hati yang mereka rasakan untuk mengakuinya sebagai sesuatu yang sangat menyakitkan. Kadang-kadang rasa sakit membuat mereka takut seperti orang yang dikhianati dan diperlakukan secara kejam. Mereka merasa takut mengakui sakit hatinya, karena dapat mengakibatkan mereka membenci orang yang sangat dicintainya, meskipun melukai. Mereka menggunakan berbagai cara untuk menyangkal rasa sakit hati mereka. Pada sisi lain, banyak orang yang merasa sakit hati ketika mendapatkan bukti bahwa hubungan interpersonal yang mereka kira akan bertahan lama ternyata hanya bersifat sementara.

*g. Willingness to Sacrifice for the Relationship*

Keinginan untuk mendapatkan hubungan yang memiliki kepuasan terkadang menolak beberapa hal yang terlihat buruk dalam suatu hubungan. Sebagai contoh, ketika terjadi penyerangan untuk memiliki kepuasan hubungan akan mengurangi *unforgiveness*. Mencari-cari dan mengharapkan *forgiveness* adalah hal yang mahal karena mengundang kepuasan hubungan.

#### *h. Commitment*

Seseorang yang *forgive* terhadap kesalahan pihak lain dapat dilandasi oleh komitmen yang tinggi pada relasi mereka. Ada empat alasan mengapa komitmen berpengaruh terhadap *forgiveness* dalam hubungan interpersonal. Pertama, pasangan yang *forgive* pada dasarnya mempunyai motivasi yang tinggi untuk menjaga hubungan. Kedua, dalam hubungan yang erat ada orientasi jangka panjang dalam menjalin hubungan diantara mereka. Ketiga, dalam kualitas hubungan yang tinggi kepentingan satu orang dan kepentingan pasangannya menyatu. Keempat, kualitas hubungan mempunyai orientasi kolektivitas yang menginginkan pihak-pihak yang terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan diantara mereka (McCullough dkk, 1998).

Dari uraian diatas menurut dua ahli tersebut, pemaafan memiliki faktor yang penting yaitu ; 1) Sosial kognitif, 2) Karakteristik serangan, 3) Kualitas hubungan interpersonal, 4) Faktor kepribadian, 5) Kepribadian Big Five, 6) Kecerdasan Emosi, 7) Empati, 8) Pride, 9) Religion, 10) Nilai suatu hubungan, 11) Kesiediaan berkorban untuk hubungan, dan 12) Komitmen.

Dari faktor-faktor yang ada tersebut, penulis menggunakan faktor dari McCullough, Pargament, & Thoresen (2000) yaitu sosial kognitif, karakteristik serangan, kualitas hubungan interpersonal, faktor kepribadian yang selanjutnya akan dijadikan acuan penulis untuk digunakan dalam penelitian ini.

## A. Perselingkuhan

Menurut Ulfiah (Lusterman 2016), kata perselingkuhan berarti melanggar kepercayaan. Perselingkuhan terjadi jika dalam suatu hubungan yang terikat janji yang sakral, salah satu pasangan tetap percaya akan janji setia terhadap pasangannya, sementara pasangan lainnya diam-diam melanggarnya dengan pihak ketiga yang bukan pasangan resminya. Sedangkan menurut Ginanjar (2009), perselingkuhan adalah suatu hubungan antara dua orang yang bukan merupakan pasangan sahnyanya, yang dapat terjadi baik secara emosional maupun seksual, yang dilakukan secara sembunyi-sembunyi karena merupakan perbuatan yang melanggar komitmen terhadap pasangannya.

Satiadarma (2001) menyatakan bahwa perselingkuhan adalah hubungan yang dilakukan oleh salah satu pasangan yang telah menikah dengan orang lain yang bukan merupakan pasangannya secara resmi. Satiadarma (2001) membedakan beberapa pengertian perselingkuhan berdasarkan ketertarikan emosional, yaitu :

### a. *Serial Affair*

Merupakan penyelewengan yang dilakukan lebih dari satu orang dengan berganti-ganti pasangan tanpa adanya ketertarikan emosional dan komitmen tertentu diantara keduanya.

### b. *Flings*

Perselingkuhan belum menunjukkan adanya ketertarikan emosional dan komitmen apapun terhadap pasangan selingkuhannya.

*c. Romantic Love Affair*

Perselingkuhan telah melibatkan keterikatan emosional yang mendalam, sehingga suami atau istri saling peduli terhadap pasangan selingkuhannya.

*d. Long-Term Affair*

Perselingkuhan ini berlangsung bertahun-tahun bahkan mungkin sepanjang perkawinan.

**B. Dinamika Pemaafan Istri yang Diselingkuhi Suami**

McCullough dan Worthington (2006) menjelaskan bahwa pemaafan adalah fenomena yang kompleks yang berhubungan dengan emosi, pikiran dan tingkah laku sehingga dampak dan penghakiman yang negatif terhadap orang yang menyakiti dapat dikurangi.

Dalam memaafkan idealnya sikap dan perasaan negatif memang harus digantikan dengan sikap dan perasaan positif, namun pada kenyataannya hal ini tidak mudah dilakukan, apalagi secara cepat. Selalu ada persoalan psikologis diantara pihak yang pernah mengalami keretakan hubungan akibat suatu kesalahan. Oleh karena itu, pemaafan secara dewasa bukan berarti menghapus seluruh perasaan negatif tetapi menjadi sebuah keseimbangan perasaan (Smedes, 1984).

Keinginan untuk berbuat positif tidak berarti menghapuskan perasaan negatif yang pernah ada. Suatu keseimbangan akan dicapai jika hal yang positif dan negatif berkoeksistensi. Hal ini hanya dapat dicapai bila

masing-masing individu mampu belajar menyadari bahwa setiap orang mempunyai kekurangan masing-masing. Peristiwa menyakitkan boleh jadi dilakukan oleh seorang teman tetapi mungkin dirinya juga turut berperan atas terjadinya peristiwa tersebut. Kesadaran seperti inilah yang lebih dibutuhkan daripada usaha membuat ilusi mengganti semua pengalaman negatif menjadi hal positif. (Wardhati dan Faturochman, 2006)

Nilakusmawati dan Srinadi (2007) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa perselingkuhan juga menyebabkan hilangnya ketenteraman dalam rumah tangga. Ketenteraman yang dimaksud adalah hilangnya keharmonisan, kurangnya perhatian, serta terganggunya perkembangan jiwa anak. Fisher (Then, 2008) menjelaskan bahwa perselingkuhan menjadi faktor utama penyebab perceraian. Walaupun terbongkarnya sebuah perselingkuhan tidak secara langsung mengakibatkan perceraian, namun hubungan tersebut dapat mengikis rasa percaya dan apabila terjadi terus-menerus akan berujung pada perceraian.

Perselingkuhan yang dilakukan suami adalah sebuah tamparan hebat bagi harga diri istri, tak heran bila duka yang ditinggalkan sangat menyakitkan dan sulit disembuhkan. Dampak yang ditinggalkan karena perselingkuhan ini akan memengaruhi seluruh aspek dalam kehidupan perempuan sebagai seorang istri, berbagai perasaan negatif yang amat intens dialami dalam waktu bersamaan. Kemarahan, perasaan kehilangan hingga perasaan tidak berdaya tidak jarang menyebabkan perubahan suasana hati yang berlangsung cepat (Zalafi, 2015).

Ketika seorang istri mengetahui perselingkuhan suaminya, maka istri akan dihadapkan pada dua pilihan, apakah akan menerima kembali dan memaafkan atau memutuskan hubungan pernikahannya. Istri sebagai korban perselingkuhan mengalami konflik antara tetap bertahan dalam pernikahan karena masih mencintai suami dan anak-anak dengan ingin segera bercerai karena perbuatan suami telah melanggar prinsip utama pernikahan mereka (Hargrave, 2008).

McCullough, Pargament dan Thoresen (2000), menyebutkan bahwa terdapat empat faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan, yaitu : (a) variabel sosial kognitif, (b) karakteristik serangan, (c) kualitas hubungan interpersonal, dan (d) faktor kepribadian.

Pada informan pertama, NN tidak menyangka bahwa dirinya akan mendapati suaminya berselingkuh dengan orang lain yaitu teman kerja suami disebuah perusahaan travel. Informasi yang NN dapatkan bahwa suaminya benar-benar selingkuh dan suami yang sudah tidak pernah pulang kerumah membuat hati NN terluka. Meskipun NN dapat berpikir positif namun jika sedang sendirian NN terkadang merasa berat untuk menjalani hidup sendirian. Suami yang telah abai dan tidak pernah memberikan informasi mengapa dirinya berselingkuh membuat NN tidak menjalin hubungan lagi dengan suaminya.

Seperti halnya pada informan kedua DV, DV sempat merasakan stress karena suaminya berselingkuh, setelah suaminya berselingkuh DV enggan untuk memenuhi semua kebutuhan suami, seperti memasak dan

mencuci pakaian serta kebutuhan yang lain. DV merasa bahwa suaminya yang telah membuat hubungan rumah tangganya berantakan, tidak memenuhi nafkah, tidak menjadi seorang ayah yang baik, ditambah kekerasan yang didapatkan DV membuat DV semakin membenci suami dan berkeinginan untuk bercerai. Sejak perselingkuhan suami DV enggan untuk melakukan komunikasi dan hubungan bersama suami, DV merasa benci ketika melihat suami yang tidak pernah menyadari kesalahannya telah mengkhianati DV. Selain itu DV juga kerap mendapatkan kekerasan verbal maupun fisik dari suami yang membuat DV merasa tidak dapat memaafkan suami.

Berbeda halnya dengan informan ketiga ASH, ASH berkali-kali telah memberikan kesempatan kepada suami, suami yang belum berpikir dewasa dan masih ingin bersenang-senang selalu berselingkuh dan berganti-ganti pasangan membuat ASH terbiasa dengan perselingkuhan suami, ASH masih berharap untuk suaminya bisa kembali kepada dirinya, tetapi ASH kembali mengetahui perselingkuhan suami hingga menikah secara diam-diam, dari perselingkuhan suami hingga menikah tanpa sepengetahuan ASH membuat ASH benar-benar sudah tidak mampu lagi untuk mempertahankan rumah tangganya. ASH memilih untuk pergi dari kehidupan suami dan hidup bersama dengan anak-anaknya.

Berdasarkan pendapat dari McCullough, dkk (2000) dapat disimpulkan bahwa keempat faktor tersebut saling berkaitan dan tidak harus saling berurutan seperti di atas dan mungkin memiliki kekuatan yang

berbeda-beda dalam suatu hubungan. Pemaafan dalam perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangan membutuhkan proses yang tidak mudah, mungkin membutuhkan waktu yang lama, karena korban perselingkuhan yang memilih untuk menyelamatkan keutuhan rumah tangga mereka atau memilih untuk berpisah daripada bertahan tetapi menyakitkan hati korban.



#### D. Skema Alur Pikir Faktor Pemaafan Istri yang di Selingkuhi Suami

Gambar 1 : Skema Alur Pikir Penelitian

