

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berumah tangga merupakan salah satu tugas perkembangan yang seharusnya dilakukan oleh setiap individu yang berada pada usia dewasa awal, yaitu usia 18 hingga 40 tahun (Hurlock, 1980). Pada setiap pernikahan, pasangan suami istri pasti memiliki rencana indah untuk terus hidup bersama sampai dipisahkan oleh kematian, namun kenyataan hidup seringkali berjalan tidak sesuai dengan rencana.

Pasangan suami istri tentunya berasal dari latar belakang yang berbeda, perbedaan ini dapat berupa budaya yang bertentangan, pendidikan yang tidak kompatibel, atau karakteristik keluarga yang tidak sama. Setiap pasangan suami istri pasti mengalami permasalahan yang timbul dalam kehidupan rumah tangga (Setyawan, 2007). Permasalahan ini berupa permasalahan ekonomi, pengasuhan anak, cemburu, adanya ketidakcocokan perilaku dan tujuan, serta perbedaan pendapat. Apabila permasalahan ini tidak dapat diselesaikan dengan baik, maka akan berpengaruh pada kondisi psikologis pasangan suami istri. Afek langsung yang dirasakan oleh pasangan suami istri akibat permasalahan yang terjadi adalah munculnya kemarahan, perasaan sakit hati, kelelahan secara emosional, kekecewaan dan hilangnya intimasi dan kepercayaan terhadap pasangannya, sehingga akan berpengaruh pada *psychological well-being* yang dimiliki oleh pasangan suami istri.



Psychological well-being didefinisikan sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis individu dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus tumbuh secara personal (Ryff & Keyes, 1995).

Pasangan suami istri yang memiliki permasalahan dalam kehidupan rumah tangga, dan tidak dapat menyelesaikannya dengan baik maka akan berpengaruh pada *psychological well-being* yang dimilikinya, sehingga akan menimbulkan afek negatif seperti, tidak puas terhadap dirinya sendiri, merasa kecewa dengan apa yang terjadi di dalam kehidupan rumah tangga, tidak bisa menerima dirinya dan pasangannya apa adanya, tidak mampu mempertahankan hubungan positif dengan orang lain terutama pada pasangannya, merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal atau hubungan rumah tangga, tidak mampu mengambil keputusan sendiri, mudah terpengaruh dengan orang lain, tidak mampu meningkatkan kualitas hidupnya sebagai pasangan suami istri, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, tidak mampu mengembangkan dirinya dengan baik serta merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupan yang dijalannya, dalam hal ini individu merasa bosan dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Inilah yang terjadi pada *psychological well-being* pasangan suami istri ketika terjadi permasalahan dan tidak diselesaikan dengan cepat dan baik.



Psychological well-being yang dimiliki oleh pasangan suami istri akibat permasalahan yang tidak dapat diselesaikan dengan baik, maka perlu tindakan untuk mengatasi hal tersebut. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* adalah pemaafan, dengan melakukan pemaafan individu akan dapat membebaskan diri dari hal-hal negatif terhadap diri sendiri yang melakukan kesalahan kepada orang lain (dan meningkatkan motivasi prososial terhadap orang lain (McCullough et al dalam Raudatussalamah & Susanti 2014). Dengan demikian, apabila pasangan suami istri melakukan pemaafan maka akan terbebas dari hal-hal negatif terhadap pasangannya sendiri yang telah melakukan kesalahan.

Pemaafan juga memiliki afek positif bagi individu terutama bagi pasangan suami istri, apabila pasangan suami istri melakukan pemaafan terhadap pasangannya maka akan mengurangi hal buruk yang akan terjadi pada kehidupan rumah tangga seperti yang dikatakan Fincham, Hall, dan Beach (2006) dalam hasil penelitiannya menjelaskan bahwa pemaafan dapat mengurangi peristiwa yang buruk yang akan terjadi pada pasangan suami istri. Selain itu pemaafan juga mendatangkan kecintaan pada pasangan tersebut. Hal ini dijelaskan dalam Al-quran surat Al-Fushilat ayat 34-35 artinya:

“Dan tidaklah sama kebaikan dan kejahatan. Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik, maka tiba-tiba orang yang antaramu dan antara dia ada permusuhan seolah-olah telah menjadi teman yang sangat setia. Dan sifat-sifat yang baik itu tidak dianugerahkan melainkan kepada orang-orang yang sabar dan tidak dianugerahkan melainkan kepada orang-orang yang mempunyai keuntungan yang besar.” (Al-Fushshilat: 34-35).



Pemaafan sangat berperan penting dalam proses penyembuhan permasalahan pernikahan yang serius seperti ketidaksetiaan dan juga untuk menangani permasalahan sehari-hari (Gordon, Beaucom & Snyder dalam Fincham, Beach & Davila, 2004). Sangat penting dilakukan pemaafan pada pasangan suami istri karena akan meningkatkan keharmonisan di dalam membina kehidupan rumah tangga. Sebagaimana hasil penelitian Nancy. dkk (2014) yang menemukan bahwa pemaafan merupakan salah satu faktor yang dapat mewujudkan keharmonisan rumah tangga.

Beberapa penelitian sebelumnya menemukan bahwa pemaafan yang dilakukan oleh individu akan meningkat *psychological well-being*, seperti dalam penelitian McCullough (2000) menyatakan bahwa jika individu yang mengalami peristiwa menyakitkan dan mampu memberi maaf, maka akan memiliki *psychological well-being* yang baik. Bono, McCullough, & Root (2008) juga menemukan bahwa individu mampu memperoleh *psychological well-being* ketika individu tersebut mampu memaafkan orang yang telah menyakitinya. Enright, Gassin, & Wu, (1992) juga menemukan ketika individu melakukan pemaafan maka individu yang disakiti mampu untuk menghilangkan kemarahan, melawan dorongan-dorongan untuk menghukum dan berhenti untuk marah. Pemaafan dapat merubah sikap individu yang sebelumnya ingin membalas dendam dan menjauhi pasangannya menjadi memiliki keinginan untuk berdamai dengan pasangannya.



Berdasarkan pemaparan latar belakang maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah pemaafan yang dilakukan oleh pasangan suami istri berhubungan dengan *psychological well-being*.

B. Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat apakah ada hubungan pemaafan dengan *psychological well-being* pada pasangan suami istri?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan pemaafan dengan *psychological well-being* pada pasangan suami istri.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang *psychological well-being* yang dilakukan oleh Novia Ayuningputri dan Herdian Maulana (2014) dengan tema *persepsi akan tekanan terhadap kesejahteraan psikologis pada pasangan suami-istri dengan stroke*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan hasil penelitian bahwa pengaruh ketegangan psikologis terhadap kesejahteraan psikologis pasangan tidak signifikan.

Penelitian *psychological well-being* dengan pemaafan yang diteliti oleh Meutia Maulida dan Kartika Sari (2016) dengan tema *Hubungan Memaafkan dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita yang Bercerai*. Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif dengan hasil menunjukkan bahwa tingkat memaafkan wanita bercerai berada pada kategori tinggi dan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi pula.



Penelitian tentang pemaafan yang diteliti oleh Kartika Sari dengan tema *Forgiveness pada Istri sebagai Upaya untuk Mengembalikan Keutuhan Rumah Tangga akibat Perselingkuhan Suami*. Penelitian ini menggunakan metode Kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil penelitian menunjukkan Kedua subjek belum dapat memaafkan sepenuhnya perselingkuhan yang dilakukan suami. Hal ini dikarenakan adanya *ruminatio about transgression*, yaitu kecenderungan subjek untuk terus menerus mengingat kejadian perselingkuhan suami, sehingga menghalangi dirinya untuk memaafkan.

Penelitian tentang pemaafan yang diteliti oleh Maria Nona Nancy, Y. Bagus Wismanto dan Lita W. Hastuti (2014) dengan tema *Hubungan Nilai Dalam Perkawinan dan Pemaafan Dengan Keharmonisan Keluarga*. Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif dengan hasil membuktikan bahwa pemaafan merupakan salah satu faktor yang bisa mewujudkan keharmonisan keluarga.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang meneliti tentang topik pemaafan dan *psychological well-being* dan berbagai aspek yang berbeda. Disini penulis juga ingin meneliti tema yang sama akan tetapi dengan subjek dan objek yang berbeda. Adapun tema yang akan diteliti oleh penulis yaitu *hubungan antara pemaafan dengan psychological well-being pada pasangan suami istri*. Sejauh ini topik yang diambil peneliti dalam penelitiannya dianggap asli.



E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai bahan masukan ilmiah untuk menambah ilmu pengetahuan pada bidang ilmu psikologi dan khususnya dalam kajian klinis dan agama yaitu pada bidang pemaafan dan *psychological well-being*. Menjadi landasan untuk peneliti selanjutnya mengenai hubungan pemaafan dengan *psychological well-being* pada pasangan suami istri.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi sarjana psikologi untuk bahan edukasi terhadap permasalahan-permasalahan yang terjadi didalam kehidupan rumah tangga. Penelitian ini juga diharapkan bermanfaat bagi pasangan suami istri untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan dalam rumah tangga.