

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pernikahan merupakan penyatuan antara laki-laki dan perempuan yang telah memenuhi umur untuk hidup bersama dalam suatu ikatan. Strong, DeVault, dan Cohen (2011) menjelaskan pernikahan sebagai sebuah ikatan yang sah antara laki-laki dan perempuan dimana keduanya terlibat secara seksual, bekerjasama dalam ekonomi, serta memiliki dan membesarkan anak. Sejalan dengan definisi tersebut, dalam suatu pernikahan, pasangan akan saling bekerjasama seperti saat menjaga kestabilan ekonomi rumah tangga, menjaga keharmonisan rumah tangga, serta membesarkan anak (Knox & Schacht, 2010; Olson, DeFrain, & Skogrand, 2011).

Saat seseorang memutuskan untuk menikah, tujuan yang ingin dicapai ialah untuk menikah sekali dalam seumur hidup. Sesuai dengan UU No. 1 ayat 1 Tahun 1974 tentang perkawinan, bahwa tujuan pernikahan adalah untuk membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Melalui pernikahan, pasangan dapat saling memenuhi kebutuhannya tentang cinta, kepuasan pribadi, keinginan mengenai adanya yang menemani, serta keinginan untuk menjadi orangtua (Knox & Schacht, 2010). Dengan menikah juga, seseorang dapat melegalkan hubungan seksual antara pasangan, menjaga hak antara anggota keluarga, memelihara kelangsungan hidup kekerabatan, memenuhi kebutuhan untuk status sosial di masyarakat, dan juga untuk memperoleh ketentraman batin (Amir, 2001).

Dalam suatu pernikahan merupakan hal yang wajar jika terdapat perbedaan pandangan antara pasangan suami dan istri. Perbedaan pandangan yang dialami oleh pasangan pernikahan terkadang dapat menggiring pasangan pada masalah. Beberapa masalah-masalah yang dialami oleh suatu pasangan menikah yang diungkapkan oleh Tolstoy (dalam Strong et al., 2011) ialah masalah komunikasi, anak dan *parenting*, seksual, keuangan, kepribadian yang berbeda, bagaimana menghabiskan waktu luang, mengurus rumah tangga, dan *infidelity* atau ketidaksetiaan. Isu mengenai ketidaksetiaan atau adanya hubungan lain di luar pernikahan ini dikatakan sebagai masalah yang besar dalam sebuah pernikahan (Sadarjoen, 2005; Fan & Lui, 2004). Ketidaksetiaan yang dibahas dalam penelitian ini ialah mengenai selingkuh yang dilakukan oleh salah satu pasangan dalam hubungan pernikahannya.

Selingkuh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah suka menyembunyikan sesuatu untuk kepentingan sendiri; tidak berterus terang; tidak jujur; curang; serong; suka menyeleweng. Melakukan selingkuh dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia disebut sebagai perselingkuhan. Perselingkuhan merupakan hubungan antara seseorang dengan orang lain yang bukan pasangannya, yang berdampak pada tingkat keintiman, jarak emosional, dan keseluruhan keseimbangan dinamis dalam pernikahan (Moultrup, 1990).

Isu mengenai selingkuh sudah dibahas lebih dari 30 tahun lalu (Hertlein & Weeks, 2007). Dari tiga puluh tahun, perilaku dan pelaku selingkuh terus mengalami perkembangan. Berdasarkan data yang digunakan pada penelitian Fair (1978), Wiederman (1997), Scheeren, Apellaniz, dan Wagner (2018), hingga

Mark (dalam Giacobbe, 2018) menunjukkan adanya peningkatan jumlah perempuan yang berselingkuh, dari jumlah lebih sedikit dibanding pria, menjadi hampir sama atau lebih banyak dari pria. Martin (dalam Evans, 2018) dalam penelitian yang ia lakukan untuk bukunya yang berjudul *Untrue*, dan Smith (dalam Giacobbe, 2018) yang merupakan Ketua pelaksanaan *The National Opinion Research Center's 2016 General Social Survey* juga menyatakan bahwa perselingkuhan yang dilakukan oleh istri dalam dua hingga tiga dekade terakhir meningkat 40 persen. Perkembangan zaman dimana perempuan mulai aktif bekerja dan perkembangan teknologi, menjadi salah satu penyebab mengapa perempuan sekarang memiliki kesempatan yang sama untuk berselingkuh (dalam Giacobbe, 2018).

Di Indonesia, jika mencari data mengenai perselingkuhan, maka artikel yang muncul lebih banyak mengenai istri yang berselingkuh. Namun dalam penelitian ilmiah, hanya sedikit penelitian yang membahas perselingkuhan yang dilakukan oleh istri. Kurangnya data mengenai perselingkuhan yang dilakukan oleh istri yang disebabkan karena istri mahir menyembunyikan perselingkuhannya (O'Callaghan, 2017) menjadikan sedikitnya yang mengetahui dan membahas kasus istri yang berselingkuh. Melalui survei yang dilakukan oleh aplikasi *just dating*, di Indonesia ditemukan bahwa persentase wanita berselingkuh 10% lebih banyak daripada pria (Setia, 2017).

Berdasarkan *review* literatur dari tahun 1980 hingga 2005 yang dilakukan oleh Blow dan Hartnett mengenai selingkuh, didapatkan kesimpulan bahwa selingkuh bisa dikategorikan dalam tiga tipe, yaitu selingkuh yang hanya

melibatkan seksual saja, emosional saja, dan kombinasi dari keduanya (dalam Olson et al., 2011). Perilaku selingkuh ini disebabkan oleh berbagai faktor yang melatarbelakanginya.

Pasangan yang terlibat perselingkuhan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor berikut yang beroperasi secara interaktif maupun terpisah, yaitu *involved partner*, *spouse*, *marriage*, dan *context* (Allen, Atkins, Baucom, Snyder, Gordon, & Glass, 2005; Scheeren et al., 2018). Faktor *involved partner* mencakup faktor-faktor yang disebabkan oleh individu yang terlibat dalam perselingkuhan, seperti ketertarikan fisik dengan orang lain (Scheeren et al., 2018). Pada faktor *spouse*, mencakup faktor-faktor yang disebabkan oleh pasangan dari individu yang terlibat dalam perselingkuhan, seperti adanya KDRT, tidak adanya kasih sayang, dan tidak dihargai (Scheeren et al., 2018). Selanjutnya pada faktor *marriage*, mencakup faktor-faktor yang berkaitan dengan hubungan antara kedua pasangan seperti, kepuasan pernikahan (Nath, 2011; Glass & Wright, 1977), komunikasi yang negatif antar keduanya (Shaw, Rhoades, Allen, Stanley, & Markman, 2013). Lalu faktor yang terakhir ialah faktor *context*, mencakup faktor-faktor yang berasal dari luar hubungan pernikahan, seperti hidup di lingkungan yang menganggap selingkuh merupakan hal yang biasa (Scheeren et al., 2018).

Saat suami mendapati istrinya berselingkuh, secara alami suami akan merasakan emosi negatif seperti merasa sedih, dikhianati, terluka, putus asa, marah, dan benci (Enright & North, 1998), selain itu suami juga merasa dihina dan kehilangan muka akibat diselingkuhi (Chang, 1999). Reaksi emosi negatif yang muncul tersebut, dapat dinyatakan dengan kondisi tidak memaafkan atau

unforgiveness. Saat emosi negatif yang dirasakan oleh suami sering mengganggu, biasanya emosi tersebut akan dilampiaskan pada orang di sekitarnya termasuk pada istri.

Berikut kutipan dari informan S mengenai reaksinya saat mendapati istrinya berselingkuh:

“...Saat saya mengetahui dia selingkuh, saya merasa marah, kecewa, sedih. Saya juga sempat menanyakan saya ini kurang apa hingga dia akhirnya selingkuh. Kami bertengkar, adu mulut. Saat saya tahu dia ada mainnya dengan selingkuhannya itu, saya pukul selingkuhannya. Tapi balik lagi, saya tidak mau keluarga saya pada akhirnya pecah, jadi seringkali marahnya saya itu saya tahan dan mencoba untuk mengajak dia bicara dengan tenang. Berkali-kali dia berbuat, saya selalu mencoba memaafkan.” (Komunikasi personal dengan informan S, 25 Maret 2019).

Hal yang ditemui pada informan S di atas menunjukkan reaksi awal yang dirasakan oleh informan saat mendapati istrinya selingkuh, yaitu marah hingga akhirnya bertengkar, kecewa, dan juga sedih atas perselingkuhan yang dilakukan istrinya.

Saat emosi negatif akibat perselingkuhan terus bermunculan dan mengganggu, akan memberikan dampak yang negatif bagi hubungan pernikahannya. Dampak yang dirasakan karena perselingkuhan adalah konflik yang terjadi terus-menerus antara kedua pasangan sehingga kualitas pernikahan menjadi menurun, dan pada kondisi terburuknya dapat mengakibatkan bubarnya pernikahan atau perceraian (Chang, 1999; Charny & Parnass, 1995; South & Lloyd, 1995; Shackelford, Buss, & Shackelford, 2003; Fan & Lui, 2004).

Untuk dapat mempertahankan pernikahan dan merilis emosi-emosi negatif yang dirasakan, individu perlu mempertimbangkan adanya opsi pemaafan atas perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangan. Lama pernikahan yang telah

dijalani (Glass & Wright, 1977), kualitas pernikahan yang baik sebelum perselingkuhan terjadi, anak-anak yang ditinggalkan, dan ketaatan beragama yang dianut (Fan & Lui, 2004) bisa menjadi alasan mengapa suami pada akhirnya memilih memberikan pemaafan, sebagai upaya untuk mempertahankan pernikahan meskipun setelah diselingkuhi oleh istri.

Untuk dapat kembali pada kondisi emosional sebelum diselingkuhi, suami biasanya melalui beberapa tahap penyembuhan terlebih dahulu. Tahapan penyembuhan setelah selingkuh ini dijelaskan oleh Spring dan Spring (1996), bahwa pasangan bisa mengambil pelajaran dari pengalaman perselingkuhan dan diselingkuhi, berusaha untuk mengembalikan kepercayaan yang pernah dikhianati, mencoba untuk membicarakan atau mengkomunikasikan hal-hal yang terjadi, kembali berhubungan seksual, dan mencoba untuk memberikan pemaafan.

Pemaafan atau dikenal juga dengan istilah *forgiveness* merupakan suatu sikap yang mengubah seseorang menjadi berkurangnya keinginan untuk membalas dendam dan menjaga jarak dari pelaku, serta meningkatnya keinginan untuk berdamai dan berbuat baik pada pelaku meskipun pelaku telah melakukan tindakan yang menyakitkan (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997; McCullough, Fincham, & Tsang, 2003). Selain itu, North (dalam Enright & North, 1998) dan Enright (dalam Worthington, 2005) juga menyampaikan pendapatnya mengenai pengertian pemaafan yaitu sebagai sikap dimana seseorang mengganti pikiran, aksi, dan perasaan negatifnya menjadi lebih positif terhadap orang yang menyakitinya.

Pada wawancara personal yang penulis lakukan dengan informan mengenai apakah informan telah memaafkan perselingkuhan yang dilakukan oleh istri. Berikut penulis sertakan petikan dari jawaban informan mengenai pertanyaan tersebut:

“...Kalau untuk sesama manusia, saya sudah memaafkan perselingkuhan yang mereka lakukan. Karena prinsip saya adalah biar semua manusia yang ada di bumi ini masuk surga. Tapi kalau untuk personalnya, saya masih merasa sakit hati. Dahulu saya sempat terpikirkan untuk membalas dendam, tapi saya teringat lagi dengan anak saya yang ada dengannya. Jangan sampai ia merasa tersakiti juga.” (Komunikasi personal dengan informan S, 25 Maret 2019).

Dari penuturan informan di atas dapat dilihat bahwa informan sudah mencoba untuk memberikan pemaafan pada istri karena berdasarkan pegangannya dengan agama bahwa sesama manusia harus saling memaafkan, namun secara personal masih ada sisa-sisa rasa sakit hati yang ia rasakan karena diselingkuhi.

Pada saat memutuskan memberikan pemaafan, pria dan wanita melalui hal yang berbeda. Jika pelanggaran yang dimaksudkan adalah perselingkuhan, pria dilaporkan lebih sulit memaafkan (Shackelford, Buss, & Bennett, 2002; Whitty & Quigley, 2008; Sidelinger, Frisby, & McMullen, 2009; Tagler & Jeffers, 2013; Buss, 2018) dan akan memilih untuk membubarkan pernikahannya (Shackelford et al., 2002) terlebih jika perselingkuhan yang dilakukan istrinya melibatkan aktivitas seksual. Sulitnya pria dalam memberikan pemaafan ini dijelaskan oleh Exline, bahwa saat melakukan penelitian mengenai pemaafan, pria cenderung lebih pendendam dan sulit memaafkan dibanding wanita (dalam Sciencedaily, 2008; Mellor, Fung, & Hidayah, 2012). Pria juga menempatkan pemaafan sebagai hal yang kurang penting, dan secara lahiriah, kondisi mudah memaafkan dianggap

sebagai tanda kelemahan (Nancy, Wismanto, & Hastuti, 2014). Jadi, ketika suami memutuskan untuk memberikan pemaafan pada istri yang berselingkuh, suami akan melalui perjalanan dan proses yang panjang dan cenderung sulit.

McCullough et al. (2003) menjelaskan bahwa dalam proses pemaafan melibatkan perubahan prososial, jadi ketika seseorang memaafkan maka perilaku memaafkan akan terlihat pada pikiran, perasaan, dan tingkah laku dari orang yang memberi pemaafan tersebut. Proses memaafkan itu sendiri menurut Enright dan North (1998) terdiri dari *uncovering phase*, *decision phase*, *work phase*, dan *deepening phase* atau *outcome phase*. Fase-fase yang dilalui selama proses pemaafan tidak selalu harus kaku dan berurutan dilalui tahap pertahapnya, melainkan dipandang sebagai serangkaian proses yang fleksibel (Enright & North, 1998). Seseorang dalam proses pemaafan bisa saja tidak melalui suatu fase atau bahkan dapat kembali ke fase sebelumnya, tergantung pada kondisi selama proses pemaafan terjadi.

Dalam pemaafan, terdapat beberapa faktor yang berperan sebagai penentu suami memberikan pemaafan pada perilaku selingkuh istri. Pada beberapa penelitian yang dilakukan oleh McCullough bersama rekan-rekannya, faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan yang diberikan oleh seseorang diantaranya ialah empati, ruminasi, kedekatan personal, respon dari pelaku, serta karakteristik pelanggaran sebagai pengatur dari pemaafan (McCullough et al., 1997; McCullough, Rachal, Sandage, Worthington, Brown, & Hight, 1998; McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000; McCullough, Bellah, Kilpatrick,

Johnson, 2001; McCullough et al., 2003). Faktor-faktor tersebut yang menentukan apakah suami akan memberikan pemaafan pada istrinya.

Sebelum memutuskan untuk memberikan pemaafan, ada baiknya seseorang mempertimbangkan dampak negatif dan positif dari pemaafan terlebih dahulu. Sebelum memberikan pemaafan, seseorang harus mempertimbangkan adanya dampak negatif jika lebih mudah memberikan pemaafan pada orang yang menyakitinya. Dampak negatif ini dijelaskan oleh McNulty (2011) dalam penelitiannya yaitu, pasangan cenderung akan mengulangi lagi perbuatan menyakitkan tersebut jika pelanggaran yang dilakukannya mudah untuk dimaafkan, yang pada penelitian ini menyangkut perselingkuhan. Pada komunikasi personal yang dilakukan pada informan, dampak negatif yang dijelaskan oleh McNulty (2011) juga dirasakan oleh informan. Berikut petikannya:

“...Saat saya mengetahui dia sering telfonan dengan orang lain dan mulai sering pergi-pergi dari rumah, saya tidak pernah terang-terangan memarahinya. Saya lebih memilih untuk menasihati supaya dia berhenti dengan selingkuhnya dan kembali dengan keluarga. Awalnya dia mengiyakan, tapi dia melakukannya lagi. Sampai saya menjemputnya waktu itu saat dia sedang bersama pasangannya dan dia keluar dari hotel dengan pakaian yang semrawut. Saya marah, di rumah saya pukul selingkuhannya. Saya saat itu kalut. Saat itu istri saya memilih saya, tapi akhirnya dia pergi dari rumah untuk bersama selingkuhannya.”
(Komunikasi personal dengan informan S, 25 Maret 2019)

Di sisi lain, pemaafan memiliki dampak positif yang berguna bagi kesejahteraan fisik dan psikologisnya. Dampak yang dirasakan dengan diberikannya pemaafan ialah meningkatnya kualitas kesehatan fisik dan psikologis yang menurun akibat dari pelanggaran yang diterima (Coyle & Enright, 1997; McCullough et al., 2000; Nashori, 2011; Rey & Extremera, 2015; Akhtar &

Barlow, 2016), mengatasi rasa sakit hati dan kecewa, serta dapat mengembalikan hubungan yang sempat menjadi negatif ke positif (Nurlaela & Anisah, 2016).

Dilihat dari betapa bermanfaatnya pemaafan dalam membantu suami merilis emosi-emosi negatif yang dirasakan akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh istrinya, serta membuat suami kembali merasakan kesejahteraan psikologisnya, membuat penelitian ini penting untuk dilakukan agar dapat melihat bagaimana proses pemaafan yang dilalui oleh suami setelah diselingkuhi istri dan faktor apa saja yang mempengaruhi pemaafan tersebut.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini ialah:

1. Bagaimana gambaran proses pemaafan pria menikah yang pernah diselingkuhi?
2. Faktor apa sajakah yang berperan dalam proses pemaafan yang dilalui?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian yang telah disebutkan di atas, maka dapat ditentukan tujuan penelitian ini dilaksanakan ialah untuk:

1. Mengetahui gambaran proses pemaafan yang dilalui oleh pria menikah yang pernah diselingkuhi.
2. Mengetahui faktor apa saja yang berperan dalam proses pemaafan yang dilalui.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan:

1. Dapat memberikan sumbangsih teoritis guna memperkaya khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang ilmu Psikologi Klinis, khususnya topik pemaafan.
2. Dapat menjadi informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti topik yang serupa, yaitu pemaafan.

1.4.2. Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini, diharapkan:

1. Pria dapat memperoleh informasi mengenai pemaafan dan apa saja faktor yang mempengaruhi pemaafan dapat terjadi pada pria menikah yang diselingkuhi, sehingga dapat membekali diri jika suatu saat berada dalam posisi diselingkuhi oleh istri.
2. Pria mendapatkan informasi mengenai pemaafan sebagai salah satu metode terapi diri, sehingga dapat melanjutkan hidup dengan tenang dan bahagia meskipun pernah diselingkuhi oleh istri.

1.5. Sistematika Penulisan

BAB I : PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai pendahuluan yang berisi uraian singkat mengenai latar belakang penelitian, permasalahan penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian yang dilakukan.

BAB II : LANDASAN TEORI

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai tinjauan pustaka yang berisi teori-teori relevan yang menjadi acuan penulis dalam pembahasan permasalahan penelitian. Teori-teori yang digunakan dalam penelitian ini ialah mengenai pernikahan, tujuan pernikahan, masalah dalam pernikahan, perselingkuhan, penyebab perselingkuhan, pemaafan, proses pemaafan, dan faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan.

BAB III: METODE PENELITIAN

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian, narasumber atau informan penelitian, metode pengumpulan data yang digunakan, instrumen atau alat bantu pengumpulan data yang digunakan, validitas dan reliabilitas data penelitian, serta prosedur analisis data.

BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menguraikan analisis data ke dalam bentuk penjelasan data yang disertai dengan data pendukung secara lebih terperinci dan runtut.

BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini menjelaskan mengenai kesimpulan dari hasil penelitian dan saran terkait penelitian.