

# BAB I

## PENDAHULUAN

### **1.1 Latar Belakang**

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu berinteraksi dengan individu lainnya. Manifestasi dari makhluk sosial tersebut menjadikan manusia membutuhkan orang lain, untuk saling bersosialisasi, bertukar berbagai macam hal, hingga meneruskan keturunan. Hal ini merupakan wujud dari dorongan kebutuhan dasar manusia untuk dicintai dan dimiliki. Kebutuhan manusia untuk dicintai dan dimiliki, memberi dan menerima, memiliki pasangan maupun meneruskan keturunan didapat melalui proses perkawinan.

Perkawinan merupakan salah satu dari aspek kehidupan manusia. Definisi dari perkawinan sendiri menurut Scholten (dalam Jehani, 2008) adalah hubungan hukum antara seorang pria dan seorang wanita untuk hidup bersama dengan kekal, yang diakui oleh negara. Secara sederhana, perkawinan merupakan suatu ikatan batin antara seorang pria dengan wanita sebagai suami istri.

Dalam suatu perkawinan yang sehat dan bahagia, masing-masing pasangan akan memperoleh, dukungan emosional, rasa nyaman, pemenuhan kebutuhan seksual, serta memiliki teman bertukar pikiran yang amat menyenangkan. Banyak hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mereka yang bertahan dalam perkawinan menyatakan lebih bahagia dibandingkan mereka yang tidak memiliki pasangan, dan juga berumur lebih panjang (Gottman & Silver, 2002). Pada saat mengalami masalah atau melewati masa-masa sulit, peran pasangan juga amat penting karena dapat mengurangi rasa sedih, menghindarkan dari perasaan putus asa, dan membantu proses pemulihan ke arah kondisi semula.

Di balik kebahagiaan dan kenyamanan yang diperoleh dari hubungan dengan pasangan, perkawinan juga dapat menjadi sumber stres yang luar biasa. De Vogli dkk (dalam Sarafino & Smith, 2006: 67) menyebutkan bahwa efek psikologis dari konflik dalam pernikahan dan hubungan dekat lainnya cenderung memberi kontribusi pada dampak negatif jangka panjang dari masalah keluarga terhadap kesehatan fisik.

Setiap orang yang memasuki hubungan perkawinan memiliki harapan masing-masing dalam perkawinannya. Individu berharap dapat memenuhi harapan-harapan tersebut melalui hubungan yang dijalani. Keterpenuhan harapan dan kebutuhan dalam perkawinan menjadi sebuah standar untuk menilai tingkat kualitas hubungan pernikahan tersebut. Individu yang merasa kualitas perkawinannya sesuai dengan harapannya akan merasakan kepuasan.

Pasangan modern yang tinggal di kota besar, seperti Surabaya, mendapat tantangan tambahan. Pasangan baru biasanya harus bekerja keras untuk bisa memenuhi standar hidup yang relatif tinggi sehingga waktu untuk bertemu dan berkomunikasi sangat terbatas. Waktu luang yang ada biasanya digunakan untuk bepergian bersama anak-anak atau menghadiri berbagai acara keluarga. Karena begitu banyaknya tugas dan kewajiban yang harus dilakukan sehari-hari, tidak mengherankan bila hubungan dalam perkawin sering mengalami gejolak. Kondisi perkawinan yang tidak menyenangkan dan banyaknya harapan yang tidak terpenuhi dapat memicu perselingkuhan

Pemicu dari perselingkuhan dapat muncul dari mana saja, salah satunya adalah tempat kerja. Tempat kerja adalah tempat dimana benih-benih dari perselingkuhan berkembang biak dengan subur. Kesempatan sebagai faktor utama dalam terjadinya keterlibatan di luar nikah (Glass & Staeheli, 2003). Selain tempat kerja tentunya banyak kemungkinan adanya

benih-benih sebuah perselingkuhan akan terjadi selama adanya kesempatan yang muncul.

Menurut Glass & Staeheli (dalam Ginanjar, 2009) perselingkuhan yang tidak diketahui oleh pasangan biasanya tidak memberikan dampak yang negatif. Bahkan mereka yang berselingkuh memperoleh pengalaman-pengalaman menyenangkan sehingga merasa lebih bahagia. Namun menurut Subotnik & Harris (dalam Ginanjar, 2009) saat perselingkuhan terungkap, mulailah masa-masa yang amat sulit dalam perkawinan, baik bagi pasangan yang menjadi korban maupun pasangan yang berselingkuh

Perselingkuhan dalam rumah tangga menimbulkan dampak terhadap rumah tangga pelaku perselingkuhan sendiri. Dampak terhadap rumah tangga diantaranya kurangnya kepercayaan dari anggota keluarga kepada pihak yang melakukan perselingkuhan serta kehilangan keharmonisan. Hilangnya keharmonisan dalam rumah tangga pada akhirnya dapat berakibat pada perceraian. Perselingkuhan turut penyumbang angka tertinggi perceraian di Jakarta (Kusuma, 2016). Selain perselingkuhan berdampak pada perceraian juga berdampak pada keadaan psikis seperti munculnya trauma, kecurigaan pada pasangan, ketidakpercayaan terhadap pasangan.

Sekitar 25 % pria yang sudah menikah khususnya yang tinggal di kota besar seperti Jakarta pernah melakukan perselingkuhan, dan 15 % wanita yang berselingkuh adalah mereka yang sudah bekerja dengan alasan lebih bersifat emosional, seperti cinta, dan mendapat perhatian (Kompas, 2009). Seorang pria yang berselingkuh masih bisa dimaklumi oleh lingkungannya. Lain halnya dengan wanita. Wanita dianggap tidak lazim untuk berselingkuh. Mereka yang ketahuan selingkuh akan mendapat stigma negatif sebagai wanita perusak rumah tangga (Femina, 2013). Dengan demikian dari data yang diperoleh menunjukkan bahwa pelaku

perselingkuhan sendiri tidak hanya dari pihak pria saja, namun perselingkuhan dapat dilakukan oleh keduanya sehingga hal tersebut memungkinkan bahwa sakit hati dapat dialami oleh kedua belah pihak, baik pria atau wanita yang mengetahui bahwa pasangannya melakukan perselingkuhan.

Perselingkuhan merupakan relasi seks antara seorang wanita atau laki-laki yang sudah menikah dengan laki-laki atau wanita yang bukan pasangannya. Kebanyakan yang terjadi di masyarakat bahwa perselingkuhan layaknya dilakukan oleh pihak suami. Padahal tidak menutup kemungkinan seorang istri juga dapat melakukan perselingkuhan. Menurut Oliver & Hyde (dalam Zare, 2011) bahwa tingkat ketidaksetiaan pria maupun wanita meningkat dan semakin mirip dan tidak ada perbedaan perilaku di antara keduanya. Konsekuensi bagi pasangan yang berselingkuh bisa saja timbul dari dalam diri mereka. Mereka umumnya akan memiliki kecemasan apabila pasangannya akan melakukan hal yang sama kembali, dan kemudian sakit hati tersebut akan datang lagi.

Dalam kasus perselingkuhan ternyata masih ada suami ataupun istri yang memaafkan pasangannya yang telah mengkhianati mereka. Meskipun diselimuti oleh rasa sakit hati dikarenakan konflik tersebut beberapa dari mereka akan bertahan dengan perkawinannya meskipun si suami ataupun istri telah melanggar komitmen perkawinannya, walaupun hatinya hancur namun mereka memilih untuk tidak memperkeruh perkawinan, dan mencoba untuk membangun kembali rumah tangga yang sempat hancur dikarenakan adanya orang ketiga. Berikut merupakan kutipan YL mengenai pemaafan yang dilakukannya atas perselingkuhan oleh pasangannya.

*“saya memilih untuk memaafkan suami saya mengingat bahwa saya sudah berpacaran dengan suami saya sejak SMP*

*sampai menikah sekarang ini. Saya sudah tau betul sifat-sifat suami saya dan memilih untuk menerimanya. Kan memikirkan nasib anak-anak saya juga yang waktu itu masih kecil. Toh setelah sekarang sudah bertobat dan lebih dekat dengan Tuhan suami saya sudah ga ada lagi tuh main perempuan..”*

Selain itu adapula yang memutuskan untuk bercerai namun dengan harapan agar dapat tetap berhubungan dengan baik demi kesehatan perkembangan anak-anak mereka. Meskipun masing-masing sekarang sudah menjalin rumah tangga dengan pasangannya yang baru namun relasi diantaranya masih baik-baik saja dikarenakan mereka cukup sering bertemu seperti kutipan dari RE yang mengakui bahwa sudah memaafkan pasangannya meskipun kondisinya mereka sudah bercerai dan sudah memiliki pasangan hidup yang baru.

*“Ya sulit awalnya.. Ga bisa instan gitu aja.. Karena sakit sekali namanya dikhianati. Tapi kalau saya ndak maafkan juga kasihan anak-anak saya, menurut mereka itu ibu mereka yang sudah membesarkan, di mata mereka ya dia baik. Saya juga ingin nantinya ndak terbayang-bayang apalagi saya memutuskan untuk menjalin hubungan yang baru dengan yang lain.. Canggung kalau bertemu pas saya ngantar anak ke rumah dia, atau pas lagi acara Natal kan mau gak mau bertatap muka ngobrol. Tapi lama-lama sudah terbiasa. Saya sudah bisa ngobrol mengenai anak-anak. Kadang dia juga sering bawain nasi kuning kalau saya ultah cuma ndak saya makan, saya kasih orang kantor atau sodara, bukan karna ndak mau makan. Cuma yahhhhhh ndak bisa saya harus jaga jarak juga dan hargaai perasaan istri saya yang sekarang..”*

Gordon, Baucom, dan Synder (2008) menyatakan bahwa ketika perselingkuhan terungkap, pengalaman menyakitkan ini dapat menggeser asumsi dasar positif yang individu yakini mengenai hubungan perkawinan, diri sendiri, dan pasangan. Asumsi-asumsi positif tergeser menjadi sejumlah keraguan setelah terungkapnya perselingkuhan yang dilakukan oleh

pasangannya. Contohnya asumsi bahwa pasangannya merupakan orang yang dapat dipercaya, telah bergeser menjadi keraguan untuk mempercayai pasangan. Hilangnya kepercayaan pada pasangan yang berselingkuh maka akan membuat individu mengalami rasa tidak aman (*insecurity*) dalam perkawinannya.

Ada banyak latar belakang seorang suami selingkuh dengan wanita lain, demikian juga banyak alasan wanita selingkuh dengan laki-laki lain. Perselingkuhan muncul pada situasi-situasi tertentu dimana ada suatu desakan kebutuhan tertentu pada diri seseorang yang tidak dapat ia penuhi bersama dengan pasangan perkawinannya, tetapi berpeluang ia penuhi di luar hubungan perkawinannya (Satiadarma, 2001). Setelah perselingkuhan terungkap, individu yang dikhianati umumnya mengalami berbagai emosi intens yang sulit dikendalikan (Ginanjari, 2009). Emosi-emosi intens tersebut antara lain seperti kesedihan, obsesif, marah, cemburu dan sensitif berlebih. Tidak dipungkiri juga adanya emosi-emosi seperti benci dan rasa ingin membalas perlakuan pasangannya tersebut.

Untuk mengatasi perasaan sakit hati dan kecewa dan mengembalikan hubungan seperti sebelumnya diperlukan perilaku memaafkan. Menurut McCullough dan Worthington (dalam Soesilo, 2006) 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 pemaafan, secara emosi orang yang disakiti mengubah emosi yang negatif menjadi emosi yang positif; seluruh orientasi emosinya juga berubah. Pemaafan adalah suatu perjalanan yang sangat kompleks termasuk kemampuan untuk mengubah sistem afektif, kognitif dan tingkah laku kita.

Menurut Baumeister, Exline & Sommer (dalam Worthington, 1998: 85), *forgiveness* dapat terjadi dalam dua aspek, yaitu *intrapsychic* dan

*interpersonal*. Aspek intrapsikis melibatkan keadaan dan proses yang terjadi didalam diri orang yang disakiti secara emosional, pikiran dan perilaku yang menyertainya. *Forgiveness* juga memiliki aspek interpersonal karena *forgiveness* merupakan tindakan sosial yang melibatkan orang lain.

Pemaafan tentu memiliki efek bagi individu. Menurut Al-Mabuk, Enright & Cardis (dalam Edmonson, 2004) dikatakan bahwa secara psikologis, efek positif dari pemaafan diantaranya berupa peningkatan kesehatan mental jika hubungan interpersonal individu baik. Hebl dan Enright (dalam Edmonson, 2004) juga mengatakan bahwa pemaafan memiliki hubungan dengan kepercayaan diri yang meningkat, tingkat depresi dan kecemasan rendah. Saat individu memiliki pemaafan yang tinggi, salah satu hal yang bertambah dalam dirinya adalah kesejahteraan / *well-being*. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Karremans, dkk (2003) yang menyatakan bahwa korelasi yang positif antara pemaafan dan *psychological well-being* dipengaruhi oleh adanya komitmen interpersonal

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 efek negatif yang dirasakan akan 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. Pada penelitian yang dilakukan Widhikora & 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.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sari (2012) dengan judul "*Forgiveness* pada Istri sebagai Upaya untuk Mengembalikan Keutuhan Rumah Tangga akibat Perselingkuhan Suami" yang bertujuan untuk mengetahui *Forgiveness* pada istri sebagai upaya untuk mengembalikan keutuhan rumah tangga akibat perselingkuhan suami yang dilakukan di Banda Aceh dengan jumlah informan dua orang. Pada hasil penelitian ini menjelaskan bahwa pemaafan belum dapat dilakukan sepenuhnya terhadap pasangan. Adanya ingatan-ingatan buruk mengenai perselingkuhan yang dilakukan pasangan dapat menjadi sebuah kendala seseorang untuk memaafkan. Ekspresi dari pemaafan hanya terlihat dalam bentuk perilaku dimana individu masih bersedia untuk menyiapkan sarapan atau melakukan hubungan seksual bersama dengan pasangannya yang telah melakukan perselingkuhan. Namun nyatanya perilaku memaafkan belum dapat sepenuhnya dihayati dan dirasakan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sa'adah dkk (2012) mengenai "*The Wife's Forgiveness Toward Husband's Infidelity*" diperoleh hasil bahwa pemaafan memiliki proses yang perlahan dan tidak selalu berjalan lurus. Hal ini disebabkan karena pemaafan merupakan suatu proses yang memerlukan kerja keras, kemauan kuat dan latihan mental yang terkait dengan emosi manusia. Pada hasil penelitian disebutkan bahwa istri yang mengalami perselingkuhan mengalami konfrontasi dan menyalurkan kemarahannya sebelum memutuskan untuk memaafkan. penerimaan terhadap luka dan empati mendorong istri untuk melakukan proses pemaafan hingga menemukan makna baru dalam hidup dan memunculkan emosi positif.

Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Fretes dkk (2016) dengan judul “*Wife’s Forgiveness For Husband’s Affair*” memiliki hasil bahwa istri yang mengalami perselingkuhan melakukan proses pemaafan sesuai dengan turun naiknya emosi yang menyertai perasaan mereka. Mereka berupaya mengubah emosi negatif dan menggantinya dengan emosi positif terhadap pasangan yang telah menyakiti mereka. Subyek 1 dan 2 yang mengalami perselingkuhan telah dapat memaafkan suaminya sampai pada fase pendalaman. Mereka menemukan makna bahwa dengan memaafkan mereka merasa tenang dan tega. Selain itu, subyek 1 dan 2 memaafkan suaminya dengan alasan anak dan masih ada perasaan cinta, sedangkan subyek ke-3 baru mencapai *hollow forgiveness* yaitu dapat mengekspresikan pemaafan secara konkret melalui perilaku, namun belum dapat merasakan dan menghayati adanya pemaafan didalam dirinya

Perselingkuhan seringkali memang dianggap sebagai sesuatu kesalahan yang dianggap sangat fatal apalagi jika dilakukan oleh pasangan sendiri, sehingga bagi mereka yang diselingkuhi oleh pasangannya akan merasa sangat sulit ketika harus memaafkan pasangannya. Banyaknya pertimbangan-pertimbangan yang harus dipikirkan secara matang untuk kelanjutan dari hubungan pernikahan setelah adanya masalah perselingkuhan mungkin menjadi sebuah alasan seseorang untuk memaafkan pasangannya. Oleh karena itu peneliti merasa perlu untuk menggali, meneliti, dan memahami lebih dalam mengenai pemaafan oleh suami atau istri yang pasangannya melakukan perselingkuhan. Menurut peneliti, topik penelitian ini menarik diteliti karena ini merupakan sebuah fenomena dimana seseorang dihadapkan dengan sebuah problema rumah tangga yang cukup berat namun ia dapat menyikapi hal tersebut dengan positif yaitu dengan melakukan pemaafan. Kemudian topik penelitian ini menjadi semakin menarik karena masing-masing individu memiliki cara

berbeda dalam memaafkan pasangannya terutama ketika pasangannya telah berkhianat. Memaafkan pasangan atas kesalahannya akan berdampak pada hubungan. Penelitian ini mencoba untuk menggali lebih dalam bagaimana individu melakukan *forgiveness* secara tulus pada pasangannya yang telah berkhianat.

Peneliti ingin melihat bagaimana dinamika seseorang ketika harus memaafkan pasangannya yang telah berselingkuh. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, dinamika adalah sesuatu yang mengandung arti tenaga kekuatan, selalu bergerak, berkembang dan dapat menyesuaikan diri secara memadai terhadap keadaan. Dari pengertian dinamika tersebut maka peneliti ingin memahami bagaimana individu yang mengalami perselingkuhan oleh pasangannya dapat menyesuaikan diri terhadap problema rumah tangga yang dihadapinya. Peneliti juga ingin mengetahui proses yang terjadi di dalam pemaafan yang dilakukan korban perselingkuhan tersebut, dan peneliti juga ingin mengetahui apakah korban dapat mengalami perkembangan secara psikologis ketika memutuskan untuk memaafkan pasangannya.

Adapun pada penelitian ini tidak terfokus pada hanya pemaafan dari seorang istri terhadap suaminya yang berselingkuh, namun pemaafan seorang suami terhadap istrinya yang melakukan perselingkuhan. Menurut Hudson (dalam Dailymail, 2009) bahwa saat suami berselingkuh, wanita merasa dipermalukan, namun saat istri yang berselingkuh, pria merasa hal tersebut merupakan penghinaan terhadap harga dirinya dan menghancurkan identitasnya sebagai kepala keluarga, sehingga hal tersebut menjadi sebuah penghambat untuk seorang laki-laki memaafkan pasangannya yang sudah melakukan perselingkuhan dan menjadikan bahwa laki-laki lebih sulit untuk memaafkan dibandingkan wanita. Namun pada kenyataannya, masih ada suami yang dapat melakukan pemaafan pada istrinya melalui proses yang

cukup panjang. Suami sebagai individu yang tersakiti memerlukan pemaafan untuk membuat dirinya merasa lebih baik dan tenang secara psikologis guna membangun kembali hubungannya dengan istri atau mantan istrinya agar mampu menata kembali masa depannya dengan baik.

Berangkat dari fenomena yang ada dan mengacu pada tujuan dan manfaat yang diharapkan, sehingga peneliti tergerak untuk terjun lebih dalam pada dinamika proses pemaafan, perbedaan pemaafan pada pria dan wanita dan bagaimana mereka menyikapi perselingkuhan di dalam perkawinannya.

## **1.2 Fokus Penelitian**

Peneliti ingin melakukan pengkajian secara ilmiah mengenai dinamika pemaafan pada korban perselingkuhan. Dinamika pemaafan pada korban perselingkuhan ini dilihat dari motivasi korban perselingkuhan untuk membalas dendam terhadap orang yang menyakitinya, dan juga dilihat bagaimana korban perselingkuhan termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan orang yang menyakitinya. Kajian mengenai dinamika pemaafan pada korban perselingkuhan akan menggunakan pendekatan kualitatif. Peneliti mengambil empat informan yang merupakan korban perselingkuhan baik dari pihak laki-laki ataupun perempuan yang tinggal di Surabaya.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara ilmiah mengenai dinamika pemaafan pada korban perselingkuhan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Jika tujuan yang sudah dirancang dalam penelitian ini tercapai, manfaat-manfaat yang diharapkan adalah sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi terutama bagi ilmu Psikologi terutama Psikologi Positif yang dikhususkan pada teori seputar *Forgiveness* dinamika pemaafan khususnya pada korban perselingkuhan

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

a. Bagi informan, mereka dapat memiliki gambaran tentang arti dari pemaafan dan bagaimana proses di dalamnya. Informan dapat mengetahui sampai mana kemampuannya dalam memaafkan orang yang menyakitinya terutama pasangan hidupnya. Selain itu informan dapat menambah pengetahuannya mengenai Psikologi Positif. Diharapkan kedepannya jika informan menghadapi situasi yang sama maka informan dapat mempraktekan kemampuannya dalam memaafkan orang-orang yang menyakitinya.

Informan dapat mengetahui proses pemaafan pada pasangan yang telah meningglkan dirinya.

sehingga

b. Bagi peneliti agar bisa memahami tentang gambaran proses pemaafan pada korban perselingkuhan dan memperdalam pemahaman dalam aplikasi Psikologi Positif. Pemahaman ini diharapkan dapat menambah kemampuan peneliti dalam memahami arti dari pemaafan serta bagaimana proses di dalamnya

c. Bagi konselor pernikahan agar dapat memiliki gambaran mengenai pemaafan serta proses di dalamnya berdasarkan Psikologi Positif. Diharapkan kedepannya dapat menjadi acuan untuk konselor apabila mendapatkan kasus yang serupa.

d. Bagi pasangan suami-istri agar dapat lebih memahami dinamika dari pemaafan serta bagaimana proses di dalamnya terjadi sehingga apabila pasangan suami-istri mengalami problema yang serupa baik dalam konteks perselingkuhan maupun konflik lainnya, mereka dapat mengaplikasikan pemaafan itu sendiri terhadap pasangan hidupnya