

KECENDERONGAN MEMAAFKAN INDIVIDU YANG PERNAH DIKHIANATI DALAM HUBUNGAN ROMANTIS

THE TENDENCY TO FORGIVE OF A PERSON WHO HAS BEEN BETRAYED IN A ROMANTIC RELATIONSHIP

Oleh: fadhila nurul aini putri, bimbingan dan konseling, fakultas ilmu pendidikan, universitas negeri yogyakarta, 13104244003@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecenderungan memaafkan individu yang pernah dikhianati dalam hubungan romantis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian studi kasus. Pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Data di analisis menggunakan teknik reduksi, penyajian data, dan kesimpulan Uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode. Penelitian menunjukkan hasil yang berbeda dari tiap subjek, dimana subjek UK cenderung memaafkan, namun ada rasa puas bila pelaku mengalami penderitaan yang sama, subjek SD memaafkan namun tidak percaya pada pelaku dan masih menunjukkan emosi negatif (contohnya kemarahan) dalam beberapa situasi yang membuatnya tidak nyaman. Subjek NL cenderung memaafkan dan mampu berbuat baik lagi kepada pelaku. Subjek LA cenderung memaafkan, dan tanpa menyimpan dendam. Terakhir yaitu subjek IL memiliki kecenderungan untuk menghindar dan tidak memaafkan.

Kata kunci : *memaafkan, khianat, hubungan romantis, selingkuh*

Abstract

This study aims to determine the tendency to forgive individuals who have been betrayed in a romantic relationship. This study used a qualitative approach with case study method. Data were collected by observation and interview. Data were analyzed by reduction technique, display data, and conclusion. The validity tested by triangulation technique that consist of source triangulation and method triangulation. The study showed different results that subject UK tends to forgive, but still satisfied when the offender suffers the same. Subject SD tends to forgive but does not put her trust on the offender and still maintain some negative emotions (e.g resentment) in some situations that make her uncomfortable. Subject NL tends to forgive and be able to do good to the offender as well. Subject LA subjects tend to forgive without holding a grudge. Subject IL has a tendency to avoid, and not forgive.

Keywords: *forgive, betrayed, romantic relationship, cheating*

PENDAHULUAN

Memaafkan dibutuhkan dalam menyudahi dan menangani konflik yang terjadi dalam setiap hubungan, tak terkecuali hubungan romantis. Individu yang dapat dengan mudah memaafkan biasanya jarang mengalami konflik yang berkepanjangan, bahkan dapat menghindari konflik.

Memaafkan juga dapat mencegah keinginan untuk membalas atau menyimpan dendam, kondisi ini tentunya akan memberikan

keuntungan di kedua belah pihak yang mengalami konflik, sama seperti yang dikemukakan oleh Kusprayogi dan Nashori (2016) bahwa memaafkan dapat digunakan untuk melepaskan semua beban penderitaan seperti stres, menyimpan dendam, beban pikiran dan perasaan sakit. Emosi-emosi dan pikiran-pikiran positif mampu memenuhi kepada individu yang mampu memaafkan, namun memaafkan tidak bisa semudah itu diterima, khususnya individu yang pernah merasa disakiti

dan dikhianati. Kita bisa saja menemukan seseorang yang mengaku telah memaafkan orang yang mengkhianati dirinya, namun disisi lain orang yang dikhianati tersebut berharap pelaku yang mengkhianati dia mendapatkan balasan atas perbuatannya. Kasus seperti ini sering terjadi ketika individu tidak memiliki motivasi untuk sungguh-sungguh menerima maaf.

Secara umum manusia mengharapkan adanya permintaan maaf dan pemberian maaf yang tulus. Ada kondisi ideal dimana setiap permintaan maaf harus di sambung dengan penerimaan maaf, namun sayangnya kapasitas setiap orang dalam menerima maaf tentunya berbeda, ada orang yang mudah melupakan dan mudah pula memaafkan, ada juga yang sulit untuk melupakan kejadian pahit akibat dikhianati. Seperti yang di sampaikan Nuran bahwa saling memaafkan menjadi suatu tradisi hubungan antar manusia, akan tetapi tradisi ini juga seringkali hanya merupakan ritual belaka, dan pada akhirnya, orang yang memberi maaf itu kecewa dan menyesali tindakannya. Hal ini terjadi karena permintaan maaf sering tidak ditindaklanjuti dengan perilaku yang konsisten dengan permintaan maaf yang diterima, hal ini membuat pemaafan sulit terwujud.

Maka, perlu diketahui bentuk kecenderungan memaafkan individu yang pernah dikhianati. Sebagai dasar dalam penelitian ini McCullough (2008) memiliki aspek-aspek memaafkan, yaitu: motivasi berbuat baik, motivasi menjaga jarak dan motivasi membalas dendam. Yang menjadi alat untuk mengukur kecenderungan memaafkan yang sebenarnya dari

individu yang dikhianati. Hal ini agar tidak menjadi bias pemaafan yang memengaruhi keberlangsungan hubungan romantis antar individu yang mengalami kasus ini.

Pemaafan seringkali dibutuhkan dalam menyudahi dan menangani konflik, contohnya konflik didalam hubungan romantis, yaitu perselingkuhan, dimana fokus penelitian ini diartikan sebagai pengkhianatan kepercayaan dalam hubungan romantis.

Oleh karena itu, penulis terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Kecenderungan Memaafkan Individu Yang Pernah Dikhianati dalam Hubungan Romantis” dengan subjeknya berjumlah 5 mahasiswi di Fakultas Ilmu Pendidikan UNY yang mengalami kasus dikhianati dalam hubungan romantis.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu jenis penelitian kualitatif dengan metode studi kasus.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 di lingkungan Universitas Negeri Yogyakarta dan sekitarnya.

Subjek, *Setting* dan Teknik Penelitian

Subjek penelitian ini terdiri 5 orang mahasiswi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang berusia 18-22 tahun yang pernah mengalami kasus diselingkuhi.

Kelima subjek ini didapatkan dengan melakukan teknik *purposive*.

Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan dengan observasi awal mengenai kecenderungan memaafkan seseorang yang pernah mengalami kasus dikhianati dalam hubungan romantis. Kemudian setelah pembuatan proposal penelitian selesai, kegiatan selanjutnya adalah dengan membuat pedoman wawancara dan pengambilan data penelitian. Peneliti melanjutkan mengambil data atau informasi ke subjek penelitian, dan memulai pengumpulan data. Data dikumpulkan dengan teknik wawancara dan observasi. Data penelitian diperoleh melalui metode pengumpulan data serta pedoman penelitian. Pengolahan data dilakukan sejak awal pengambilan data hingga akhir pengumpulan data. Setelah penolahan data, peneliti mendeskripsikan hasil penelitian berdasarkan data yang diperoleh pada saat melakukan penelitian.

Data, Instrumen dan Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara observasi dan wawancara.

Peneliti dapat mengenal dan mengamati situasi-situasi tertentu yang terdapat di lapangan dengan mencatat hal-hal apa saja yang dianggap penting dalam menunjang tujuan penelitian. Observasi ini mampu memberikan kemudahan terutama dalam hal memperoleh data dilapangan.

Wawancara dilakukan pada informan yang pernah mengalami peristiwa diselingkuhi dalam hubungan romantis. berikut merupakan kisi-kisi wawancara yang berasal dari tiga aspek menurut McCullough yaitu: *benevolence motivation* (motivasi berbuat baik), *avoidance motivation* (motivasi menjaga jarak), dan *revenge motivation* (motivasi membalas dendam).

Instrumen penelitian menurut pendapat Arikunto (2006: 149) merupakan alat bantu bagi peneliti dalam mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan adalah.

Instrumen pokok, yaitu peneliti sendiri. Peneliti sebagai instrumen dapat berhubungan langsung dengan responden dan mampu memahami serta menilai berbagai bentuk dari interaksi di lapangan. Instrumen yang kedua adalah paduan wawancara semi terstruktur. Wawancara dilakukan dengan melihat ekspresi verbal informan dan memperhatikan detail informasi yang dimunculkan. Instrumen yang ketiga adalah observasi, observasi dilakukan dengan menggunakan pedoman observasi.

Teknik dan instrumen diatas digunakan demi memperoleh data yang akurat mengenai kecenderungan memaafkan.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan berasal dari Miles and Huberman (1984) (dalam Sugiyono, 2012) yang mengemukakan bahwa aktivitas dalam penelitian kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah

jenuh. Teknik analisis data model interaktif menurut Miles & Huberman (1984) (dalam Sugiyono, 2012) terdiri dari beberapa tahapan yang akan dilakukan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data yang telah dianalisis oleh peneliti menghasilkan suatu kesimpulan yang selanjutnya dimintakan kesepakatan dengan informan. Hal ini dilakukan agar dapat mempertahankan dan menjamin validitas dan reabilitas hasil temuannya, sehingga kesimpulan penelitian bersifat kokoh.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Subjek UK menerima permintaan maaf dari pelaku, namun cenderung belum mampu menyembuhkannya luka-luka batinnya ketika UK teringat akan kejadian pengkhianatan yang dialaminya. Afif (2010) mengatakan, meskipun subjek dan pelaku sudah saling memaafkan, namun masih akan ada emosi negatif yang muncul dalam kondisi tertentu yang dikhawatirkan dapat mengarah kepada hal-hal yang merugikan baik dari pihak subjek, pihak pelaku maupun pihak sekitar pelaku. Saat UK sedang sendirian, akan muncul emosi-emosi negatif seperti kemarahan pada dalam beberapa situasi yang membuat tidak nyaman yang berkaitan dengan pengkhianatan yang dialaminya, seperti marah, tantrum, merusak barang sekitar, kemunculan emosi yang tiba-tiba ini karena sebelumnya emosi UK cenderung ditekan, meskipun begitu, saat ini tidak ada usaha UK untuk menjaga jarak dan sudah tidak ada keinginan membalas dendam pelaku walaupun memiliki kesempatan

Hampir sama seperti UK, subjek SD menerima permintaan maaf dari pelaku dan menjalin hubungannya kembali, muncul emosi-emosi negatif seperti kemarahan pada beberapa situasi yang membuat SD tidak nyaman yang berkaitan dengan pengkhianatan yang dialaminya, seperti marah, bertengkar, melempar benda, menyakiti diri sendiri menunjukkan perasaan puas apabila pelaku merasakan penderitaan yang pernah subjek tanggung, ini disebabkan oleh tingkat ruminasi yang tinggi oleh subjek, peneliti pun mengamati bahwa subjek SD memang seringkali memikirkan banyak hal hingga membuat subjek SD selalu diliputi perasaan cemas dan khawatir. Menurut Onayli et al (2016), ruminasi berhubungan dengan efek negatif sebagai reaksi dari perselingkuhan. Tingginya tingkat ruminasi SD yang membuat SD semakin menghayati luka akibat dikhianati oleh orang yang sudah SD percaya. Meski begitu, SD tidak ingin melakukan pembalasan, meskipun memiliki kesempatan. Tapi ada keinginan membalas dendam kepada perempuan selingkuhan pelaku dan juga tidak ada usaha menjaga jarak dengan pelaku.

Subjek NL cenderung memaafkan secara total, karena pelaku sudah menunjukkan i'tikad baik dan sungguh-sungguh meminta maaf, yang menjadi syarat bagi NL, ini lah yang membuat NL termotivasi untuk memaafkan pelaku dan memulai hidup yang baru. Saat ini sudah tidak ada keinginan membalas dendam bila ada kesempatan, tidak merasa puas dan tidak peduli bila pelaku menderita dan tidak ada keinginan

menjaga jarak. Bila dilihat dari usia, NL merupakan subjek yang usianya paling tua daripada subjek lainnya, disinilah muncul kematangan dari diri NL, didukung pernyataan dari Worthington, dkk (2007) (dalam Muntafi, 2014) bahwa kematangan emosi merupakan elemen yang sangat penting dalam memaafkan karena melalui kematangan emosi, ini yang menyebabkan NL sebisa mungkin menghindari konflik dengan memaafkan dan tidak menyimpan dendam.

Subjek LA cenderung memaafkan untuk membuat dirinya tenang dengan selalu berfikir positif, dalam kata lain, subjek LA memaafkan pelaku karena dia berniat untuk berbuat baik dan memaafkan demi dirinya sendiri, sehingga komitmen intrapersonal dalam dirinyalah yang berperan besar membantu proses memaafkan perselingkuhan yang dialaminya. McCullough (2008) mengatakan bahwa ketika korban memaafkan pelaku, dendam korban akan berkurang dan berkurang pula perasaan sakitnya, mereka akan mendapatkan timbal balik berupa motivasi yang bersifat positif dan baik, bahkan cinta kepada pelaku. ini lah yang terjadi pada LA saat ini. Tidak ada keinginan untuk menjaga jarak lagi, meskipun sebelumnya hal itu pernah terjadi. Saat ini tidak ada keinginan untuk membalas dendam bila memiliki kesempatan, dan tidak merasa puas bila pelaku menderita.

Tidak adanya rasa penyesalan dari individu yang sudah menyelingkuhi IL, membuat IL memilih menjaga jarak dengan pelaku, terlebih karena IL sudah terlanjur sakit hati dan tidak terdorong untuk memaafkan individu yang sudah

menyelingkuhinya. Sudah tidak ada niatan berbaikan dan berlaku ramah dengan pelaku.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan singkat dari penelitian ini adalah:

1. Subjek UK cenderung memaafkan, namun ada rasa puas bila pelaku mengalami penderitaan yang sama,
2. Subjek SD memaafkan namun tidak percaya dan masih menunjukkan emosi negatif (contohnya kemarahan) dalam beberapa situasi yang membuatnya tidak nyaman.
3. Subjek NL cenderung memaafkan karena rasa dendam dan sakit hatinya sudah tidak ada lagi dan dibantu dengan pengakuan salah dari pelaku.
4. Subjek LA cenderung memaafkan, karena untuk membuat dirinya tenang dengan selalu berfikir positif, keinginan LA untuk memaafkan pelaku berasal dari dalam dirinya dan tidak puas bila pelaku menderita, LA yang lebih ingin berbuat baik pada pelaku.
5. Subjek IL memiliki kecenderungan untuk menghindar dan tidak memaafkan.

DAFTAR PUSTAKA

Afif, Afthonul. (2015). *Pemaafan, rekonsiliasi & restorative justice*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. Corey
- Fitness, Julie. (2001). Betrayal, rejection, revenge and forgiveness: an interpersonal script approach *Interpersonal rejection*, 73–103.
- Kusprayogi, Yogi & Nashori, F. (2016). Kerendahatian dan pemaafan pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi 1(1)*. Universitas Islam Indonesia. 12-29.
- Lewicki, R J & Wiethoff. (2000). Trust, Trust Development, and Trust Repair. *The handbook of conflict resolution: Theory and practice*. 1(1), 86-107. McCullough
- Muntafi, Muhammad Syifaul. (2014). Forgivingness ditinjau dari kepribadian big five pada mahasiswa UIN Maliki Malang. *Disertasi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Utami, Deassy Arifianti. (2015). Kepercayaan interpersonal dengan pemaafan dalam hubungan persahabatan. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*, 3(1), 54-70.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wahyudi, H. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dengan ketakutan menjalin intimasi dalam hubungan romantis pada laki-laki dan perempuan. *Disertasi*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Wardhati, L. T. & Faturachman. (2008). *Psikologi pemaafan*. *Buletin Psikologi UGM*, 14(1). 57-67.