

**GAMBARAN PROSES PEMAAFAN PRIA MENIKAH YANG  
PERNAH DISELINGKUHI**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan**

**Gelar Sarjana Psikologi**

**Oleh:**

**Feronika Helsinki**

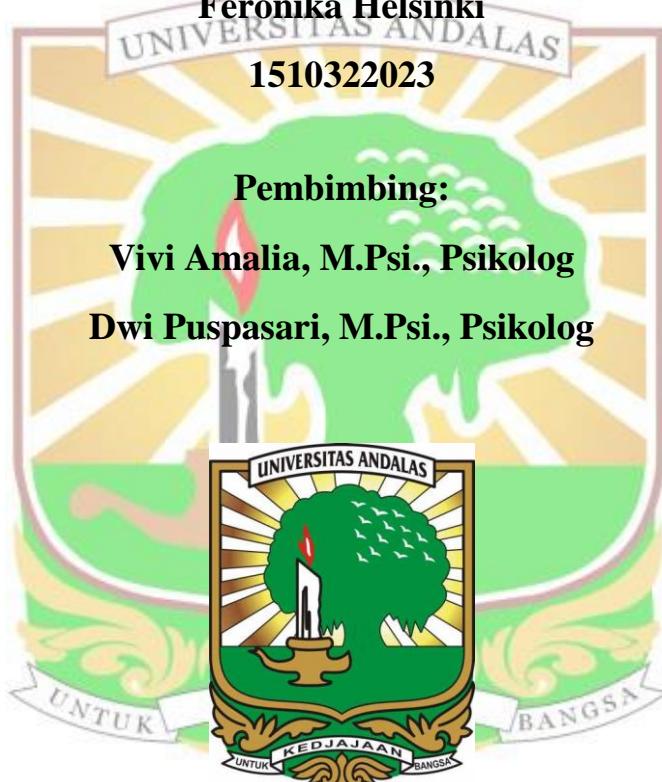
**UNIVERSITAS ANDALAS**

**1510322023**

**Pembimbing:**

**Vivi Amalia, M.Psi., Psikolog**

**Dwi Puspasari, M.Psi., Psikolog**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG**

**2020**

## ***Forgiveness Process on Married Men Who Have Been Cheated***

**Feronika Helsinki, Vivi Amalia, Dwi Puspasari**  
**Psychology Department, Faculty of Medicine, Andalas University**  
**fehelsinki88@gmail.com**

### **ABSTRACT**

*Lately, more married women are having an affair. In married couples, infidelity can have a negative effect on their relationships. As well as women, men who are cheated by his wife also feel negative emotions. This research examined forgiveness process and its associated affecting factors among married men as they overcome the infidelity of their wives.*

*The present research used qualitative method with phenomenological approach and analyzed using interpretative phenomenological analysis. This research have done to three informants who have been cheated by their wives.*

*The result showed that forgiveness process started with uncovering phase, and found themes such as the existence of perceived denial, feeling of negative emotions, venting negatif emosions, has the intention to get revenge, and assess forgiveness as a difficult process. In decision phase, found themes such as surviving in marriage, perceived changes, thinking of solutions and considering forgiveness, and showing seriousness to forgive wives. In work phase, found themes such as informant reframed, received and absorbed pain, and there was support from religiosity. And in deepening phase, found themes such as find meaning from experience, feel everyone deserve forgiveness, realize that he is not alone, find new goals in life, and change negative feelings into positive ones. Based on those stage, support from religiosity is the main factor influencing forgiveness for one of the informants who succeeded through all stages of forgiveness. On the other hand, offense-related and offender's respon who influenced the other two informants couldn't forgive his wife who had an affair.*

**Keyword:** *forgiveness, married men, got cheated*

## **Gambaran Proses Pemaafan Pria Menikah yang Pernah Diselingkuhi**

**Feronika Helsinki, Vivi Amalia, Dwi Puspasari**  
**Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas**  
[fehelsinki88@gmail.com](mailto:fehelsinki88@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Perselingkuhan yang dilakukan oleh istri semakin banyak terjadi. Pada pasangan menikah, perselingkuhan dapat menimbulkan efek negatif bagi hubungan pernikahan. Sama halnya dengan wanita, pria yang diselingkuhi juga akan merasakan emosi negatif yang dapat merusak harmoni rumah tangga. Penelitian ini bertujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran pemaafan pria menikah yang istrinya pernah berselingkuh serta faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan tersebut.

Metode yang digunakan pada penelitian ini ialah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis, serta analisis data menggunakan metode *interpretative phenomenological analysis*. Informan penelitian ini berjumlah tiga orang pria menikah yang pernah diselingkuhi oleh istri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses pemaafan diawali dengan tahapan *uncovering*, ditemukan tema adanya penyangkalan yang dirasakan, merasakan emosi negatif, melampiaskan emosi negatif, niatan membala dendam dan menilai pemaafan sebagai proses yang sulit. Kedua, tahapan *decision* ditemukan tema bertahan dalam pernikahan, adanya perubahan, memikirkan jalan keluar dan mempertimbangkan pemaafan, serta memperlihatkan keseriusan untuk memaafkan istri. Ketiga, pada tahapan *work* ditemukan tema dimana informan melakukan *reframing*, menerima dan menyerap rasa sakit, dan adanya dukungan dari religiusitas. Terakhir pada tahapan *deepening* ditemukan tema dimana informan menemukan makna dari pengalaman, merasa setiap orang berhak mendapat pemaafan, sadar bahwa dirinya tidak sendiri, menemukan tujuan baru dalam hidup, serta bergantinya perasaan negatif menjadi positif. Berdasarkan tahapan tersebut, dukungan dari religiusitas menjadi faktor utama yang mempengaruhi pemaafan pada salah satu informan yang berhasil melalui seluruh tahapan pemaafan. Sebaliknya karakteristik pelanggaran dan respon dari pelaku yang mempengaruhi dua informan lainnya tidak dapat memberikan pemaafan pada istrinya yang berselingkuh.

**Kata kunci:** *pemaafan, pria menikah, diselingkuhi*