

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa bertumbuh dan berkembang kearah kematangan fisik, sosial, dan psikologis yang terjadi pada diri seseorang. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKBN) dalam Infodatin Kemenkes RI masa remaja berlangsung mulai dari rentang usia 10 tahun hingga 24 tahun dan belum menikah. Menurut Kroger (2007), masa remaja dibagi dalam tiga tahapan, yaitu remaja awal, pertengahan dan akhir. Lebih lanjut dijelaskan bahwa rentang usia remaja awal dimulai pada umur 11 tahun hingga 14 tahun, remaja pertengahan pada umur 15 tahun hingga 17 tahun, dan remaja akhir pada umur 18 tahun hingga 22 tahun.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik sensus penduduk 2020 jumlah penduduk menurut kelompok umur, remaja usia 15-19 tahun sebanyak 23,12 juta jiwa sedangkan usia remaja usia 20-24 tahun sebanyak 22,95 juta jiwa. Sedangkan jumlah penduduk menurut kelompok umur di Yogyakarta pada tahun 2020 berdasarkan data Badan Pusat Statistik, remaja usia 15-19 tahun sebanyak 274,40 jiwa dan remaja usia 20-24 tahun sebanyak 286,30 jiwa.

Dalam tahapan perkembangan, remaja memiliki tugas yang harus dipenuhi agar remaja mampu memenuhi tugas-tugas dalam tahap perkembangan selanjutnya yaitu masa dewasa. Hurlock (2015), menyebutkan salah satu tugas pada masa remaja adalah mampu membangun hubungan baik dengan lawan jenis. Pada masa

remaja, banyak remaja terlibat dalam perilaku berpacaran. Umumnya remaja sudah mulai terlibat dalam hubungan pacaran semenjak memasuki tahapan remaja pertengahan.

Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI khususnya komponen Kesehatan Reproduksi Remaja (KKR), menginjak usia 15 tahun sampai 17 tahun remaja sudah mulai berpacaran untuk pertama kalinya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa sebanyak 33,3% pada remaja perempuan dan sebanyak 34,5% pada remaja laki-laki mulai berpacaran saat mereka mulai memasuki usia 15 tahun. Dilansir dari liputan6.com berdasarkan Survei Demografi dan kesehatan Indonesia 2017 diungkapkan bahwa sebanyak 81% pemuda sudah terlibat dalam hubungan berpacaran sedang pemuda sebanyak 84% terlibat dalam hubungan berpacaran.

Hubungan pacaran dimaksudkan untuk mengeksplorasi dan mencari jawaban tentang siapakah diri remaja. Berpacaran pada remaja adalah hal yang umum dan penting sebagai cara remaja untuk menemukan pasangan hidup yang akan dibawa ke jenjang pernikahan pada tugas tahap perkembangan dewasa (Nadya, 2017).

Pacaran adalah hubungan romantis antara laki-laki dan perempuan yang berlandaskan rasa saling suka dan melibatkan perasaan cinta, sayang, perhatian sehingga berkomitmen untuk bersama dalam hubungan kedekatan yang romantis. Menurut Tridarmanto (2017), pacaran merupakan hubungan yang sederhana maupun kompleks dan dalam prosesnya individu yang saling tertarik melakukan perencanaan untuk bisa bersatu. Melalui pacaran remaja saling mengenal satu sama

lain, menjadi teman berbagi dalam suka maupun duka, membangun komunikasi yang baik, saling mendukung, dan melakukan berbagai kegiatan bersama yang mungkin tidak dilakukan pada hubungan pertemanan biasa.

Dalam hubungan pacaran, sudah sewajarnya laki-laki dan perempuan yang menjalin hubungan memiliki komitmen untuk menjaga hubungan. Menurut Seno (2018) komitmen memiliki peranan yang besar dalam hubungan pacaran, komitmen menjelaskan tentang apa saja tanggung jawab dan hak terhadap pasangan sehingga antar pasangan bisa saling menghargai satu sama lain. Dalam hubungan pacaran adakalanya individu melanggar komitmen yang telah dibangun, salah satunya yaitu perselingkuhan. seseorang yang melakukan perselingkuhan adalah orang yang tidak mampu menjaga komitmen.

Menurut Mayadevi (2019), perselingkuhan adalah tindakan tidak jujur terhadap pasangan yang dilakukan dengan menjalin hubungan dengan orang lain tanpa sepengetahuan pasangan. Menurut Seno (2018) ada dua bentuk perselingkuhan yang sering terjadi yaitu selingkuh secara emosional dan selingkuh secara fisik atau seksual atau bisa juga perselingkuhan yang melibatkan keduanya. Shaleha dan Kurniasih (2021) mengungkapkan dua bentuk perselingkuhan yang terjadi dalam hubungan yaitu selingkuh secara emosional adalah ketika seseorang menciptakan jarak secara emosional dengan pasangannya. Perilaku tersebut antara lain menaruh perasaan tertarik pada oranglain, menaruh perhatian pada orang lain, jatuh cinta terhadap orang lain, berbohong terhadap pasangan, membahas hubungan dengan orang lain dan memiliki perasaan romantis pada orang lain. Sedangkan selingkuh secara fisik atau seksual dilakukan dengan berniat melakukan hubungan

seksual dengan orang lain, menggoda orang lain, dan melakukan keintiman dengan orang lain seperti berpegangan tangan, mencium, membelai, dan melakukan hubungan seksual dengan orang lain. Perselingkuhan baik secara fisik maupun emosional bisa terjadi baik secara langsung maupun tidak langsung melalui media elektronik.

Sedangkan menurut Subotnik dan Harris (dalam Veyanti 2016) ada beberapa tipe perselingkuhan secara emosional yaitu *serial affair* yaitu perselingkuhan yang terjadi berulang kali namun hanya melibatkan sedikit emosi, yang ke dua ada tipe *flings* atau cinta satu malam, *romantic love affair* yaitu tipe perselingkuhan yang melibatkan emosi yang mendalam, dan yang terakhir adalah *long term affair* yaitu perselingkuhan yang melibatkan emosional yang sangat dalam bahkan lebih mementingkan selingkuhan dibanding pasangannya sendiri.

Perselingkuhan dalam hubungan pacaran yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu ketika seseorang merasa tertarik atau jatuh cinta pada orang lain, melakukan keintiman dengan orang lain baik secara langsung maupun tidak langsung melalui media elektronik, dan mencurahkan perhatian lebih kepada orang lain dimana hal ini dilakukan dengan sengaja dan tanpa sepengetahuan pasangannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa perselingkuhan yang dilakukan baik secara emosional maupun secara fisik.

Perselingkuhan bisa terjadi disebabkan oleh perasaan bosan terhadap pasangan, kurangnya perhatian yang didapat dari pasangan, hubungan pacaran jarak jauh, terlalu sering berkonflik dengan pasangan, dan lain-lain. Menurut Seno

(2018), faktor yang mendorong seseorang untuk melakukan perselingkuhan yaitu rasa bosan dan jenuh pada hubungan yang monoton sehingga timbul keinginan untuk mencari sesuatu yang baru pada orang lain selain pasangannya. Faktor lainnya yaitu kurangnya perhatian yang didapat menjadi salah satu penyebab perselingkuhan bisa terjadi.

Perselingkuhan yang terjadi dalam hubungan berpacaran dapat menyebabkan kekecewaan, perasaan sedih, marah, kehilangan kepercayaan terhadap pasangan, perasaan luka yang mendalam hingga berakhirnya hubungan. Perselingkuhan bukan hanya menyebabkan perasaan sakit hati, tetapi juga memunculkan perasaan benci bahkan bisa saja menimbulkan tindakan kekerasan nonfisik dan fisik seperti marah-marah, mengumpat, memukul hingga keinginan untuk balas dendam.

Memendam perasaan - perasaan negatif dalam diri dapat menimbulkan dampak negatif seperti mengalami stress, frustrasi, cemas, sulit membangun relasi, kehilangan kepercayaan diri maupun kepercayaan interpersonal, mudah marah, mudah curiga, hingga indikasi tindakan kekerasan baik secara fisik maupun verbal ketika teringat perlakuan buruk dan tidak menyenangkan dari perselingkuhan yang pernah terjadi sehingga berpengaruh terhadap kesehatan fisik menurun misalnya sakit kepala, maag, menurunnya nafsu makan, dan menurunnya kualitas tidur akibat stress.

Menurut Ortman (Dalam Padmavathi, Sunitha dan Jothimani 2019) seseorang yang mengalami kecemasan atau kekhawatiran berlebihan setelah

mengalami perselingkuhan bisa mengalami *Post-Infidelity Stress Disorder* (PISD). PISD ditunjukkan dengan gejala selalu teringat akan pengkhianatan pasangan yang pernah dialaminya bahkan perasaan ini masih sering dialami meski telah menjalin hubungan dengan orang baru. Menurut Padmavathi, Sunitha dan Jothimani (2019) sebesar 20% hingga 40% orang yang pernah diselingkuhi berisiko mengalami hal ini.

Sulit untuk melupakan kejadian perselingkuhan yang pernah terjadi bisa disebabkan oleh korban belum mampu untuk memaafkan kesalahan yang pernah dilakukan oleh pasangannya. Dalam Padmavathi, Sunitha dan Jothimani (2019) beberapa karakteristik orang yang mengalami *Post-Infidelity Stress Disorder* mirip dengan gejala pemaafan yang rendah. lebih lanjut dijelaskan bahwa orang yang mengalami perselingkuhan melakukan penghindaran baik secara pikiran, perasaan, atau percakapan yang terkait dengan trauma hal ini sejalan dengan gejala pemaafan yang rendah dimana salah satu aspek memaafkan adalah motivasi mengindar yang jika individu sudah memaafkan maka individu tersebut tidak akan menghindari segala hal yang berkaitan dengan kejadian menyakitkan yang pernah dialami.

Selain itu seseorang yang memiliki pemaafan seharusnya memiliki motivasi melakukan niat baik serta menurunnya keinginan membalas dendam. Namun pada korban perselingkuhan justru menjadi sibuk dengan bagaimana mereka menjadi korban, yang menyebabkan mereka menjadi marah pada pelaku. Jika korban sudah memaafkan justru korban akan berusaha untuk menghilangkan perasaan negatif dan menunjukkan perilaku yang lebih positif.

Pemaafan menurut McCullough, Worthington, Everentt, & Rachal (1997) merupakan menurunnya keinginan untuk membenci dan membalas kelukaan pada mereka yang melakukan kesalahan dan menumbuhkan motivasi untuk memperbaiki relasi dengan orang yang telah melakukan kesalahan. Menurut Oktaviani (2020) pemaafan diberikan untuk melepaskan emosi negatif dan menggantikannya dengan emosi positif. Menurut Nashori (dalam Kusprayogi & Nashori 2016) dengan pemaafan, berarti individu mau melupakan segala hal yang menyakitkan yang terjadi dalam hubungan interpersonal dan mau meningkatkan segala pemikiran, perasaan serta relasi yang lebih baik pada mereka yang pernah menyakiti.

Ada tiga aspek pemaafan yang diungkapkan oleh McCullough, Root, dan Cohen (2006) yaitu: (1) Motivasi menghindar yaitu menurunnya keinginan untuk menghindari pelaku. (2) Motivasi membalas dendam yaitu menurunnya dorongan untuk membalaskan sakit hati pada pelaku. (3) Motivasi melakukan niat baik yaitu meningkatnya motivasi untuk tetap menjaga hubungan baik dengan pelaku.

Memaafkan kesalahan orang lain bukanlah suatu hal yang mudah untuk dilakukan. Ada batas toleransi yang biasanya ditetapkan secara tidak langsung tentang kesalahan seperti apa yang layak untuk dimaafkan. Begitu pula pemaafan yang dilakukan oleh remaja korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran. Individu yang tidak bisa menerima perselingkuhan cenderung akan langsung mengakhiri hubungan. Namun, ada juga yang memilih untuk tetap bertahan dalam hubungan sambil berharap pasangan mau untuk berubah. Berdasarkan hasil survey pada subjek penelitian ditemukan bahwa sebanyak 32,6% subjek masih menjalin

hubungan pacaran dengan pasangan yang telah melakukan perselingkuhan dan 67,4% lainnya memilih untuk mengakhiri hubungan karena tidak bisa menerima perlakuan selingkuh yang dilakukan oleh pasangan. Mendapat perlakuan diselingkuhi bisa mengakibatkan luka dan trauma bagi siapa saja yang jika dibiarkan akan menimbulkan masalah kesehatan mental dan emosi sehingga individu perlu strategi mengelola emosi-emosi negatif salah satunya melalui pemaafan.

Putus dengan pasangan atau bertahan dalam hubungan setelah diselingkuhi adalah hak setiap individu. Yang terpenting adalah individu yang mengalami perselingkuhan tetap merasa baik-baik saja secara fisik maupun mental. Pada kenyataannya diselingkuhi adalah hal yang tidak menyenangkan bagi siapa saja dan hal ini tentu sulit untuk dilupakan dan dapat menimbulkan luka psikologis yang menyebabkan stress, trauma, serta khawatir dan cemas berlebih. Oleh karena itu pemaafan bisa menjadi salah satu cara untuk menyembuhkan luka psikologis ini. Pemaafan bisa menjadi cara untuk berdamai dengan masa lalu demi kebaikan diri sendiri. Nashori (2011) dengan memaafkan, individu dapat memperoleh manfaat positif seperti meningkatkannya kualitas hidup individu.

Natasya, Pande & Susilawati (2020) menjelaskan bahwa pemaafan dapat mengembalikan kesehatan mental dan dapat menghindarkan korban dari trauma dan stress. Mereka yang mampu memberikan pemaafan akan lebih sehat secara mental, dimana pemaafan akan memberikan dampak positif seperti *subjective wellbeing* yang baik, resiliensi, serta kemampuan kognitif yang lebih baik. Oleh karena itu, pemaafan justru dapat memberikan manfaat positif bagi individu.

Sampai saat ini sudah banyak penelitian yang dilakukan untuk melihat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pemaafan. Menurut Cempaka (2015), pemaafan dipengaruhi oleh faktor kualitas hubungan, *apology*, Kepribadian serta usia dan gender. Dalam penelitian ini trust atau kepercayaan merupakan dimensi dari faktor kualitas hubungan yang memiliki pengaruh positif terhadap pemaafan. Sehingga dapat dikatakan bahwa kepercayaan interpersonal merupakan komponen dari faktor kualitas hubungan yang ikut berpengaruh terhadap keputusan memaafkan. Dari hasil penelitian Cempaka (2015) menunjukkan bahwa faktor trust atau kepercayaan memberikan sumbangan yang signifikan sebesar 12,2% terhadap pemaafan. Penelitian Utami (2015), juga menunjukkan bahwa kepercayaan interpersonal memberikan pengaruh cukup besar terhadap pemaafan yaitu 34,9%.

Faktor kepercayaan interpersonal dipilih karena kepercayaan dalam hubungan adalah hal yang penting. Kepercayaan interpersonal yang dimiliki mempengaruhi sikap individu untuk mau terbuka kepada pasangan. Sikap terbuka ini membuat seseorang percaya bahwa pasangannya tidak akan melakukan hal yang buruk terhadap dirinya. Fenomena ini yang kemudian menjelaskan bagaimana individu akan memaafkan jika saling percaya dan terbuka dalam hubungan.

Rousseau (dalam Oktaviani, 2020) mendefinisikan kepercayaan interpersonal adalah penerimaan apa adanya perlakuan orang lain berdasarkan harapan akan kebaikan dan perhatian yang diberikan. Pemaafan dan kepercayaan saling berhubungan dan saling mempengaruhi dalam suatu hubungan. Aspek kepercayaan interpersonal menurut Rottenberg (2010), yaitu (1) keterandalan, (2) emosi, dan (3) kejujuran.

Pemaafan dan kepercayaan interpersonal saling berkaitan satu sama lain. Pemaafan hanya akan terjadi bila adanya kepercayaan. Menurut Oktaviani (2020) agar hubungan tumbuh dan berkembang diperlukan adanya kepercayaan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa memendam amarah pada individu yang telah menyakiti justru dapat memunculkan perilaku negatif seperti keinginan untuk balas dendam hal ini menyebabkan rusaknya hubungan antar individu yang berkonflik.

Dengan kepercayaan interpersonal seseorang akan mudah untuk mengevaluasi kesalahan yang dilakukan orang lain terhadap dirinya. Dengan mengevaluasi kesalahan kemudian muncullah pertimbangan untuk memberikan pemaafan atau tidak terhadap pelaku. Kepercayaan interpersonal yang tinggi akan membuat individu lebih mampu beradaptasi dan memilih respon yang positif. Warris & Rafia (2009) kepercayaan merupakan pusat dari hubungan sehingga hal ini menjadi kunci hubungan interpersonal yang positif. Pemaafan akan terjadi jika pasangan memiliki kepercayaan satu sama lain.

Menurut Utami (2015) kepercayaan interpersonal menjadi pertimbangan seseorang terkait penyebab mengapa orang lain melakukan kesalahan sehingga timbul pertimbangan untuk memaafkan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa adanya kepercayaan akan membuat orang lain mengatribusikan bahwa kesalahan yang dilakukan mungkin saja terjadi karena ketidak sengajaan sedangkan jika tidak ada kepercayaan individu justru akan mempresepsikan secara negatif kesalahan orang tersebut sehingga cenderung akan sulit memaafkan.

Hasil penelitian yang dilakukan Claudia (2019) menyebutkan bahwa orang yang memiliki kepercayaan interpersonal yang tinggi akan lebih mudah memaafkan. Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh Utami (2015) yang berjudul “Kepercayaan Interpersonal dengan Pemaafan dalam Hubungan Persahabatan” menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kepercayaan interpersonal dengan pemaafan dalam hubungan persahabatan dengan subjek penelitian usia 18 sampai 21 tahun.

Berdasarkan latar belakang permasalahan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama namun dengan subjek yang berbeda yakni pada remaja korban perselingkuhan dan juga setting hubungan yang berbeda yaitu dalam hubungan pacaran. Peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kepercayaan interpersonal dengan pemaafan pada remaja korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran.

B. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kepercayaan interpersonal dengan pemaafan pada remaja korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dan bermanfaat bagi orang lain yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Psikologi mengenai topik-topik terkait kepercayaan interpersonal dan pemaafan.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dalam penerapan intervensi meningkatkan pemaafan dalam hubungan interpersonal. Jika hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan interpersonal berkorelasi dengan pemaafan maka dapat dijadikan acuan dalam upaya meningkatkan perilaku pemaafan pada korban perselingkuhan dengan menumbuhkan kepercayaan interpersonal kepada pasangan.