

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri dan membutuhkan kebersamaan dengan manusia lain dalam kehidupannya. Salah satu wujud kebersamaan tersebut adalah dengan menjalin hubungan dengan manusia lain melalui ikatan tertentu, salah satunya melalui pernikahan. Pernikahan adalah melakukan suatu akad atau perjanjian untuk mengikatkan diri antara seorang laki-laki dan wanita untuk menghalalkan hubungan kelamin antara kedua belah pihak, dengan dasar sukarela dan keridhaan kedua belah pihak untuk mewujudkan suatu kebahagiaan hidup berkeluarga yang diliputi rasa kasih sayang dan ketentraman dengan cara-cara yang diridhai oleh Allah (Ghozali dalam Jarbi, 2019).

Pasangan yang melakukan pernikahan tentu akan saling membentuk intimasi, afeksi, saling mendukung satu sama lain, dan memiliki rasa saling menghargai dan menyayangi (Cempaka, 2015). Poin-poin tersebut merupakan harapan setiap pasangan yang melakukan jenjang pernikahan, untuk itu pernikahan tidak hanya membutuhkan kesiapan fisik namun juga kesiapan mental. Pernikahan pada dasarnya dapat diibaratkan sebuah bangunan yang membutuhkan pilar-pilar kokoh untuk menyangga sebuah bangunan agar dapat berdiri kokoh dan kuat sehingga dapat kekal sesuai dengan harapan pasangan. Terdapat empat pilar utama dalam pernikahan yang harus dilakukan oleh setiap pasangan agar hubungan yang sudah terjalin dapat terjaga, yaitu cinta kasih yang tulus dan

saling menghormati satu dengan yang lain, pengelolaan penghasilan keluarga yang terbuka, penyesuaian kehidupan seksual, dan kebersamaan dalam aktivitas spiritual (Afni, 2016).

Pilar-pilar yang menyangga sebuah hubungan dalam perjalanan sebuah hubungan pernikahan tentu terkadang menghadapi permasalahan-permasalahan seperti perdebatan dalam beberapa hal, permasalahan keuangan, permasalahan kehidupan seksual, dan permasalahan-permasalahan lain yang menghadirkan konflik dalam kehidupan pernikahan (Pungki, 2019). Kondisi tersebut pada dasarnya dianggap wajar dan dianggap mampu menghadirkan nilai positif untuk menjadi pribadi yang sama-sama lebih dewasa dan dapat memperkuat hubungan yang sedang dijalani. Meskipun demikian kesalahan dalam menangani konflik juga mampu menyebabkan permasalahan-permasalahan lain yang lebih besar termasuk keinginan untuk berpisah. Untuk itulah diperlukan manajemen konflik yang baik atau strategi yang tepat bagi pasangan untuk dapat menyelesaikan permasalahan atau konflik tersebut.

Salah satu cara atau strategi yang tepat untuk mengatasi konflik atau permasalahan yang terjadi dalam sebuah pernikahan adalah dengan memaafkan (*forgiveness*). *Forgiveness* berkaitan dengan pemahaman yang dimiliki oleh setiap individu atau seseorang mengenai cara dalam menyelesaikan konflik interpersonal secara efektif, hal tersebut dikarenakan permintaan maaf merupakan sebuah pernyataan tidak bersyarat pada kesalahan yang pernah dibuatnya dan komitmen untuk memperbaiki kesalahan tersebut (KJ, 2018). *Forgiveness* didefinisikan sebagai kumpulan motivasi yang dapat mengubah

seseorang untuk tidak melakukan balas dendam dan memunculkan kekuatan untuk mengurangi atau menghapuskan segala dendam dan meningkatkan konsiliasi hubungan dengan seseorang (Cooke, 2006). Hal tersebut dapat diartikan bahwa *forgiveness* merupakan bentuk ungkapan sakit hati seseorang atas perlakuan orang lain kepada dirinya dengan cara memperbaiki hubungan yang ada dan memaafkan atau merelakan setiap kesalahan yang dilakukan pihak tersebut.

Pada kehidupan berpasangan, *forgiveness* ini sangatlah dibutuhkan untuk menghindari adanya pertengkaran dalam hubungan. Terdapat beberapa aspek dari *forgiveness* yang sering diterapkan oleh setiap pasangan seperti aspek *Avoidance Motivations*, *Revenge Motivatio*, *Benevolence Motivations* (Warsah, 2020). *Avoidance Motivations* ini berkaitan dengan menurunnya motivasi individu untuk menghindari orang yang menyakiti yaitu dapat dilihat dengan mulai berkurangnya keinginan menjaga jarak dengan seseorang yang pernah menyakitinya. *Avoidance* pada dasarnya merupakan dimensi negatif dalam *forgiveness* dimana rendahnya motivasi untuk menghindar akan semakin menjadikan seseorang tersebut dekat terhadap perilaku memaafkan. Hal ini terlihat pada hasil wawancara pada subjek yaitu:

“...Saya tidak pernah menghindar pada saat terjadi masalah pada hubungan Saya, menurut Saya, menghindar bukan berarti menyelesaikan masalah namun akan menimbun masalah...” – T, 35 Tahun, 9 September 2021.

“...Saya tidak menghindar ketika terjadi masalah...” – S, 28 Tahun, 9

September 2021.

Pada aspek *Revenge Motivations* (Motivasi untuk Balas Dendam) aspek ini berkaitan dengan adanya dorongan dari individu untuk membalas perbuatan yang dilakukan orang lain terhadapnya dimana dalam hal ini adalah perbuatan jahat. Individu dalam aspek ini merupakan individu yang marah, benci, dan berbagai emosi negatif sehingga meningkatkan keinginan untuk membalas dendam (Warsah, 2020). Hal ini terlihat pada hasil wawancara pada subjek yaitu:

“...Niatan balas dendam tidak pernah ada, terlalu membuang waktu bagi Saya...” – T, 35 Tahun, 9 September 2021.

“...Saya tidak pernah membalas dendam Saya kepada pasangan Saya karena menurut Saya itu tidak baik ya...” – S, 28 Tahun, 9 September 2021.

Pada Aspek *Benevolence Motivations* (Motivasi untuk berbuat baik) aspek ini berkaitan dengan adanya dorongan untuk berbuat baik kepada orang yang pernah menyakitinya dengan mulai timbul adanya empati yang kemudian akan terjalin komunikasi yang baik sehingga niat atau keinginan berbuat baik dapat dicapai. *Benevolence* merupakan aspek positif dari dimensi *forgiveness* yang menandakan bahwa semakin tinggi penilaian dari aspek ini menandakan bahwa individu tersebut akan semakin mengarah kepada perilaku memaafkan. Penerapan pada aspek ini akan menimbulkan adanya dorongan untuk memaafkan pasangan atau orang yang telah menyakiti. Hal ini dapat terlihat pada hasil wawancara pada subjek yaitu:

“...Saya selalu bertindak memaafkan ketika sudah berumah tangga seperti ini...” – T, 35 Tahun, 9 September 2021.

“...Saya sering memaafkan karena untuk mempertahankan apa yang sudah dibangun...” – S, 28 Tahun, 9 September 2021.

Penerapan *forgiveness* dalam pernikahan memberikan berbagai manfaat positif terhadap keberlangsungan hubungan yang dijalankan. Manfaat tersebut diantaranya adalah dapat meningkatkan kepuasan seseorang dalam pernikahan yang dijalani dan berkaitan erat dengan resolusi konflik (Setyo, 2019). Keberadaan *forgiveness* akan memberikan kedamaian hati kepada individu, melepaskan segala bentuk rasa sakit dan amarah, memulihkan kualitas hubungan dan mengembalikan kondisi emosional setelah terjadinya konflik serta dampak lanjutan dari manfaat-manfaat tersebut adalah dapat memberikan kelanggengan hubungan. *Forgiveness* akan memberikan peningkatan kualitas *emotional well being*, kondisi fisik, dan kualitas *intimate relationship* pada diri seseorang (Safaria, 2014).

Forgiveness pada seseorang pada dasarnya dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu proses emosional dan kognitif, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, karakteristik atau jenis serangan, kualitas hubungan yang sedang dijalani, dan faktor kepribadian (Lawler-Row, Younger, Piferi, & Jones, 2006). Faktor kepribadian salah satunya adalah berkaitan dengan kelekatan dimana kelekatan merupakan ikatan emosional yang berada secara terus menerus yang didalamnya mencakup keinginan untuk terus dekat atau memelihara hubungan dengan seseorang terutama dalam kondisi tertekan (Hirst, Hepper, & Tenenbaum, 2019).

Salah satu bentuk kelekatan adalah kelekatan dewasa atau biasa disebut *adult attachment*.

Adult attachment atau kelekatan dewasa merupakan kecenderungan stabil pada seseorang untuk dapat memelihara kedekatan dengan seseorang yang mampu memberikan perasaan aman, nyaman, dan mampu melindungi secara fisik maupun psikis (Vollmann, Sprang, & van den Brink, 2019). *Adult attachment* didefinisikan sebagai ikatan emosional yang terjalin dengan seseorang yang terbentuk pada masa dewasa dalam hal ini suami istri sebagai salah satu cara untuk mempererat hubungan romantis (Collin & Read, 1990). Definisi lain mengenai *adult attachment* menjelaskan bahwa *adult attachment* merupakan hubungan yang melibatkan dua orang yang saling mencintai dan menyayangi yang menjadikan seseorang tidak ingin berpisah atau menjauh dari pasangannya (Hazan & Saver dalam Setyo, 2019).

Adult attachment secara dasar terbagi menjadi dua macam yaitu *secure attachment* (gaya kelekatan aman) dan *insecure attachment* (gaya kelekatan tidak aman). *Insecure attachment* terbagi menjadi dua yaitu *anxiety* dan *depend (avoidant)* (Gillath, Gery, & Fraley, 2016). *Secure attachment* merupakan mental diri yang percaya diri, penuh dorongan, merasa berharga, dan penuh kasih sayang. *Insecure attachment* merupakan model orang yang kurang perhatian, asertif, kurang percaya diri, dan ragu-ragu terhadap pasangan. *Avoidant attachment* yaitu individu yang skeptis, curiga, dan memandang orang lain sebagai individu yang kurang percaya diri, tidak nyaman akan hubungan intim, dan kurang rasa percaya. *Anxiety attachment* yaitu individu yang kurang percaya

diri, emosional dan mudah jatuh cinta namun sering berganti pasangan karena merasa kesulitan untuk menemukan cinta sejatinya.

Forgiveness atau perilaku memaafkan merupakan bentuk dorongan atau motivasi untuk mampu memberikan permintaan maaf kepada orang lain yang didasarkan pada keberadaan perasaan empati (Vural Batik, Yilmaz Bingol, Firinci Kodaz, & Hosoglu, 2017). Perasaan empati merupakan bagian dari kelekatan dewasa yang aman, seseorang yang memiliki perasaan kasih sayang yang tinggi, rasa percaya diri yang baik, dan merasa dirinya berharga dalam hubungan pernikahan akan lebih mudah dalam memaafkan pasangannya (Cempaka, 2015). Sebaliknya jenis kelekatan dewasa yang tidak aman, seseorang menampilkan penuh rasa curiga, keraguan kepada pasangan, dan sikap percaya diri yang rendah maka kemungkinan untuk memberikan maaf akan cenderung lebih rendah (Cempaka, 2015).

Penelitian yang dilakukan Setyo (2019) menunjukkan bahwa *adult attachment* berpengaruh kepada *forgiveness* pada pasangan suami istri. Subjek yang memiliki gaya kelekatan aman memiliki skor lebih tinggi pada aspek diri sendiri, situasi yang ada, dan orang lain, serta tindakan *forgiveness* yang dilakukan relatif lebih tinggi dibandingkan semua gaya kelekatan tidak aman. Selain itu, terdapat penelitian lain yang menyatakan bahwa kelekatan (*attachment*) yang bersifat negatif seperti kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) berdampak pada menurunnya *forgiveness* yang diberikan (Hirst et al., 2019).

Studi pendahuluan telah dilakukan guna mendukung penelitian ini. Studi pendahuluan penelitian dilakukan kepada 34 pasangan suami istri di Kabupaten Tangerang dan hasilnya menunjukkan bahwa 85 % responden memberikan pemaafan pada pasangannya ketika terjadi konflik dalam pernikahan dan 15 % responden tidak memberikan pemaafan pada pasangannya ketika terjadi konflik dalam pernikahan. Beberapa alasan pasangan yang memilih untuk memaafkan adalah karena salah satu dari pasangan tersebut meminta maaf terlebih dahulu dan terjadi saling memaafkan. Di sisi lain, memaafkan pasangan bisa terjadi walaupun salah satu pasangan tidak meminta maaf tetapi salah satu pasangan memilih untuk memaafkan karena memiliki perasaan cinta dan memikirkan kebaikan pasangan yang jauh lebih banyak daripada kesalahan yang dibuat sehingga muncul perasaan bersalah jika tidak memaafkan pasangan. Selain itu, komunikasi dengan pasangan berjalan lancar sehingga memaafkan itu bentuk komitmen bersama. Alasan pasangan memilih untuk tidak memaafkan karena adanya kejadian perselingkuhan yang dialami oleh salah satu pasangannya. Hal ini memberikan dampak lebih sulit memberikan pemaafan bagi pelaku perselingkuhan atau pasangan yang selingkuh.

Berdasarkan fenomena dan uraian yang telah dipaparkan, maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh *Adult Attachment* Terhadap *Forgiveness* Pada Pasangan Suami-Istri di Kabupaten Tangerang”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah apakah ada pengaruh *adult attachment* terhadap *forgiveness* pada pasangan suami-istri di Kabupaten Tangerang?

C. Tujuan Penelitian

Maka tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *adult attachment* terhadap *forgiveness* pada pasangan suami-istri di Kabupaten Tangerang.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara akademis, penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan memberi informasi dari sudut pandang psikologi mengenai pengaruh *Adult Attachment* terhadap *Forgiveness* pada pasangan suami-istri.

2. Secara Praktis

- 1) Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan dan referensi bagi penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang sama dan cakupan yang lebih luas lagi.
- 2) Dapat digunakannya sebagai sarana untuk membangun hubungan yang baik dengan adanya *forgiveness* didalam *attachment* pada hubungan.
- 3) Dapat digunakan sebagai pengetahuan mengenai *forgiveness* yang tepat dalam hubungan.