

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Pemaafan Pada Remaja Akhir**

##### **1. Pengertian Pemaafan**

McCullough, Worthington, dan Rachal (1997) mengemukakan bahwa pemaafan merupakan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti.

Pemaafan juga didefinisikan sebagai kesediaan untuk menanggalkan kebencian, penilaian negatif, dan perilaku acuh tak acuh, serta meningkatkan motivasi untuk kasih sayang, kemurahan hati, dan bahkan cinta terhadap pihak yang menyakiti (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997). Senada dengan McCullough dkk, Wardhati dan Faturochman (2006) menjelaskan bahwa pemaafan merupakan kesediaan untuk menanggalkan kekeliruan masa lalu yang menyakitkan, tidak lagi mencari-cari nilai dalam amarah dan kebencian, dan menepis keinginan untuk menyakiti orang lain atau diri sendiri.

Hargrave dan Sells (dalam McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000) mendefinisikan pemaafan sebagai kemungkinan korban untuk membangun kembali kepercayaan dalam hubungan dengan cara yang dapat

dipercaya, dan mendiskusikan secara terbuka tentang pelanggaran sehingga korban dan pelaku dapat melanjutkan hubungan yang lebih baik. Sedangkan menurut Nashori (2012) pemaafan diartikan sebagai kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan menumbuhkembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil.

Enright (dalam McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000) mendefinisikan pemaafan sebagai sikap untuk mengatasi hal-hal yang negatif dan penghakiman terhadap orang yang bersalah dengan tidak menyangkal rasa sakit itu sendiri tetapi dengan rasa kasihan, iba dan cinta kepada pihak yang menyakiti. Pemaafan adalah gagasan perubahan dimana korban menjadi kurang termotivasi untuk berpikir, merasa, dan berperilaku negatif (misalnya, membalas) dalam kaitannya dengan pelaku (Fincham, Hall, & Beach, 2006).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa pemaafan merupakan proses penggantian emosi negatif dengan emosi positif untuk mengubah seseorang agar tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti.

## 2. Dimensi Pemaafan

Beumeister, Exline, dan Sommer (dalam Worthington, 1998) menggambarkan dua dimensi dari pemaafan, antara lain yaitu:

### a. Dimensi Intrapersonal (*Intrapsychic State*)

Dimensi ini melibatkan aspek emosi dan kognisi dari pemaafan. *Intrapsychic state* adalah individu mulai memaafkan dan ketika sudah sepenuhnya memaafkan individu tidak lagi merasa marah atau dendam namun tidak mengungkapkan pemaafan. Dimensi ini disebut juga dengan pemaafan sepihak (McCullough, 2000), sebab prosesnya hanya dilakukan oleh pihak korban yang mencoba berdamai dengan emosinya sendiri, dan kebanyakan pemaafan ini terjadi dengan orang asing, atau dengan mereka yang tidak diinginkan untuk bisa melanjutkan hubungan lagi. Baik pelaku ataupun orang lain mengira korban masih memendam sakit dan membiarkan pelaku selalu merasa bersalah dan tampak seperti manipulasi dari rasa dendam korban. Namun pada situasi berbeda, dimensi ini seperti sebuah kesalahpahaman bahwa korban sangat menginginkan pemaafan tersebut terjadi.

### b. Dimensi Interpersonal (*Interpersonal Act*)

*Interpersonal act* hanya memfokuskan pada satu perilaku yang mengekspresikan pemaafan. Perilaku tersebut seperti mengucapkan kata “Saya memaafkan dirimu”. Dimensi ini melibatkan aspek sosial dari

pemaafan. Ini adalah langkah awal atau permulaan bagi korban untuk mengembalikan hubungan seperti kondisi sebelum terjadi pelanggaran oleh pelaku. Tujuan korban melakukan pemaafan interpersonal ini adalah agar pelaku tidak selalu merasa bersalah dan dengan harapan agar pelaku tidak lagi berusaha mencari cara memperbaiki dengan korban. Namun, walaupun pemaafan ini ditandai dengan menyatakan memberi maaf secara verbal terhadap orang yang bersalah tetapi masih terus menyimpan sakit hati dan dendam (Wardhati & Faturochman, 2006). Fincham dkk (dalam Wardhati & Faturochman, 2006) menambahkan dari salah satu dimensi pemaafan yang dijelaskannya bahwa korban juga melakukan penghindaran.

Beumeister, Exline, dan Sommer (dalam Worthington, 1998) mengemukakan bahwa pemaafan terbaik adalah dimana individu memaafkan secara intrapersonal dan interpersonal. Hal ini dapat diartikan bahwa proses dari pemaafan tersebut telah menggunakan aspek emosi, kognisi dan sosial. Dengan adanya dua dimensi tersebut dalam pemaafan, maka pemaafan yang terjadi bisa disebut dengan pemaafan total atau menyeluruh dengan melibatkan perasaan, pikiran, dan diikuti dengan tindakan atau perkataan “Saya memaafkan dirimu”.

Pemaafan total yang melibatkan perasaan (emosi), pikiran (kognisi), dan tindakan atau perkataan (interpersonal) ini, menurut Nashori (2012)

adalah dimensi dari pemaafan itu sendiri. Berikut penjelasan Nashori (2012) mengenai tiga dimensi pemaafan tersebut.

a. Dimensi Emosi Pemaafan

Dimensi emosi pemaafan berkaitan dengan perasaan orang-orang yang menjadi korban terhadap orang-orang yang menjadi pelaku. Pada dimensi ini dengan merunut pendapat para ahli, Nashori (2012) mengambil kesimpulan untuk indikator dimensi emosi pemaafan adalah sebagai berikut.

- i. Meninggalkan perasaan marah, sakit hati, benci.
- ii. Tetap mampu mengontrol emosi saat diperlakukan tidak menyenangkan oleh orang lain.
- iii. Merasa iba dan kasih sayang terhadap pelaku.
- iv. Merasa nyaman ketika berinteraksi dengan pelaku.

b. Dimensi Kognisi Pemaafan

Dimensi kognisi pemaafan berkaitan pemikiran seseorang atas peristiwa yang tidak menyenangkan yang dialaminya. Pada dimensi ini dengan merunut pendapat para ahli, Nashori (2012) mengambil kesimpulan untuk indikator dimensi kognisi pemaafan adalah sebagai berikut.

- i. Memiliki penjelasan nalar terhadap sikap orang lain yang menyakiti mereka.

- ii. Meninggalkan penilaian negatif terhadap orang lain ketika hubungannya dengan orang lain tidak sebagaimana diharapkan.
- iii. Memiliki pandangan yang berimbang terhadap pelaku.

c. Dimensi Interpersonal Pemaafan

Dimensi interpersonal pemaafan berkaitan dengan dorongan dan perilaku antar pribadi seseorang untuk memberi pemaafan terhadap orang lain. Pada dimensi ini dengan merunut pendapat para ahli, Nashori (2012) mengambil kesimpulan untuk indikator dimensi kognisi pemaafan adalah sebagai berikut.

- i. Meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan terhadap pelaku.
- ii. Meninggalkan perilaku acuh tak acuh.
- iii. Meninggalkan keinginan balas dendam.
- iv. Meninggalkan perilaku menghindar.
- v. Meningkatkan upaya konsiliasi/rekonsiliasi hubungan.
- vi. Motivasi kebaikan atau kemurahan hati.
- vii. Musyawarah dengan pihak yang pernah jadi pelaku

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat dua dimensi pemaafan yaitu, pemaafan intrapersonal atau *intrapsychic state* dan pemaafan interpersonal atau *interpersonal act*. Kemudian dikatakan bahwa dengan melibatkan dua dimensi sekaligus dalam pemaafan maka pemaafan tersebut

merupakan pemaafan terbaik atau pemaafan dengan tingkat tertinggi. Sedangkan menurut Nashori (2012) pemaafan sendiri memiliki tiga dimensi, yaitu: dimensi emosi pemaafan, dimensi kognisi pemaafan, dan dimensi interpersonal pemaafan. Selanjutnya peneliti akan menggunakan dimensi yang dikemukakan Nashori sebagai alat ukur penelitian ini.

### **3. Faktor Yang Mempengaruhi Pemaafan**

Menurut McCullough (2000) secara teoritis, pemaafan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terbagi dalam empat kategori. Keempat kategori tersebut berada dalam satu kontinum, yaitu dari faktor yang paling mempengaruhi pemaafan sampai dengan faktor yang pengaruhnya tidak begitu besar. Keempat kategori faktor tersebut, yaitu:

#### **a. Faktor sosial-kognitif**

Pemaafan dipengaruhi oleh pikiran dan perasaan individu terhadap peristiwa menyakitkan yang dialami dan terhadap pelakunya.

#### **b. Karakteristik peristiwa yang menyakitkan**

Persepsi terhadap tingkat keparahan dari peristiwa yang menyakitkan dan konsekuensinya akan mempengaruhi pemaafan individu. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Girard dan Mullet, Ohbucci, Kamaeda dan Agaire (dalam McCullough, 2000) menggambarkan bahwa semakin parah peristiwa menyakitkan yang dialami, maka semakin sulit individu untuk memaafkan.

c. Kualitas hubungan interpersonal

Dalam situasi menyakitkan, kualitas hubungan interpersonal adalah salah satu faktor penting dalam menentukan pemaafan. Hal ini dikarenakan pemaafan dapat dipahami sebagai perubahan motivasi ke arah hubungan yang lebih konstruktif setelah peristiwa menyakitkan terjadi, sehingga hubungan antar individu dengan pelaku merupakan faktor penting.

d. Karakteristik kepribadian

Dari kontinum faktor yang mempengaruhi pemaafan, McCullough (2000) menghipotesa bahwa karakteristik kepribadian merupakan faktor penentu pemaafan yang paling jauh dalam rentang kontinum tersebut.

Sedangkan Wardhati dan Faturochman (2006) menjelaskan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap pemberian maaf yang mereka kutip dari pendapat beberapa ahli, yaitu:

a. Empati

Melalui empati terhadap pelaku, seseorang dapat memahami perasaan pelaku merasa bersalah dan tertekan akibat perilaku yang menyakitkan. Empati juga menjelaskan variabel sosial psikologis yang mempengaruhi pemberian maaf yaitu permintaan maaf (*apologies*) dari pelaku.



b. Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya

Penilaian akan mempengaruhi setiap perilaku individu. Artinya, bahwa setiap perilaku itu ada penyebabnya dan penilai dapat mengubah perilaku individu (termasuk pemaafan) di masa mendatang.

c. Tingkat kelukaan

Beberapa orang menyangkal sakit hati yang mereka rasakan untuk mengakuinya sebagai sesuatu yang sangat menyakitkan. Mereka merasa takut mengakui sakit hatinya karena dapat mengakibatkan mereka membenci orang yang sangat dicintainya, meskipun melukai. Sehingga mereka pun menggunakan berbagai cara untuk menyangkal rasa sakit hati mereka. Ketika hal ini terjadi, maka pemaafan tidak bisa atau sulit terwujud.

d. Karakteristik kepribadian

Ciri kepribadian tertentu seperti ektravert menggambarkan beberapa karakter seperti bersifat sosial, keterbukaan ekspresi, dan asertif. Karakter yang hangat, kooperatif, tidak mementingkan diri, menyenangkan, jujur, dermawan, sopan dan fleksibel juga cenderung menjadi empatik dan bersahabat. Karakter lain yang diduga berperan adalah cerdas, analitis, imajinatif, kreatif, bersahaja, dan sopan.

e. Kualitas hubungan

Ada empat alasan mengapa kualitas hubungan berpengaruh terhadap perilaku pemaafan dalam hubungan interpersonal. Pertama, pasangan yang mau memaafkan pada dasarnya mempunyai motivasi yang tinggi untuk menjaga hubungan. Kedua, dalam hubungan yang erat ada orientasi jangka panjang dalam menilai hubungan antara mereka. Ketiga, dalam kualitas hubungan yang tinggi kepentingan satu orang dan kepentingan pasanganya menyatu. Keempat, kualitas hubungan mempunyai orientasi kolektivitas yang menginginkan pihak-pihak yang terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan di antara mereka.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor pemaafan antara lain: faktor sosial-kognitif, karakteristik peristiwa yang menyakitkan, kualitas hubungan interpersonal, karakteristik kepribadian, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya dan empati.

#### **4. Tahapan Pemaafan**

Enright (2001) mengungkapkan tahap-tahap proses pemaafan, antara lain:

a. Menyadari kemarahan

Menyadari bahwa saat individu marah bisa saja sangat menyakitkan, namun pemaafan bukan berarti berpura-pura bahwa sesuatu

tidak terjadi atau bersembunyi dari perasaan sakit. Individu menderita karena merasa disakiti dan individu harus jujur kepada dirinya sendiri dan mengakui bahwa individu sedang menderita atau merasa sakit.

b. Memutuskan untuk memaafkan

Pemaafan membutuhkan pengambilan keputusan dan komitmen. Karena pengambilan keputusan ini merupakan bagian yang penting dalam proses ini, maka Enright membaginya menjadi tiga bagian, yaitu: melupakan atau meninggalkan masa lalu, berusaha untuk melihat masa depan, dan memilih untuk memaafkan.

c. Berusaha untuk memaafkan

Memutuskan untuk memaafkan tidaklah cukup. Individu harus mengambil langkah yang konkrit untuk membuat keputusan itu menjadi nyata.

d. Menemukan dan melepaskan diri dari penjara emosi

Saat individu menolak untuk memaafkan maka kepahitan, kebencian, dan kemarahan seperti empat tembok sel penjara dan memaafkan merupakan kunci yang dapat membuka pintunya dan mengeluarkan individu dari sel tersebut.

Proses memaafkan adalah proses yang berjalan perlahan dan memerlukan waktu (Smedes, 1991). Karena itu Smedes (1991) membagi empat tahap pemberian maaf, yaitu:

a. Membalut sakit hati

Sakit hati kepada seseorang yang menyakiti akan berpengaruh pada kebahagiaan dan ketentraman, maka dari itu harus segera dibalut dan diobati demi kebahagiaan individu yang tersakiti.

b. Meredakan kebencian

Kebencian sesungguhnya melukai si pembenci sendiri melebihi orang yang dibenci. Kebencian tidak bisa mengubah apapun menjadi lebih baik bahkan kebencian akan membuat banyak hal menjadi lebih buruk. Dengan berusaha memahami alasan orang lain menyakiti dan introspeksi sehingga ia dapat menerima perlakuan yang menyakitkan maka akan berkurang atau hilanglah kebencian itu.

c. Upaya penyembuhan diri

Pemberi maaf sejati tidak berpura-pura bahwa mereka tidak menderita dan tidak berpura-pura bahwa orang yang bersalah tidak begitu penting, karena memaafkan adalah melepaskan orang yang menyakiti serta berdamai dengan diri sendiri dan orang lain.

d. Berjalan bersama

Bagi dua orang yang berjalan bersama setelah bermusuhan memerlukan ketulusan. Oleh sebab itu, perlu adanya janji tidak menyakiti lagi dari pelaku dan adanya kepercayaan dari korban sendiri.

## 5. Pengertian Remaja Akhir

Remaja atau *adolescence* berasal dari kata Latin (*adolescere*) (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa” (Hurlock, 1978). Santrock, (2003) mendefinisikan remaja adalah masa transisi dari masa anak ke masa dewasa awal, dimulai kira-kira usia 10 tahun sampai 12 tahun dan berakhir usia 18 tahun sampai 22 tahun.

Papalia, dkk (2008) menjelaskan bahwa masa remaja dimulai dari usia 11 atau 12 tahun sampai akhir dari masa remaja atau awal usia 20 tahun, dan masa tersebut membawa perubahan besar yang saling bertautan dalam semua ranah perkembangan. Sedangkan menurut Hall (dalam Sarwono, 2005), mengungkapkan bahwa masa remaja (*adolescence*) berada pada kisaran umur 12 sampai 25 tahun.

Masa remaja sendiri memiliki beberapa fase dan penyebutan fase ini berbeda-beda tergantung tokoh yang menyampaikannya. Gilmer (dalam Hamalik, 1995) menjelaskan fase remaja dengan pre adolesen, masa adolesen awal, dan masa adolesen akhir. Usia untuk tiap fase tersebut berturut-turut yaitu 10-13 tahun, 13-17 tahun, dan 18-21 tahun. Sedangkan menurut Yusuf (2010) usia untuk remaja akhir sendiri adalah 17 sampai 21 tahun

Untuk penelitian ini, dari beberapa pengertian di atas peneliti simpulkan bahwa remaja akhir adalah masa individu berada pada usia 17 sampai 21 tahun.

## **B. Kualitas Persahabatan**

### **1. Pengertian Kualitas Persahabatan**

Seorang teman dapat bertindak sebagai orang terpercaya yang dapat membantu remaja mengatasi masalah-masalah yang membingungkan (seperti masalah dengan orangtua dan patah hati) dengan memberikan dukungan emosi dan nasihat yang informatif (Santrock, 2007). Price, Ladd dan Hays (dalam Agnor, 2009), mendefinisikan bahwa persahabatan sebagai suatu hubungan di mana kebutuhan sosial dan emosional tertentu terpenuhi, seperti dukungan emosional, bantuan tugas, stimulasi intelektual. Kemudian Berndt, Bukowski dan Hoza (dalam Zimmermann, 2004) menambahkan bahwa persahabatan biasanya ditandai dengan pentingnya kasih sayang, keintiman, aliansi yang dapat diandalkan, dan instrumental serta dukungan emosional.

Individu yang menjalin persahabatan tidak terlepas dari kualitas hubungan antar individu dengan temannya, karena menurut Berndt (2002) teman yang baik didefinisikan sebagai individu yang memiliki persahabatan dengan kualitas tinggi. Kualitas persahabatan itu sendiri menurut Berndt (Bukowski, Newcomb, Hartup, 2006), adalah tingkat keunggulan dalam pertemanan yang diambil secara bersama-sama pada dimensi baik dan buruk.

Sebuah persahabatan berkualitas tinggi ditandai oleh tingginya tingkat perilaku prososial, keintiman, dan ciri positif lainnya, dan rendahnya tingkat konflik, persaingan, dan ciri negatif lainnya (Berndt, 2002). Berndt dan Mathur (2006) menambahkan bahwa kualitas persahabatan mengacu pada dua ciri-ciri persahabatan yaitu positif dan negatif. Beberapa ciri-ciri positif persahabatan termasuk sejauh mana teman itu menjadi akrab, menolong satu sama lain, dan saling meningkatkan harga diri (Parker & Asher, 1993). Sedangkan ciri-ciri negatif persahabatan termasuk ketimpangan, persaingan, dan konflik (Berndt dalam Berndt, 2006).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kualitas persahabatan adalah tingkat keunggulan hubungan persahabatan dimana di dalam hubungan tersebut terdapat dukungan emosional, kasih sayang, nasehat yang informatif, dan stimulasi intelektual.

## **2. Aspek-Aspek Kualitas Persahabatan**

Menurut Parker dan Asher (1993) terdapat enam aspek kualitas persahabatan, yaitu :

### **a. Dukungan dan kepedulian (*validation and caring*)**

Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan kepedulian, dukungan dan minat.

b. Pertemanan dan rekreasi (*companionship and recreation*)

Adalah sejauh mana menghabiskan waktu bersama dengan teman-teman baik di dalam maupun di luar lingkungan akademik atau kerja.

c. Bantuan dan bimbingan (*help and guidance*)

Adalah sejauh mana teman-teman berusaha membantu satu sama lain dalam menghadapi tugas-tugas rutin dan menantang.

d. Pertukaran yang akrab (*intimate change*)

Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan pengungkapan informasi pribadi dan perasaan.

e. Konflik dan pengkhianatan (*conflict and betrayal*)

Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan argumen, perselisihan, rasa kesal, dan ketidakpercayaan.

f. Pemecahan masalah (*conflict resolution*)

Adalah sejauh mana perselisihan dalam hubungan diselesaikan secara efisien dan baik.

Dari pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kualitas persahabatan pada remaja akhir terdiri dari dukungan dan kepedulian, bantuan dan bimbingan, kebersamaan dan rekreasi, pertolongan dan bimbingan, pertukaran yang akrab, konflik dan pengkhianatan, dan pemecahan masalah.



### 3. Faktor-Faktor Kualitas Persahabatan

Menurut Baron dan Byrne (2005), faktor-faktor pembentukan persahabatan yaitu:

#### a. Ketertarikan Secara Fisik

Salah satu faktor yang paling kuat dan paling banyak dipelajari adalah ketertarikan secara fisik. Aspek ini menjadi penentuan yang utama dari apa yang orang lain cari untuk membentuk sebuah hubungan. Apakah pertemanan atau perkenalan yang terus menerus berkembang tergantung pada ketertarikan secara fisik dari masing-masing individu.

#### b. Kesamaan

Salah satu alasan kita ingin mengetahui kesukaan dan ketidaksukaan orang lain adalah karena kita cenderung menerima seseorang yang memiliki berbagai kesamaan dengan kita untuk menjalin sebuah persahabatan. Kesamaan mereka dari berbagai jenis karakteristik dan tingkat yang mereka tunjukkan.

#### c. Timbal Balik

Adanya rasa saling menguntungkan yang didapatkan dari persahabatan sehingga sebuah persahabatan mungkin menjadi berkembang kearah yang lebih baik lagi.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor pembentukan persahabatan terdiri dari kemiripan, saling menarik positif, ketertarikan secara fisik, kesamaan serta timbal balik.

### **C. Empati**

#### **1. Pengertian Empati**

Menurut Davis (1983), empati adalah kemampuan seseorang untuk mengenal dan memahami emosi, pikiran serta sikap orang lain. Empati memungkinkan individu untuk memahami maksud orang lain, memprediksi perilaku mereka dan mengalami emosi yang dipicu oleh emosi mereka (Baron-Cohen & Wheelwright, 2004). Rogers (dalam Taufik, 2012) menawarkan dua konsepsi dari empati. *Pertama*, melihat kerangka berpikir internal orang lain secara akurat dengan komponen-komponen yang saling berhubungan. *Kedua*, dalam memahami orang lain tersebut, individu seolah-olah masuk dalam diri orang lain sehingga bisa merasakan dan memahami orang lain tersebut.

Empati adalah kemampuan meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut serta untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain. Dengan kata lain empati merupakan kemampuan untuk menghayati perasaan dan emosi orang lain (Harlock,1978).

Menurut Hoffman (2000) empati adalah keterlibatan proses psikologis yang membuat seseorang memiliki *feelings* yang lebih kongruen dengan

situasi diri sendiri. Sedangkan Eisenberg (2000) berpendapat bahwa empati merupakan respon afektif yang berasal dari pemahaman kondisi emosional orang lain, yaitu apa yang sedang dirasakan oleh orang lain pada waktu itu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa empati merupakan proses psikologis yang memungkinkan individu untuk memahami maksud orang lain, memprediksi perilaku mereka dan mengalami emosi yang dipicu oleh emosi mereka, individu seolah-olah masuk dalam diri orang lain sehingga memahami situasi dan kondisi emosional dari sudut pandang orang lain.

## **2. Aspek-Aspek Empati**

Davis (1983) dalam menjelaskan empat aspek empati antara lain, yaitu:

- a. *Perspective taking*, yaitu kecenderungan seseorang untuk mengambil sudut pandang orang lain secara spontan.
- b. *Fantasy*, yaitu kemampuan seseorang untuk mengubah diri mereka secara imajinatif dalam mengalami perasaan dan tindakan dari karakter khayal dalam buku, film, dan sandiwara yang dibaca atau ditonton.
- c. *Empathic concern*, yaitu perasaan simpati yang berorientasi kepada orang lain dan perhatian terhadap kemalangan yang dialami orang lain.

- d. *Personal distress*, yaitu kecemasan pribadi yang berorientasi pada diri sendiri serta kegelisahan dalam menghadapi *setting* interpersonal tidak menyenangkan.

Adapun aspek-aspek kemampuan empati menurut Goleman (1998) meliputi:

- a. Lebih mampu menerima sudut pandang orang lain.

Hal ini berarti individu, mampu membedakan antara apa yang dikatakan atau dilakukan orang lain dengan reaksi dan penilaian individu itu sendiri. Dengan meningkatnya kemampuan kognitif seseorang khususnya kemampuan untuk menerima perspektif (sudut pandang) orang lain dan mengambil peran, seseorang akan memperoleh pemahaman terhadap perasaan dan emosi orang lain dengan lebih lengkap dan akurat, sehingga mereka lebih menaruh belas kasihan dan akan lebih banyak membantu orang lain dengan cara yang tepat.

- b. Memperbaiki empati dan kepekaan terhadap perasaan orang lain.

Hal ini berarti individu mampu merasakan suatu emosi, mampu mengidentifikasi perasaan-perasaan orang lain dan peka terhadap hadirnya emosi dalam diri orang lain melalui perasaan-perasaan non-verbal yang ditampakkan. Kemampuan untuk menyadari orang lain kepekaan yang kuat, jika individu menyadari apa yang dirasakannya setiap saat maka empati akan datang dengan sendirinya dan lebih lanjut individu akan

bereaksi terhadap syarat-syarat orang lain dengan sensasi fisiknya sendiri tidak hanya dengan pengakuan kognitif terhadap pesan-pesan mereka.

Empati membuka mata seseorang terhadap penderitaan orang lain, dalam artian ketika seseorang merasakan penderitaan orang lain maka orang tersebut akan peduli dan ingin bertindak.

c. Lebih baik dalam mendengarkan orang lain.

Hal ini berarti individu tersebut mampu menjadi seorang pendengar yang baik dan penanya yang baik. Mendengarkan dengan baik dan mendalam sama artinya dengan memperhatikan lebih daripada yang dikatakan, yakni dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan, atau mengulang dengan kata-kata sendiri apapun yang didengar guna memastikan bahwa pendengar mengerti, disebut juga mendengar aktif (Goleman, 2003).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa empati memiliki beberapa aspek antara lain yaitu, dengan kemampuan kognitif menerima sudut pandang orang lain secara spontan dan mengubah diri secara imajinatif, secara afektif mampu merasakan dan memberikan perhatian terhadap kemandulan orang lain, serta mampu menjadi pendengar dan pengamat yang baik.

### 3. Pendekatan pada Empati

Baron-Cohen dan Wheelwright (2004), membagi empati ke dalam dua pendekatan, yaitu:

#### a. Pendekatan afektif

Pendekatan afektif mendefinisikan empati sebagai pengamatan emosional yang merespon afektif lain. Dalam pandangan afektif, perbedaan definisi empati dilihat dari seberapa besar dan kecilnya respon emosional pengamat pada emosi yang terjadi pada orang lain.

Terdapat empat jenis empati afektif, yaitu: 1) perasaan pada pengamat harus sesuai dengan orang yang diamati; 2) perasaan pada pengamat sesuai dengan kondisi emosional orang lain namun dengan cara yang lain; 3) pengamat merasakan emosi yang berbeda dari emosi yang dilihatnya, disebut juga sebagai empati kontras (Stotland, Sherman & Shaver, dalam Baron-Cohen dan Wheelwright (2004)); 4) perasaan pada pengamat harus menjadi satu untuk perhatian atau kasih sayang pada penderitaan orang lain (Batson dalam Baron-Cohen & Wheelwright (2004)).

#### b. Pendekatan kognitif

Pendekatan kognitif merupakan aspek yang menimbulkan pemahaman terhadap perasaan orang lain. Eisenberg dan Strayer (dalam

Baron-Cohen & Wheelwright 2004) menyatakan bahwa salah satu yang paling mendasar pada proses empati adalah pemahaman adanya perbedaan antara individu yang berempati (*empatizer*) dan orang lain. Dengan kata lain, adanya pemisahan antara perspektif sendiri, menghubungkan keadaan mental orang lain (Leslie dalam Baron-Cohen & Wheelwright (2004)), dan menyimpulkan kemungkinan isi dari kondisi mental mereka, serta mengingat kembali ketika hal yang sama terjadi.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa empati memiliki dua pendekatan yakni pendekatan afektif dan pendekatan kognitif.

#### **D. Kerangka Pemikiran**

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang tentunya akan dilalui oleh hampir semua individu. Dalam tahap ini kehidupan sosial bergerak dari lingkungan keluarga ke lingkungan luar keluarga seperti teman, guru ataupun pasangan. Dalam prosesnya, tidak bisa dipungkiri individu akan menghadapi masalah dan konflik. Tentunya konflik tersebut harus diselesaikan demi mengembalikan hubungan yang baik seperti sebelum terjadinya konflik.

“Setiap masalah pasti ada jalan keluarnya”, ungkapan yang pastinya tidak asing ini sering terdengar dan banyak diyakini oleh setiap individu yang berpikiran positif. Bentuk “jalan keluar”, dalam hal ini salah satunya seperti pemaafan. Seperti yang diungkapkan oleh Wade dan Worthington (1999) bahwa pemaafan merupakan implikasi penting untuk keberhasilan suatu hubungan dan Fincham,

Beach dan Davila (2004) menambahkan bahwa pemaafan adalah bentuk turunan dari resolusi konflik.

McCullough, Worthington, dan Rachal (1997) mengemukakan bahwa pemaafan merupakan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti. Sedangkan menurut Wardhati dan Faturochman (2006), pemaafan merupakan kesediaan untuk menanggalkan kekeliruan masa lalu yang menyakitkan, tidak lagi mencari-cari nilai dalam amarah dan kebencian, dan menepis keinginan untuk menyakiti orang lain atau diri sendiri. Dengan kata lain, pemaafan harus dimulai dari kesadaran individu sendiri untuk melepaskan rasa sakit dan keinginan membalas dendam dan berdamai dengan diri sendiri serta pelaku pelanggaran.

Seperti yang telah diungkapkan di atas, bahwa pemaafan merupakan komponen dari kesuksesan suatu hubungan ketika dihadapkan pada suatu permasalahan. Salah satu bentuk hubungan yang tentunya juga menghadapi konflik dan memerlukan penyelesaiannya adalah hubungan persahabatan. Persahabatan merupakan suatu hubungan dimana kebutuhan sosial dan emosional tertentu terpenuhi, seperti dukungan emosional, bantuan tugas, stimulasi intelektual (Price, Ladd & Hays, dalam Agnor, 2009). Parker dan Asher (1993), menjelaskan bahwa dalam persahabatan memiliki beberapa aspek, diantaranya adalah resolusi konflik. Dengan kata lain, dalam persahabatan tidak akan



terhindar dari sebuah konflik namun tentunya setiap individu ingin mempertahankan persahabatannya, sehingga akan mencari pemecahan masalah yang terjadi.

Dalam prosesnya dua atau lebih individu yang awalnya tidak memiliki ikatan keluarga dan tidak saling kenal bertemu hingga menjadi sahabat, tentunya sangat banyak hal yang dialami, dari kesenangan, hambatan, kesedihan, kerjasama, hingga konflik antar teman yang tentunya lagi membutuhkan resolusi konflik seperti pemaafan.

Merolla (2008) menjelaskan bahwa dalam persahabatan, bentuk pemaafan yang sering terjadi adalah *indirect forgiveness* dimana pemaafan bentuk ini sama halnya dengan pemaafan intrapersonal yang melibatkan aspek emosi dan kognisi dari pemaafan. Kelley (dalam Merolla, 2008) menjelaskan *indirect forgiveness* sebagai bentuk pemaafan dimana korban tidak secara jelas mengatakan memaafkan pelaku, hanya saja pemaafan ini membutuhkan sebuah pengertian. Ketika melakukan *indirect forgiveness*, pemberi maaf melakukan aksi seperti membuat suatu lelucon, bahasa nonverbal (seperti pelukan dan kontak mata), atau melakukan hal seperti sebelum terjadinya pelanggaran terhadap pelaku (Merolla, 2008).

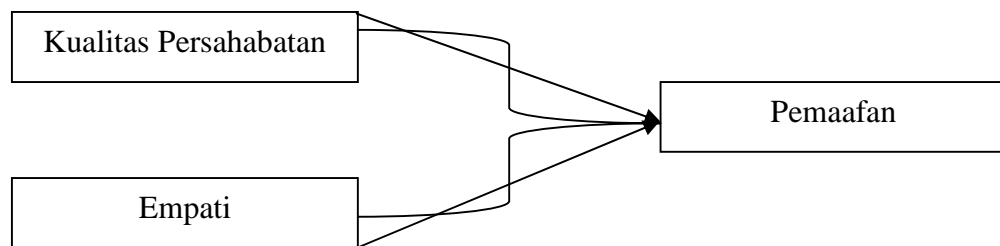
Dalam persahabatan sering didengar bahwa “persahabatan tidak mengenal kata maaf dan terima kasih”. Mungkin karena ungkapan inilah dalam persahabatan, bentuk pemaafan yang dilakukan adalah *indirect forgiveness*. Dengan adanya sebuah pengertian dan bentuk bahasa nonverbal dalam pemaafan

ini, maka tentunya dua individu yang terlibat pemaafan sudah bisa menebak pikiran dan perasaan masing-masing ketika pemaafan terjadi tanpa harus mengatakannya. Bentuk saling memahami ini disebut juga dengan empati (Eisenberg & Okun dalam Taufik, 2012).

Menurut Hoffman (2000) empati adalah keterlibatan proses psikologis yang membuat seseorang memiliki *feelings* yang lebih kongruen dengan situasi diri sendiri. Sedangkan Eisenberg (2000) berpendapat bahwa empati merupakan respon afektif yang berasal dari pemahaman kondisi emosional orang lain, yaitu apa yang sedang dirasakan oleh orang lain pada waktu itu. Empati terhadap pelaku oleh korban pada pemaafan merupakan langkah penting (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997). Empati pada pemaafan dimotivasi atas dasar: 1) gambaran pelaku yang merasa bersalah dan stress atas pelanggaran yang dilakukan; 2) gambaran pelaku rindu untuk mengembalikan hubungan; 3) sebuah keinginan untuk memperbaiki hubungan yang putus dengan pelaku (McCullough, Fincham, & Tsang, 2003).

Pemaafan bukan hanya masalah berbaikan dengan orang yang melakukan pelanggaran, namun menghilangkan rasa sakit pada diri sendiri. Jika pemaafan hanya tampak luar, maka bentuk kemarahan dan pelanggaran pada pelaku akan seperti “bom waktu”, yang sewaktu-waktu akan meledak dan merambat kepada kehancuran suatu hubungan. Salah satu bentuk hubungan yang memerlukan pemaafan adalah hubungan persahabatan, dimana persahabatan ini tentunya sangat dipertahankan karena didalamnya telah ada penyatuan atas dasar rasa kasih

sayang, saling membutuhkan dan saling memahami. Rasa saling memahami atau disebut juga empati ini pada pemaafan juga dibutuhkan, karena dalam hubungan yang menghadapi masalah tentunya untuk memaafkan, korban perlu memahami pelaku mengenai alasannya melakukan pelanggaran. Kerangka berpikir ini dapat digambarkan seperti dibawah ini:



Gambar 1. Kerangka Pemikiran Penelitian.

### E. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Ada hubungan positif kualitas persahabatan dan empati pada pemaafan remaja akhir. Semakin tinggi kualitas persahabatan dan empati maka semakin tinggi pula pemaafan dan begitu juga sebaliknya.
2. Ada hubungan positif kualitas persahabatan pada pemaafan remaja akhir. Semakin tinggi kualitas persahabatan maka semakin tinggi pula pemaafan dan begitu juga sebaliknya.

3. Ada hubungan positif empati pada pemaafan remaja akhir. Semakin tinggi empati maka semakin tinggi pula pemaafan dan begitu juga sebaliknya