

# BAB I

## LATAR BELAKANG MASALAH

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya setiap manusia memiliki tugas perkembangannya masing-masing sesuai dengan tahap perkembangannya. Mahasiswa memiliki berbagai tugas perkembangan yang harus diselesaikan agar dapat melanjutkan ke tahap selanjutnya. Penelitian ini akan menggunakan mahasiswa Fakultas Psikologi. Menurut Arnet dan Jeffrey Jensen (2007), mahasiswa dapat dikategorikan berada dalam tahap perkembangan *emerging adulthood*, yaitu berada di rentang usia 18-25 tahun. Ciri dari tahap perkembangan *emerging adulthood* dapat dibagi menjadi lima, salah satunya yaitu mengeksplorasi identitas diri (*identity exploration*).

Di masa ini individu mulai mengeksplor berbagai kemungkinan yang dapat terjadi dalam dirinya terutama dalam hal cinta dan pekerjaan. Individu akan mencoba menentukan pilihan hidup yang akan dihadapinya. Individu akan mencoba untuk mulai mencari pekerjaan dan bertemu dengan berbagai macam orang. Individu akan bersosialisasi dengan orang baru di kampusnya atau di tempat ia akan bekerja sehingga akan terdapat ketertarikan pada salah satu temannya tersebut dan pada akhirnya berkomitmen untuk berhubungan lebih intim atau yang sering disebut berpacaran.

Vicki (2012) menjelaskan bahwa *Romantic Relationship* dapat diartikan sebagai suatu hubungan yang dijalin dengan adanya kontak fisik dan kedekatan emosional terhadap pasangan lawan jenisnya. Hubungan yang romantis diharapkan memberikan kedekatan keintiman, cinta

dan *sexual exclusivity*. Bird Melville (1994) mendefinisikan pacaran sebagai pertemuan antara dua orang yang secara khusus diarahkan untuk menjalin komitmen ke arah pernikahan. Oleh karena itu, masa berpacaran adalah masa untuk membangun suatu hubungan yang kuat dengan saling menerima setiap kelebihan dan kekurangan pasangannya. Oleh karena itu, akan terbuka peluang mengalami konflik. Dibutuhkan komitmen yang kuat pada masing-masing pasangan untuk menghadapi konflik tersebut.

Duvall dan Miller (1985) menjelaskan bahwa pacaran memiliki banyak fungsi yaitu sebagai hiburan, sebagai kebutuhan untuk menghindari tekanan sosial atau kritik sosial, sebagai sarana untuk mencari pasangan, sebagai kebutuhan untuk memperkenalkan dan membiasakan diri pada pasangan, sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhan seksual, dan sebagai sarana komunikasi. Dalam menjalani komitmen tersebut akan terdapat banyak permasalahan. Permasalahan umum yang terjadi diantaranya kurangnya komunikasi, meminta pasangan untuk berubah, masalah orang ketiga, harapan yang tinggi terhadap pasangan, dan pasangan yang posesif ([www.viva.co.id](http://www.viva.co.id) mengenai masalah yang sering terjadi dalam hubungan). Banyak kejadian yang terjadi ketika sedang berpacaran seperti pasangan memergoki pacarnya sedang jalan dengan perempuan atau laki-laki lain tanpa sepengetahuannya, salah satu pasangan merasa kurang diperhatikan, pasangan yang terlalu mengekang pasangannya dan tuntutan-tuntutan yang diharapkan terhadap pasangannya. Hal-hal tersebut dapat menimbulkan pertengkaran baik pertengkaran kecil maupun pertengkaran besar. Pertengkaran tersebut dapat mengakibatkan terdapatnya perasaan terlukai oleh pasangan atau terdapatnya luka.

Setiap manusia pasti pernah mengalami perasaan terluka karena bertemu dengan banyak orang yang memiliki kepribadian yang berbeda-beda. Ketika sedang berpacaran, individu mencoba untuk mencari kecocokan antara dirinya dan orang lain yang memiliki kepribadian yang berbeda sehingga terbuka kemungkinan terjadinya *hurt feeling*. Menurut Worthington (2000), remaja dapat merasakan *hurt feeling* yang diakibatkan oleh *transgressor* (orang yang melakukan pelanggaran), dalam hal ini luka yang disebabkan oleh pasangan sehingga menyebabkan hubungan dengan pasangan menjadi buruk bahkan menyebabkan berakhirnya hubungan. *Hurt Felling* dapat di atasi dengan mengembangkan *Forgiveness* sebagai salah satu strategi untuk mengurangi stress saat menghadapi *transgressor* (Worthington & Scherer, 2004). Salah satu cara untuk mencegah terjadinya kasus-kasus tersebut adalah dengan memaafkan orang yang telah menyakiti, dalam hal ini yaitu pasangan.

McCullough (1998) mengatakan bahwa memaafkan memiliki hubungan yang positif dengan aspek kesejahteraan psikologis, kesehatan fisik, dan pencapaian keberhasilan. Orang yang memiliki kecenderungan yang tinggi untuk memaafkan akan mengalami penurunan risiko untuk gangguan ketergantungan nikotin, gangguan penyalahgunaan zat, gangguan depresi, dan beberapa gangguan kecemasan sehingga penting untuk memaafkan *transgressor*.

McCullough (2000; dalam Snyder & Lopez, 2007) menjelaskan *Forgiveness* sebagai serangkaian perubahan perilaku melalui terjadinya penurunan motivasi untuk menjauhkan diri atau menghindari dari *transgressor* dan penurunan motivasi untuk membalas dendam serta adanya peningkatan motivasi untuk berteman atau berbuat positif terhadap *transgressor*. Ketika terdapatnya luka, individu akan memilih untuk memaafkan pasangannya, atau menghindari pasangannya atau membalas dendam terhadap pasangannya. McCullough (2000 dalam Snyder & Lopez, 2007) menjelaskan bahwa tingginya tingkat *Forgiveness* dapat dilihat dari tiga dorongan

terhadap *transgressor* yaitu rendahnya dorongan untuk menghindari *transgressor* (*avoidance motivations*); rendahnya dorongan untuk menyakiti atau membalas dendam kepada *transgressor* (*revenge motivations*); dan meningkatnya dorongan untuk berperilaku positif terhadap *transgressor* (*benevolence motivations*).

*Forgiveness* tersebut dipengaruhi oleh lima faktor yaitu empati, permintaan maaf, luka, ruminasi dan kedekatan hubungan. Kelima hal tersebut yang akan memengaruhi terjadinya *Forgiveness*. Dengan memiliki nilai empati, permintaan maaf dan kedekatan hubungan yang tinggi maka akan meningkatkan dimensi *Benevolence Motivation*. Sedangkan dengan tingginya nilai luka dan ruminasi maka akan menurunkan dimensi *Benevolence Motivation*. Tinggi rendahnya nilai empati terhadap *transgressor*, semakin banyak permintaan maaf dari *transgressor*, semakin dalam dan lamanya luka yang dirasakan akibat *transgressor*, semakin sering ruminasi yang dilakukan, dan semakin dekat hubungannya akan sangat memengaruhi cepat atau lamanya seseorang akan memaafkan *transgressor*.

Peneliti melakukan survei kepada 10 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" dan mendapatkan hasil bahwa enam orang mengatakan jika sudah memiliki hubungan yang dekat dan berhubungan cukup lama (kurang lebih lima tahun) maka akan lebih mudah memaafkan pasangannya. Sedangkan 3 orang mengatakan untuk memaafkan tergantung dari masalah yang terjadi. Sisanya mengatakan untuk memaafkan pasangannya tergantung situasi dan kondisi perasaannya.

Selanjutnya peneliti bertanya tentang apa yang telah dilakukan terhadap pasangannya tersebut. Ternyata enam orang sudah memilih untuk memaafkan pasangannya karena menurut mereka jika terus memikirkan masalah akan membuat sulit untuk meneruskan hubungan dan akan terus menerus bertengkar karena masalah yang sama. Sedangkan empat orang lebih

memilih untuk menghindari bermasalah dengan pasangannya karena menurut mereka dengan mereka menghindari membahas permasalahan tersebut maka hubungan mereka akan baik-baik saja. Sehingga dari survei awal ini dapat di kategorikan bahwa enam orang memiliki ciri-ciri berada di dimensi *Benevolence Motivation*, sedangkan sisanya empat orang lebih memiliki ciri-ciri berada di dimensi *Avoidance Motivation*.

Berdasarkan yang telah dijelaskan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai kontribusi faktor yang memengaruhi *Forgiveness* terhadap Dimensi *Forgiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" terhadap pasangannya.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, masalah yang ingin dirumuskan pada penelitian ini adalah : seberapa besar kontribusi faktor *Forgiveness* terhadap dimensi *Forgiveness* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" terhadap pasangannya.

## **1.3 Maksud dan Tujuan**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Maksud dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran kontribusi faktor *Forgiveness* terhadap dimensi *Forgiveness* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" terhadap pasangannya.

### 1.3.2 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi dari empati, permintaan maaf, luka, ruminasi dan kedekatan hubungan terhadap *Avoidance Motivation*, *Revenge Motivation*, dan *Benevolence Motivation* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.

### 1.4 Kegunaan Penelitian

#### 1.4.1 Kegunaan Teoritis

- Menambahkan informasi bagi Psikologi Positif mengenai kontribusi faktor yang memengaruhi *Forgiveness* terhadap dimensi *Forgiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Sebagai tambahan informasi bagi ilmu Psikologi Perkembangan yang terkait dengan kontribusi faktor yang memengaruhi *Forgiveness* terhadap dimensi *Forgiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Mendorong peneliti lain untuk mengembangkan dan meneliti lebih lanjut mengenai kontribusi faktor yang memengaruhi *Forgiveness* terhadap dimensi *Forgiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.

### 1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan masukan dan informasi bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya, untuk mengetahui secara umum gambaran mengenai kontribusi faktor yang memengaruhi *Forgiveness* terhadap dimensi *Forgiveness* dan dapat juga menjadi bahan evaluasi bagi mereka agar lebih dapat mengembangkan *Forgiveness*.
- Memberikan masukan dan informasi kepada dekan, wakil dekan, dosen wali Universitas “X”, serta Senat Mahasiswa untuk mengetahui secara umum gambaran mengenai kontribusi faktor yang memengaruhi *Forgiveness* terhadap dimensi *Forgiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya sehingga dapat membuat kegiatan yang memotivasi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” agar lebih dapat memaafkan pasangannya.

### 1.5 Kerangka Pikir

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” berada pada rentang usia 18-25 tahun. Salah satu karakteristik pada umur tersebut adalah mereka mulai mencari jati dirinya baik dalam karir maupun dalam hubungan percintaan. Di usia ini, mereka mulai mencari seseorang yang dapat menemaninya dalam menjalani kesehariannya. Pada akhirnya mahasiswa Fakultas Psikologi akan menemukan orang yang cocok dengan dirinya dan memutuskan untuk berpacaran. Selama masa pacaran, mahasiswa Fakultas Psikologi akan mengalami berbagai permasalahan karena adanya orang baru dalam hidupnya yang harus ia sesuaikan dengan dirinya.

Permasalahan tersebut dapat merupakan sebuah masalah kecil seperti lupa memberi kabar atau dapat juga merupakan sebuah masalah besar seperti perselingkuhan. Semua hal dapat saja menjadi permasalahan ketika sedang berpacaran. Saat berpacaran, mahasiswa Fakultas Psikologi

harus mulai menyesuaikan diri dengan pasangannya. Terkadang permasalahan tersebut dapat menimbulkan sebuah luka yang disebabkan oleh *transgressor* (orang yang melakukan pelanggaran) sehingga dibutuhkan pengampunan atau *Forgiveness* dari mahasiswa Fakultas Psikologi yang mendapatkan luka tersebut. *Transgressor* dalam hal ini adalah pasangan.

McCullough (2000; dalam Snyder & Lopez, 2007) menjelaskan *Forgiveness* sebagai serangkaian perubahan perilaku berupa terjadinya penurunan motivasi untuk menjauhkan diri atau menghindar dari *transgressor* dan penurunan motivasi untuk membalas dendam serta adanya peningkatan motivasi untuk berteman atau berbuat positif terhadap *transgressor*. McCullough (2000; dalam Snyder & Lopez, 2007) membagi menjadi tiga dorongan atau keinginan dari dalam diri yang dimiliki oleh seseorang terhadap *transgressor* yaitu: *Avoidance Motivation*, *Revenge Motivation*, dan *Benevolence Motivation*.

*Avoidance Motivation* dapat diartikan sebagai dorongan yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi untuk menarik dirinya dari pasangannya. *Revenge Motivation* adalah dorongan yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi untuk membalas dendam atas perbuatan yang pernah dilakukan oleh pasangannya. Sedangkan *Benevolence Motivation* adalah dorongan yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi untuk berbuat baik terhadap pasangannya. Dari ketiga dorongan yang telah di jelaskan di atas, *Benevolence Motivation* yang tinggi sangat diharapkan karena dapat meningkatkan *Forgiveness* dan mengurangi kedua dorongan lainnya yang sifatnya lebih negatif. Dibutuhkan suatu proses yang waktunya tergantung dari kontribusi kelima faktor yang memengaruhi *Forgiveness*.

McCullough (1998) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi *Forgiveness* yaitu empati, permintaan maaf, luka atau rasa sakit yang ditimbulkan oleh *transgressor*, *ruminati* (ruminasi) dan kedekatan hubungan mahasiswa Fakultas Psikologi

dengan pasangannya. Pertama empati, empati adalah kemampuan mahasiswa Fakultas Psikologi untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman pasangannya. Ketika sedang berpacaran, mahasiswa mungkin saja pernah bertengkar dengan pasangannya. Misalnya masalah cemburu, ketika mahasiswa Fakultas Psikologi mendapatkan laporan dari teman pasangannya bahwa pasangannya sedang berduaan di sebuah restoran dengan perempuan atau laki-laki lain, maka mahasiswa Fakultas Psikologi yang tidak pernah berada di posisi tersebut akan langsung berpikiran negatif bahwa pasangannya selingkuh. Namun jika mahasiswa Fakultas Psikologi mampu memahami berada di posisi pasangannya, maka mahasiswa Fakultas Psikologi dapat berpikir lebih positif bahwa wanita atau laki-laki yang sedang dengan pasangannya adalah teman dekatnya atau bisa saja rekan kerjanya.

Dengan pernah berada di posisi pasangan, mahasiswa Fakultas Psikologi akan lebih mudah melakukan *Forgiveness* daripada mahasiswa Fakultas Psikologi yang belum pernah berada di posisi pasangannya. Empati juga dapat berupa kognitif misalnya mahasiswa Fakultas Psikologi dapat memahami alasan pasangannya memarahinya karena mahasiswa Fakultas Psikologi pernah mengalami hal tersebut ataupun mahasiswa Fakultas Psikologi memiliki pengetahuan tentang hal tersebut (seperti pernah mendengarkan curhat temannya tentang hal tersebut atau pernah membaca buku mengenai hal tersebut). Dengan adanya sikap empati terhadap pasangannya maka mahasiswa Fakultas Psikologi akan dapat meningkatkan dimensi *benevolence motivation*nya dan mengurangi 2 dimensi lainnya.

Kedua yaitu permintaan maaf, apabila mahasiswa Fakultas Psikologi mendapatkan permintaan maaf dari pasangannya maka ia akan lebih mudah untuk menampilkan perilaku *Forgiveness*. Dengan adanya permintaan maaf setelah terjadinya pertengkaran (seperti mengakui kesalahannya atau menunjukkan perasaan bersalah) maka akan menimbulkan rasa simpati pada

mahasiswa Fakultas Psikologi terhadap pasangannya. Sehingga pasangan yang terluka, dapat mengurangi membesarnya permasalahan dan memancing terjadinya perilaku *Forgiveness* terhadap pasangan. Dengan adanya permintaan maaf dari pasangannya maka mahasiswa Fakultas Psikologi akan dapat lebih meningkatkan dimensi *benevolence motivation*nya dan mengurangi 2 dimensi lainnya.

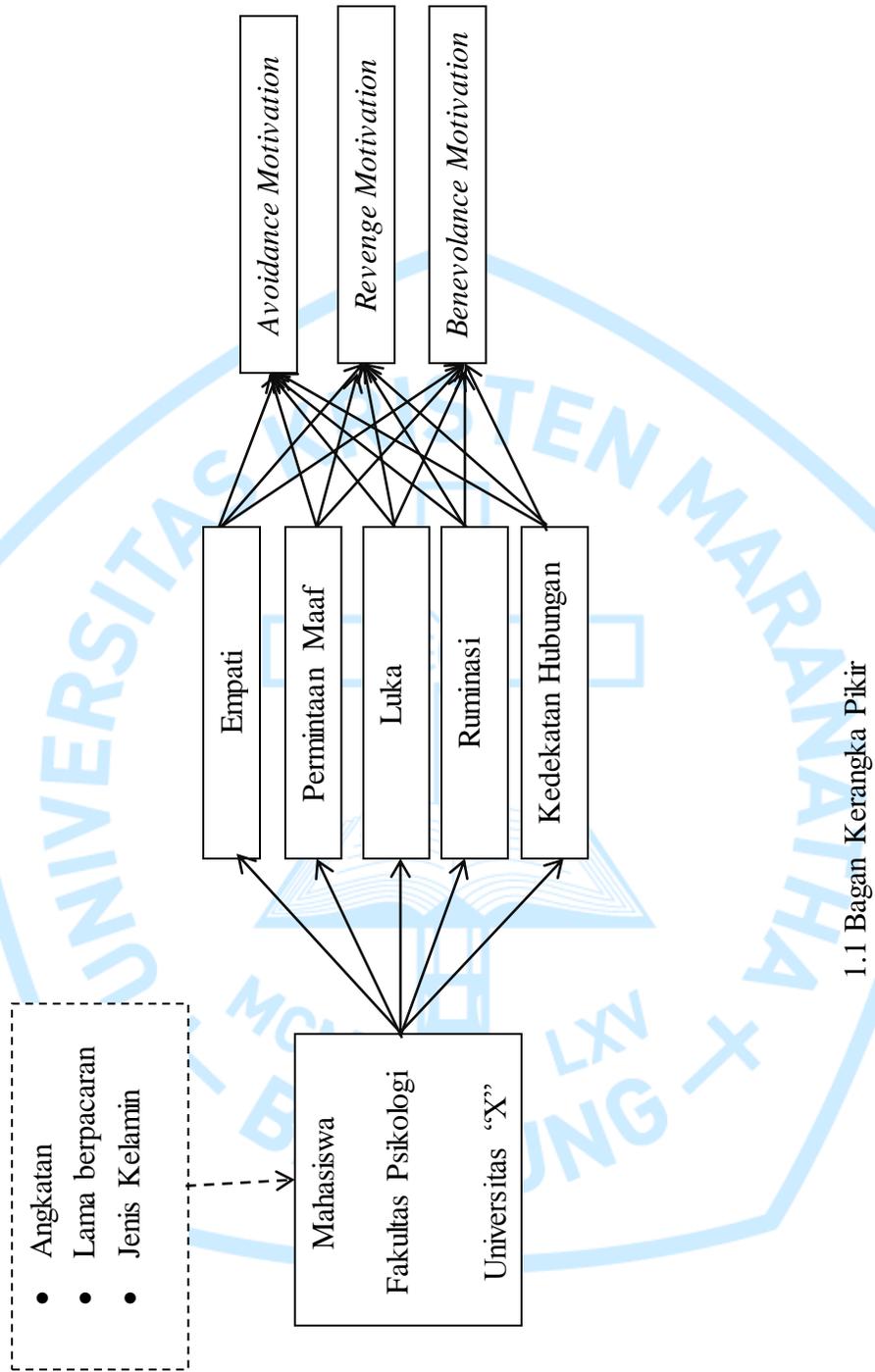
Ketiga yaitu luka atau rasa sakit yang ditimbulkan oleh pasangan. Semakin dalam luka yang di alami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi maka akan semakin sulit pula mereka untuk memaafkan pasangannya. Jadi semakin dalam luka yang dirasakan (seperti adanya kekerasan fisik atau pelecehan seksual) oleh mahasiswa Fakultas Psikologi sebagai akibat dari perilaku pasangannya maka akan semakin sulit mahasiswa Fakultas Psikologi untuk memaafkan pasangannya dan sebaliknya. Semakin ringan luka yang dirasakan (seperti kesalahpahaman) maka akan lebih mudah bagi mahasiswa Fakultas Psikologi untuk memaafkan pasangannya. Dalamnya luka ini akan memengaruhi meningkat dan menurunnya motivasi untuk terjadinya *Forgiveness*. Semakin dalam luka yang dirasakan maka akan semakin mungkin meningkatnya dimensi *avoidance motivation* dan *revenge motivation* karena mahasiswa Fakultas Psikologi yang mendapatkan luka yang cukup dalam akan lebih sulit untuk memaafkan pasangannya sehingga ia akan cenderung memilih untuk menghindari pasangannya atau bahkan melakukan balas dendam terhadap pasangannya. Sedangkan semakin ringan luka yang dirasakan maka akan meningkatkan dimensi *Benevolence Motivation* karena mahasiswa Fakultas Psikologi akan lebih mudah memaafkan pasangannya.

Selanjutnya yang keempat terdapat *Rumination*, semakin sering mahasiswa psikologi teringat akan permasalahannya dengan pasangannya (seperti teringat saat tidak diinginkan atau mengingat kejadian tersebut membuat menjadi sulit tidur) maka akan semakin sulit pula

mahasiswa Fakultas Psikologi untuk melakukan *Forgiveness*. Ketika kejadian tersebut terus menghantui mahasiswa Fakultas Psikologi, ia akan lebih memilih untuk menghindari pasangannya seperti malas bertemu atau tidak memberi kabar (*avoidance motivation*) dan mungkin ia akan memikirkan cara membalas dendam atas perbuatan pasangannya tersebut (*revenge motivation*).

Yang terakhir yaitu kedekatan hubungan, semakin dekat mahasiswa Fakultas Psikologi dengan pasangannya maka akan menampilkan rasa empati yang lebih besar dibandingkan dengan orang yang baru dikenal. Misalnya ketika pasangan marah, maka akan mencoba menganalisis alasan dari pasangan kita marah dengan kejadian-kejadian yang pernah terjadi (seperti pasangan tidak menyukai wanita yang manja sehingga ketika mahasiswa Fakultas Psikologi menampilkan sikap manja di depan pasangannya maka pasangan akan menjadi marah). Dikarenakan mahasiswa Fakultas Psikologi berinteraksi dengan lebih sering dengan pasangannya maka ia mengenal apa yang disukai dan tidak disukai oleh pasangannya. Oleh karena itu akan lebih mudah timbulnya rasa empati. Semakin dekat mahasiswa psikologi dengan pasangannya maka akan meningkatkan dimensi *benevolence motivation*. Penggabungan dari kelima faktor ini akan menjadi alasan yang menyebabkan seseorang memilih untuk memaafkan atau tidak memaafkan pasangannya.

Dari penjelasan di atas, peneliti ingin mengetahui kontribusi dari kelima faktor yang memengaruhi *Forgiveness* terhadap terjadinya *Forgiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X".



## 1.6 Asumsi

- Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” ketika sedang berpacaran berpotensi untuk mengalami konflik dengan pasangannya.
- Konflik yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” dapat menimbulkan luka yang dapat merusak hubungan dengan pasangannya.
- Salah satu cara untuk memperbaiki hubungan yaitu dibutuhkan *Forgiveness*.
- *Forgiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi memiliki tiga dimensi yaitu *avoidance motivation*, *revenge motivation*, dan *benevolence motivation*.
- *Forgiveness* tersebut dapat dipengaruhi oleh lima faktor, yaitu empati, permintaan maaf, dalamnya luka, ruminasi, dan kedekatan hubungan.
- Kelima faktor *Forgiveness* tersebut dapat memengaruhi *avoidance motivation*, *revenge motivation*, dan *benevolence motivation* dalam diri mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.

## 1.7 Hipotesis Penelitian

- Terdapat kontribusi yang signifikan antara empati dengan *Avoidance Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara permintaan maaf dengan *Avoidance Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara luka dengan *Avoidance Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.

- Terdapat kontribusi yang signifikan antara ruminasi dengan *Avoidance Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara kedekatan hubungan dengan *Avoidance Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara empati dengan *Revenge Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara permintaan maaf dengan *Revenge Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara luka dengan *Revenge Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara ruminasi dengan *Revenge Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara kedekatan hubungan dengan *Revenge Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara empati dengan *Benevolence Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara permintaan maaf dengan *Benevolence Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara luka dengan *Benevolence Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.
- Terdapat kontribusi yang signifikan antara ruminasi dengan *Benevolence Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.

- Terdapat kontribusi yang signifikan antara kedekatan hubungan dengan *Benevolence Motivation* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” terhadap pasangannya.

