

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pemaafan

a. Pengertian Pemaafan

Pemaafan atau bisa disebut dengan *forgiveness* adalah suatu motivasi secara psikologis yang memiliki kaitan dengan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor pada individu yang menerima perlakuan kurang baik dan berdampak buruk pada kehidupan, guna memberikan pengampunan atas kesalahan yang dilakukan orang lain terhadap dirinya (McCullough, 2000). Individu yang mampu melakukan pemaafan ketika mengalami perasaan terluka dan peristiwa menyakitkan memiliki kesempatan untuk bisa melanjutkan hidup dengan bangkit dari perasaan yang dipendam.

Pengertian lain dikemukakan oleh Enright (2007) bahwa pemaafan atau *forgiveness* meliputi keinginan dari individu untuk melepaskan rasa benci, penilaian negatif, dan perilaku acuh tak acuh terhadap perilaku orang yang menyakiti. Keinginan tersebut dapat muncul karena individu merasa bahwa hal yang dapat menghambat kehidupannya salah satunya adalah memendam perasaan negatif.

Berdasarkan pengertian tersebut dapat dimaknai bahwa pemaafan adalah kemampuan individu untuk mengelola perasaannya. Sehingga mampu membuat keputusan untuk memaafkan dengan tujuan agar

individu yang tersakiti dapat melepaskan perasaan negatif yang dapat berdampak buruk bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

b. Faktor - Faktor Pemaafan

Menurut McCullough (1998) faktor determinan yang mempengaruhi pemaafan dari beberapa ahli dibagi menjadi empat kategori konseptual yaitu:

1) Sosial Kognitif

Pada saat memaafkan faktor sosial kognitif ini melibatkan persepsi, evaluasi dan juga cara mengategorikan orang lain. Empati menjadi faktor terpenting dalam aspek sosial kognitif. Empati merupakan kemampuan seseorang dalam membuka ruang dalam dirinya untuk bisa menerima perasaan atau pengalaman orang lain.

2) Karakteristik Peristiwa

Pandangan terhadap luka atau serangan yang diterima pada sebuah hubungan akan memengaruhi pemaafan, semakin dalam luka yang dirasakan akan semakin sulit juga untuk memaafkan. Tetapi adanya permintaan maaf dari pelaku atas kesalahan yang diperbuat dapat menjadi bahan pertimbangan bagi korban.

3) Hubungan interpersonal

Hubungan yang terjalin antara pelaku dan korban akan menentukan seberapa kuat dorongan untuk memaafkan. Hal ini dikarenakan Interaksi tersebut akan menghasilkan kedekatan, kepuasan, dan komitmen. Keadaan dalam hubungan yang dapat

menjadi pertimbangan dalam memaafkan seperti keinginan untuk memelihara hubungan, orientasi hubungan jangka panjang, kesadaran untuk saling menerima, dan juga potensi kemanfaatan hubungan mereka.

4) Karakteristik Kepribadian

Kepribadian merupakan sifat dan tingkah laku unik seseorang yang berbeda dengan lainnya. Kepribadian tertentu memiliki ciri khusus seperti *ekstrovert* yang menggambarkan karakter bersifat sosial, keterbukaan ekspresi, dan asertif. Karakter yang hangat, kooperatif, tidak mementingkan dirinya, menyenangkan, jujur, dermawan, sopan, dan fleksibel cenderung menjadi berempati dan bersahabat. Karakter lain yang ikut berperan adalah cerdas, analitis, imajinatif, kreatif, bersahaja, dan sopan.

c. Aspek-aspek pemaafan

Terdapat 3 aspek berdasarkan teori pemaafan yang dikemukakan oleh Ransley & Spy (2005), yaitu :

1) Proses Intra-Subjektif

Aspek ini mengacu pada keterlibatan penuh dari kedua belah pihak dalam proses pemaafan. Ini berarti pihak yang bersalah secara aktif mencari maaf, dan pihak yang disakiti bersedia menyambut serta memberikan maaf. Ini juga mencakup upaya untuk membangun kembali hubungan yang positif antara kedua belah pihak.

2) Pilihan untuk Melepaskan Kemarahan

Ini adalah keputusan sadar dan disengaja untuk melepaskan perasaan negatif seperti kemarahan, kebencian, atau dendam yang muncul akibat tindakan menyakitkan. Alih-alih terpaku pada emosi negatif, individu memilih untuk melepaskannya.

3) Melepaskan Balas Dendam

Aspek ini melibatkan penolakan untuk membalas perbuatan yang menyakitkan. Meskipun mungkin ada dorongan untuk membalas, individu memilih untuk tidak melakukannya dan bahkan, dalam beberapa kasus, menunjukkan belas kasihan kepada pelaku, meskipun pelaku mungkin dianggap tidak pantas menerimanya.

Sedangkan Menurut McCullough (2000) memaafkan itu dapat dibagi menjadi beberapa 3 aspek yang lain, yakni.

1) *Avoidance Motivations*

Penurunan motivasi untuk menghindari kontak baik secara pribadi maupun psikologis dengan pelaku. Korban akan membuang keinginannya untuk menjaga jarak dengan orang yang telah menyakitinya (pelaku). Jadi korban tidak menghindar ataupun menjauhi si pelaku, dia akan tetap berusaha menjaga hubungan dekat tersebut.

2) *Revenge Motivations*

Penurunan motivasi untuk membalas dendam atau melihat-lihat bahaya datang kepada pelanggaran. Artinya, korban akan

membuang keinginannya untuk membalas perbuatan yang telah dilakukan oleh pelaku. Korban akan berusaha menurunkan rasa marah untuk membalas dendam kepada pelaku yang telah menyakitinya.

3) *Benevolence Motivations*

Peningkatan motivasi untuk berbuat kebijakan dengan pelaku. Walaupun subjek merasa menjadi korban, akan tetapi subjek tetap ingin berbuat kebijakan kepada pelaku. Jadi subjek dalam situasi ini akan tetap menjaga hubungan agar tetap baik dengan pelaku.

d. Tahapan Memaafkan

Terdapat 4 tahapan dalam memaafkan yang diungkapkan oleh Enright (2007), yaitu:

1) *Uncovering Phase*

Menyadari kemarahan atas kondisi yang telah menyimpannya karena dalam kondisi marah bisa sangat menyakitkan, tetapi memaafkan bukan berpura-pura tidak terjadi atau bersembunyi dari perasaan sakit. Individu menderita karena merasa disakiti dan harus jujur kepada dirinya sendiri bahwa individu sedang menderita atau merasa sakit

2) *Decision Phase*

Individu akan mengambil keputusan dan komitmen dari dirinya sendiri, karena pengambilan keputusan merupakan bagian yang penting dalam proses ini maka Enright membaginya menjadi 3

bagian, yaitu: melupakan atau meninggalkan masa lalu, berusaha untuk melihat masa depan, dan memilih melakukan pemaafan.

3) *Work Phase*

Memutuskan untuk memaafkan tidaklah cukup. Individu harus bisa mengambil tindakan nyata untuk membuat keputusan itu menjadi wujud yang nyata.

4) *Deeping Phase*

Saat individu menolak untuk memberikan maaf maka kepahitan, kebencian, dan kemarahan akan mengurungnya dan memaafkan menjadi kunci yang dapat melepaskan dan mengeluarkan individu dalam kurungan tersebut.

e. Manfaat Pemaafan

Menurut Worthington et al., (2005) terdapat manfaat melakukan pemaafan dilihat dari beberapa aspek sebagai berikut:

1) Kesehatan Fisik

Penelitian menunjukkan bahwa sikap tidak memaafkan secara ekstrem dapat merugikan kesehatan fisik. Hal ini karena sikap tersebut mempertahankan stres dalam diri seseorang, yang pada gilirannya memperhebat reaksi jantung dan pembuluh darah saat individu mengingat peristiwa buruk yang dialami. Sebaliknya, sikap memaafkan berperan sebagai "penyangga" yang dapat menekan reaksi jantung dan pembuluh darah, sekaligus memicu respons emosi positif yang menggantikan emosi negatif.

2) Ketenangan Hidup

Penelitian mereka mengindikasikan bahwa pada individu yang pemaaf, terjadi penurunan signifikan dalam emosi negatif seperti kekesalan, rasa getir, benci, permusuhan, perasaan khawatir, marah, dan depresi (murung). Hal ini berkontribusi pada ketenangan hidup secara keseluruhan.

3) Kemampuan Mengendalikan Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemaafan sangat erat kaitannya dengan kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri. Ketika seseorang memaafkan, terjadi penurunan hilangnya pengendalian diri, yang pada gilirannya menghentikan dorongan untuk membalas dendam.

4) *Resiliensi* (Ketahanan atau Kelenturan dalam Menyikapi Hidup)

Pemaafan memengaruhi *resiliensi* dengan mengubah motivasi seseorang dan meningkatkan respons yang mendukung dalam berhubungan dengan orang lain, yaitu dengan melakukan tindakan yang konstruktif dan meninggalkan tindakan yang destruktif.

2. Kekerasan dalam Pacaran

a. Pengertian Kekerasan dalam Pacaran

Menurut Straus (2004) *dating* atau pacaran merupakan hubungan yang melibatkan pertemuan antara dua orang untuk interaksi sosial dan aktivitas bersama dengan maksud tertentu untuk melanjutkan hubungan pada tahap yang lebih serius seperti pertunangan, pernikahan, dan hidup

bersama. Dalam hubungan ini juga terdapat proses interaksi sosial yang khas karena menginvestasikan waktu dan energi di antara keduanya.

Menurut Wolfe & Feiring (2000) mendefinisikan kekerasan dalam pacaran (*Dating Violence*) merupakan sikap atau perilaku yang bertujuan untuk menguasai dan mengatur seseorang baik secara fisik, psikologis, dan seksual dengan potensi memberikan ancaman bahkan bahaya bagi pasangannya. Adanya perilaku tersebut membuat salah satu pihak menjadi berkuasa dan lainnya merasa lemah atau terancam.

Pendapat lain mengungkapkan bahwa perilaku saling menyakiti itulah yang dinamakan *Dating Violence* dan disebabkan karena terjadinya perbedaan dorongan pada laki-laki dan perempuan yang menjalin hubungan. Laki-laki memiliki kecenderungan melakukan *Dating Violence* agar dapat melakukan kontrol pada pasangannya, sebaliknya perempuan akan melakukan hal tersebut sebagai upaya *self defense* (Fajri & Nisa, 2019).

b. Macam - Macam Bentuk Kekerasan dalam Pacaran

Menurut Scott & Straus (2007) menyebutkan ada empat bentuk kekerasan dalam pacaran yaitu:

1) Kekerasan Emosional (*Emotional Abuse*)

Merupakan kekerasan tingkat pertama yang terjadi pada *Dating Violence*. Bentuk kekerasan emosional umumnya dilakukan dengan membuat korban merasa terintimidasi, terpojok, terperdaya oleh kata-kata pelaku, dan konflik pada batin. Di saat emosi mulai

terganggu atau dalam keadaan kurang baik, ada beberapa individu yang kesulitan menjalani kehidupan sehari-hari atau lebih parahnya kehilangan selera makan.

2) Kekerasan seksual (*Sexual Abuse*)

Kekerasan ini mengarah pada hal yang berbau seksual dan melakukan agresi ke ranah seksual seperti memaksa melihat atau membuat video porno bahkan memeragakannya, membuat obrolan seksual, memeluk dan mencium, meraba bagian tertentu. Hal tersebut tentunya dilakukan secara memaksa dan tanpa izin.

3) Kekerasan fisik (*Physical Abuse*)

Bentuk dari kekerasan fisik ini dapat digambarkan seperti memukul, mendorong, membenturkan, mengendalikan, dan menahan (menggenggam tangan atau lengan terlalu kuat). Kekerasan ini dapat dilakukan dengan atau tanpa bantuan alat tetapi korban akan merasakan sensasi sakit fisik atau nyeri.

4) Kekerasan Verbal (*Verbal Abuse*)

Kekerasan ini dilakukan dengan mengeluarkan perkataan yang menyakiti pasangan seperti penggunaan kata-kata kasar yang menyakiti hati. Kata yang diucapkan seperti makian, bentakan, teriakan, fitnah, hinaan, dan mempermalukan di depan umum.

Sedangkan menurut Wahyuni & Sartika (2020) menyatakan bahwa kekerasan dalam pacaran terdiri dari:

1) Kekerasan Psikis

Perilaku yang mengarah pada pengekangan ruang gerak tanpa sebab yang jelas, dibatasi untuk ikut kegiatan, bersosialisasi, berkumpul dengan teman atau keluarga dengan tujuan agar dapat melakukan penguasaan terhadap pasangannya.

2) Kekerasan Fisik

Perbuatan yang mengakibatkan dapat menyebabkan rasa sakit, cedera, luka, atau penderitaan pada korbannya. Perilaku memiliki bentuk seperti menampar, mencekik, mencengkeram, mencakar, memukul, menjambak, dan mencubit.

3) Kekerasan Seksual

Perilaku pemaksaan hubungan seksual terhadap orang yang memiliki hubungan khusus untuk tujuan komersial atau tertentu. Tindakan ini dilakukan melalui kontak seksual seperti memaksa hubungan seksual, memaksa berciuman, membicarakan konten seksual yang tidak diinginkan, dan pemaksaan untuk melakukan tindakan seksual.

4) Kekerasan Finansial

Perbuatan yang membuat korban merasa dirugikan dalam hal ekonomi atau finansial. Perilaku ini biasanya dilakukan melalui tindakan pemaksaan untuk mengeluarkan biaya ketika berpacaran atau dipaksa mengeluarkan biaya yang tidak diinginkan oleh pasangannya.

Dari dua pengertian di atas kekerasan dalam pacaran memiliki bentuk mulai dari verbal, emosional, fisik, seksual, hingga ekonomi. Keduanya sepakat bahwa kekerasan tidak hanya berdampak pada fisik tetapi juga pada psikis dan emosi korban. Kekerasan juga dapat terjadi secara halus dengan kata-kata dan pengendalian serta bisa juga dengan pemaksaan seperti tindakan fisik dan seksual.

c. Dampak Kekerasan dalam Pacaran

Dating Violence juga dapat menyebabkan dampak baik fisik maupun psikis yang lain. Dampak fisik bisa berupa memar, patah luka, lebam, nyeri, dan cedera. Sedangkan luka psikis bisa berupa sakit hati, harga diri yang terluka, terhina. Bahkan seiring berjalanya waktu korban akan menjadi terbiasa dan menganggap kekerasan yang dilakukan menjadi sebuah hal yang wajar, padahal hal tersebut dapat menghambat proses perkembangan remaja ketika berada dalam hubungan yang tidak sehat (Hasmayni, 2015).

Dalam kasus lebih parah seperti kekerasan seksual dalam hubungan dapat membawa potensi dampak yang berkepanjangan bagi korbannya. Setelah mengalami *Dating Violence* yaitu kekerasan seksual korban merasakan perasaan kotor, penyesalan, emosional, dan bahkan memiliki keinginan untuk bunuh diri (Putri Astutik & Syafiq, 2019).

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh penulis menggunakan acuan atau rujukan dari penelitian oleh orang lain, baik dari segi nilai maupun metode

penelitiannya. Dalam membantu peneliti untuk menyempurnakan teori yang akan digunakan sebagai kajian dalam melakukan penelitian lanjutan, maka penelitian terdahulu bertujuan untuk memastikan hasil penelitian sekaligus memberikan wawasan. Peneliti mengaku menggunakan beberapa kesamaan dalam unsur penelitian walaupun berada dalam perbedaan lain bidang, rumusan masalah, variabel, metode dan judul.

Penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Sholikhah dan Masykur (2020) mengenai studi fenomenologi pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Penelitian memiliki subjek dengan masa pacaran minimal 3 tahun dengan rentang usia 18-25 tahun. Penelitian ini menunjukkan hasil ketiga subjek tidak memiliki kedekatan dengan sosok ayah. Pengambilan keputusan subjek terhadap kekerasan dalam pacaran yaitu menerima, bertahan, dan memutuskan. Terjadinya kekerasan tersebut adalah karena subjek tidak dapat memenuhi kebutuhan pacar, merasa dirinya lemah, tidak mendapat restu orang tua, dan dominasi pacar. *Coping* stres yang dilakukan subjek adalah dengan menggunakan pemaafan. Pembatasan jangka waktu pacaran menjadi perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yang berasal dari subjek dengan lama pacaran yang beragam. Kemudian peneliti akan melihat gambaran korban kekerasan melalui aspek pemaafan tersebut.

Penelitian lain yang serupa oleh Bernard & Subroto (2024) dengan judul Gambaran Memaafkan pada Perempuan yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses pemaafan yang terjadi pada perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran setelah

berakhirnya hubungan. Subjek terdiri dari 6 orang perempuan dengan dilakukan metode wawancara mendalam. Keenam subjek telah dipastikan memiliki tingkat pemaafan tinggi melalui TRIM-12 dan telah melewati proses pemaafan. Hasil penelitian menunjukkan 5 dari 6 subjek berhasil memaafkan mantan pasangannya. Semua subjek menyebutkan bahwa mereka lebih memilih melanjutkan hidup demi masa depan dan tidak berniat kembali pacaran. Berbeda dengan subjek penulis yang berasal dari siswa putri dengan kondisi yang apa adanya dan belum melewati proses pemaafan.

Penelitian lain oleh Purnama (2022) yang dilakukan untuk melihat hubungan *forgiveness* dengan *subjective well being* pada individu yang mengalami kekerasan dalam pacaran. Subjek penelitian ini adalah individu di usia 18-25 tahun yang telah berpacaran selama 6 bulan. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *forgiveness* dengan *subjective well being*. Dalam penelitian ini juga dikatakan bahwa pemaafan dapat dilakukan ketika seseorang banyak mengalami hal menyenangkan sebelumnya dengan pelaku kekerasan. Hal tersebut menjadi informasi tambahan bagi penulis untuk melakukan penelitian terkait dengan melakukan penggalian informasi untuk membandingkan hasilnya nanti.

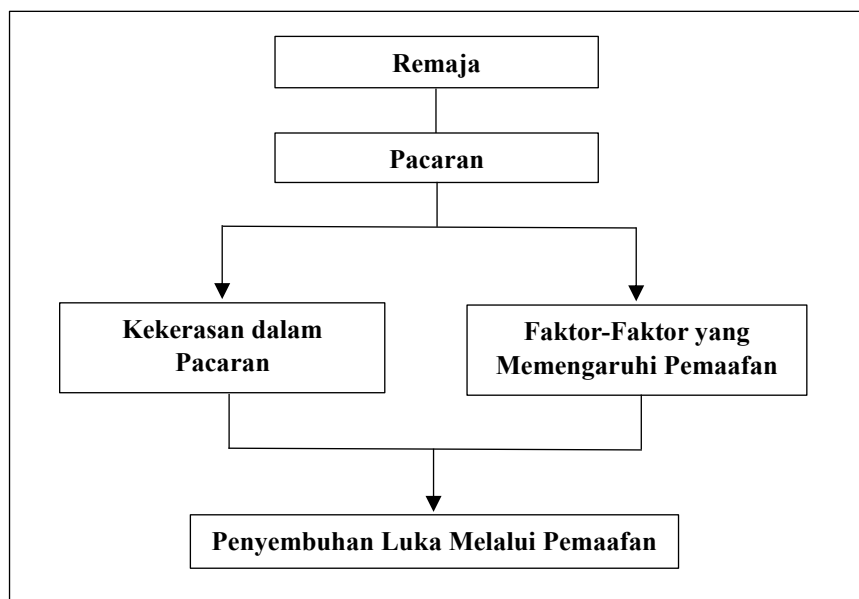
Menurut penelitian Annisa & Dinda (2022) yang bertujuan untuk melihat hubungan antara pemaafan dan perkembangan pasca trauma, di mana pemaafan menjadi strategi *coping* para korban. Subjek dalam penelitian ini adalah perempuan korban kekerasan dalam pacaran yang mengalami trauma yang telah diukur tingkat PTSD menggunakan PCL-5. Hasil dari penelitian ini adalah

terdapat hubungan pemaafan dengan perkembangan pasca trauma pada korban yang dinilai cukup berkaitan erat. Perbedaan dengan penelitian penulis adalah metode yang digunakan secara kualitatif dan berfokus pada aspek pemaafan dari subjek.

Kemudian penelitian Arthur (2021) dalam penelitiannya yang berjudul *Pemaafan Pada Penyintas Kekerasan Seksual Dalam Berpacaran Ditinjau dari Big Five Personality*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional dengan melihat hubungan antara dimensi *big five personality* dengan pemaafan pada korban Kekerasan Seksual Dalam Pacaran (KSDP). Sampel yang digunakan adalah wanita dengan usia 18-22 tahun. Hasil dari penelitian menunjukkan hubungan positif signifikan di antara keduanya dan dinyatakan jika pemaafan dari korban merupakan bentuk pemulihan psikologi guna mencapai kesehatan mental. Perbedaan dengan penelitian penulis adalah dalam metode yang dipakai dan proses pemaafan yang terjadi ditinjau dari aspek pemaafan.

Berdasarkan penelitian yang telah dibahas dan dijelaskan secara rinci, terlihat bahwa terdapat letak perbedaan di antara penelitian terdahulu dengan penelitian penulis. Oleh sebab itu, peneliti menyimpulkan bahwa persamaan tersebut terdapat pada topik yang dibahas khususnya kekerasan dalam pacaran dan juga perilaku pemaafan dari korban kekerasan.

C. Kerangka Berpikir



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

Remaja yang mengalami proses perkembangan masih memerlukan bantuan orang dewasa yang memiliki pengalaman. Ketidaktahuan dalam cara bersikap dan berperilaku pada orang lain dapat menimbulkan konflik. Kondisi tersebut akan berpengaruh pada proses perkembangan baik kognitif, afektif, dan sosial remaja. Salah satu kegiatan remaja yang berpotensi menimbulkan konflik dan dapat berubah menjadi sebuah kekerasan adalah saat melakukan hubungan pacaran.

Kekerasan dalam pacaran seringkali terjadi tanpa disadari dan menimbulkan akibat yang cukup serius bagi korbannya. Kecenderungan korban untuk diam dan tidak meminta bantuan pada orang lain akan memperburuk kondisi yang ada. Menurut penelitian yang dilakukan Prameswari (2017) *Dating Violence* atau kekerasan dalam pacaran mengakibatkan kerugian fisik dan psikis bagi korban (pasangan perempuan). Hal ini menjadi gambaran bahwa kekerasan

dalam pacaran juga memiliki pengaruh terhadap konsep individu yang menjalaninya.

Berdasarkan pada data survei nasional dan peristiwa yang ditemui peneliti di lapangan bahwa sebagian besar pelaku kekerasan adalah laki-laki dan yang menjadi korban adalah perempuan. Meskipun begitu, kekerasan terhadap laki-laki juga sangat mungkin untuk terjadi. Banyaknya tindak kekerasan pada perempuan tidak terlepas dari sudut pandang negatif mengenai peran dan posisi yang berbeda antara laki-laki dengan perempuan.

Salah satu strategi untuk memulihkan kondisi negatif akibat dari kekerasan dalam pacaran yaitu dengan pemaafan. Pemaafan dapat terjadi ketika berlangsungnya hubungan atau saat memutuskan untuk berpisah. Keberhasilan proses pemaafan akan memberikan dampak positif bagi korban. Kondisi ini memungkinkan korban melakukan penerimaan serta belajar dari pengalaman yang menyakitkan.

Berdasarkan pemaparan yang sudah diuraikan tergambar konsep yang akan dijadikan acuan peneliti untuk melakukan penelitian yaitu melihat bagaimana kekerasan dalam pacaran yang terjadi pada remaja atau siswa putri. Peneliti juga akan menggali faktor pemaafan yang menjadi dasar pengambilan keputusan memaafkan bagi korban kekerasan dalam pacaran. Peneliti memulai penelitian ini dengan judul *Dating Violence: Studi Pada Siswa Putri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran Ditinjau Dari Pemaafan*.