

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia pada dasarnya akan mengalami beberapa tahapan kehidupan. Dimulai dari masa lahir, kemudian bertumbuh menjadi anak-anak, remaja, dewasa, hingga lanjut usia. Manusia memiliki tugas serta tanggung jawab yang harus terpenuhi yang disebut sebagai perkembangan pada saat melewati tahapan-tahapan tersebut didalam kehidupan, yang ditandai dengan adanya perubahan atau peralihan. Setiap masa peralihan yang terjadi pada individu menjadi satu masa yang sangat penting bagi individu tersebut, salah satunya masa peralihan dari remaja menuju dewasa (dalam Putri, 2019).

Santrock (2012) menjelaskan bahwa masa dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa yang diwarnai dengan perubahan yang berkesinambungan dengan rentang usia yang berkisar antara 18 tahun hingga 25 tahun. Berdasarkan tahap perkembangan menurut Erikson (dalam McLean & Syed, 2015), masa dewasa awal memasuki tahap yang disebut dengan *intimacy vs isolation* yang berlangsung dari rentang umur 20-30 tahun. Pada tahap ini kekuatan dasar yang dibutuhkan ialah “kasih”, dimana muncul konflik terkait keintiman atau keakraban dengan keterasingan atau kesendirian. Orang yang berperan pada tahap ini ialah kekasih, suami atau isteri termasuk juga sahabat yang dapat membangun suatu bentuk persahabatan sehingga tercipta rasa cinta dan kebersamaan. Bila

kebutuhan ini tidak terpenuhi, maka muncullah perasaan kesepian, kesendirian dan tidak berharga.

Adapun tugas perkembangan dewasa awal menurut Hurlock (dalam Putri, 2019) antara lain, mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga negara, dan bergabung dalam suatu kelompok sosial. Dalam menjalani fase kehidupan tersebut sangat penting bagi orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya, agar dalam kehidupannya tidak mengalami masalah yang berarti dan merasa bahagia menjalani kehidupan yang akan dijalani selanjutnya, seperti bekerja, bersosialisasi dan menikah (dalam Putri, 2019)

Menurut UU Pernikahan Nomor 1 tahun 1974, pernikahan merupakan ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Selanjutnya, dimuat dalam UU No. 16 Tahun 2019 pernikahan hanya diizinkan apabila pria dan wanita sudah mencapai umur 19 (sembilan belas) tahun. Ketentuan ini merupakan revisi baru dari yang sebelumnya dengan pasal yang sama UU No. 1 Tahun 1974 bahwa pernikahan hanya diizinkan jika pihak pria sudah sudah mencapai umur 19 (sembilan belas) tahun dan pihak wanita sudah mencapai umur 16 (enam belas) tahun (dalam Pitrotussaadah & Mintarsih, 2020).

Ikatan dalam hubungan pernikahan adalah sesuatu yang sakral karena saat menikah pasangan suami istri berjanji akan menjaga hubungan mereka selamanya.

Saat seseorang memutuskan untuk menikah berarti mereka sudah siap untuk memasuki kehidupan yang berbeda dengan tanggung jawab baru. Seseorang yang menikah lebih bahagia dibandingkan dengan yang tidak menikah dikarenakan pernikahan sangat berkaitan erat dengan kebahagiaan (Seligman dalam Yuniariandini, 2016).

Menurut Hurlock (dalam Sari, 2022) kebahagiaan merupakan keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Seligman (dalam Rienneke & Setianingrum, 2018) kebahagiaan merupakan kehidupan yang menyenangkan dengan meyakini apa yang kita pilih demi pilihan itu sendiri. Terdapat tiga macam aspek kebahagiaan diantaranya, emosi positif mengenai masa lalu, emosi positif mengenai masa sekarang, dan emosi positif mengenai masa depan.

Menurut Seligman (2005) terdapat 2 faktor yang mempengaruhi kebahagiaan diantaranya, faktor lingkungan (*circumstance*) seperti uang, pernikahan, kehidupan sosial, emosi positif, usia, kesehatan, agama, pendidikan, iklim, ras, gender dan faktor yang berada di bawah pengendalian seseorang (*voluntary control*) seperti, kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan masa sekarang dan optimisme terhadap masa depan. Berdasarkan faktor-faktor tersebut yang menjadi perhatian adalah *forgiveness* (pemaafan) sebagai salah faktor yang mempengaruhi kebahagiaan.

Nashori (dalam Sari, 2022) mendefinisikan *forgiveness* (pemaafan) sebagai kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan cara menumbuh dan menggambarkan

perasaan, pikiran, dan hubungan yang lebih positif dengan pihak yang sudah melakukan tindakan yang tidak menyenangkan. Smedes (dalam Nurhayati, 2017) mendefinisikan *Forgiveness* sebagai upaya membuang semua keinginan pembalasan dendam dan sakit hati yang bersifat pribadi terhadap pihak yang bersalah atau orang yang menyakiti dan mempunyai keinginan untuk membina hubungan kembali.

Menurut McCulloch (dalam Rita, 2022) *forgiveness* merupakan suatu motivasi bertujuan mentransformasikan seseorang supaya tidak balas dendam dan dapat menurunkan motivasi untuk menyimpan kebencian terhadap pihak yang pernah menyakiti dan bisa menambah motivasi untuk konsiliasi relasi dengan pihak yang telah menyakiti. Terdapat tiga aspek *forgiveness* diantaranya, *avoidance motivation, revenge motivations, dan benevolence motivations*.

Menurut Einright, Freedman, dan Rique (dalam Shekhar, 2016), orang yang pemaaf cenderung lebih bahagia daripada orang yang kurang pemaaf. Melalui pemberian maaf akan membuat seseorang lebih bahagia, kurang khawatir, dan lebih positif. Sikap pemaaf juga dapat menurunkan tekanan darah dan detak jantung, serta membuat individu lebih jarang mengalami stress. Memberi maaf juga mempunyai sejumlah elemen yang bisa memberikan gambaran tentang bagaimana memaafkan mempengaruhi kebahagiaan. Tiga elemen yang dikemukakan oleh Thompson (dalam Snyder & Lopez, 2002) diantaranya, memaafkan diri sendiri, memaafkan orang lain, dan memaafkan situasi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 28 Juni 2023 terhadap beberapa orang dengan rentang umur 22-27 tahun yang

bertempat tinggal di Jorong Taratak Baru, diperoleh bahwa mereka belum bisa berdamai dengan masa lalunya, dikarenakan mereka belum bisa merasakan adanya kelegaan, kepuasan, dan kebanggaan atas pencapaian dalam hidup baik itu terhadap dirinya sendiri ataupun diluar dirinya. Seperti yang mereka utarakan sebelumnya hal yang mereka rasakan ini bersumber dari kebiasaan-kebiasaan yang ada dipedesaan ataupun tempat mereka berada, yang mana orang yang belum menikah di usia 20 tahun ke atas dan belum bekerja setelah pendidikannya selesai sering kali dianggap sebagai sesuatu yang menjadi perbincangan dan cemoohan dari lingkungannya. Dari yang demikianlah mereka dituntut harus memiliki pekerjaan setelah menyelesaikan pendidikan, menikah dan membangun keluarga yang sejahtera. Akan tetapi pada kenyataannya mereka belum bisa memenuhi tuntutan tersebut dikarenakan sesuatu hal, sehingga hal ini turut mengundang cemoohan dari masyarakat sekitar. Seharusnya mereka bisa menjalani keseharian dan menghabiskan waktu dengan tenang bersama orang-orang tercinta seperti, keluarga, teman sebaya, dan teman spesial ataupun pasangan mereka.

Saat ini mereka belum merasa nyaman dan bahagia dengan kehidupan yang sekarang karena semua tuntutan yang tidak terpenuhi tersebut meninggalkan luka dihati mereka yang membuat mereka sulit untuk memaafkan, terbukti dari tindakan mereka yang seringkali menghindar, kesal dan marah, serta enggan untuk berbuat baik pada orang yang bersangkutan dengan memilih untuk tidak terlalu melibatkan diri dengan orang-orang atau situasi-situasi yang mengganggu mereka. Mereka juga merasa tidak berdaya dan kekurangan harapan dalam menjalani hidup dibandingkan dengan orang lain yang menurutnya jauh lebih beruntung karena bisa menjalani

hidup sesuai dengan pilihan mereka sendiri, tanpa adanya tuntutan dari lingkungan ataupun situasi yang mendukung harus mendapatkan pekerjaan, tuntutan untuk segera menikah dan memiliki keluarga sejahtera.

Penelitian tentang *Forgiveness* dengan Kebahagiaan pernah dilakukan oleh Rienneke & Setianingrum (2018) dengan judul “Hubungan antara *Forgiveness* dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan”, Husna (2021) dengan judul “Hubungan Pemaafan dengan Kebahagiaan pada Pasangan Suami Istri yang Telah Bercerai di Kecamatan Bandar Baru”, Rita (2022) dengan judul “Hubungan antara Pemaafan dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Memiliki Orang Tua Bercerai”. Selanjutnya Nurhayati (2017) dengan judul “Hubungan Komunikasi Interpersonal dan Pemaafan dengan Kebahagiaan Suami Istri” , serta Akta Ririn Aristawati (2023) dengan judul “*Forgiveness Therapy* untuk Meningkatkan *Self Acceptance* dan *Happiness* pada Korban Orangtua Bercerai”. Perbedaan penelitian yang sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat pada waktu, lokasi dan subjek penelitian.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Forgiveness* dengan Kebahagiaan pada Dewasa Awal yang belum Menikah di Jorong Taratak Baru Kecamatan Lembah Gumanti”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah peneliti paparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *Forgiveness*

dengan Kebahagiaan pada Dewasa Awal yang belum Menikah di Jorong Taratak Baru Kecamatan Lembah Gumanti?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan antara *Forgiveness* dengan Kebahagiaan pada Dewasa Awal yang belum Menikah di Jorong Taratak Baru Kecamatan Lembah Gumanti.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat untuk menambah dan memperdalam pengetahuan dalam bidang ilmu psikologi mengenai hubungan antara *forgiveness* dengan kebahagiaan pada dewasa awal yang belum menikah di Jorong Taratak Baru Kecamatan Lembah Gumanti. Memberikan sumbangan pemikiran terutama dibidang psikologi perkembangan dan psikologi positif, serta menjadi bahan rujukan dan pembanding untuk kalangan akademik, khususnya dalam pengembangan ilmu psikologi dan keilmuan lain pada umumnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan literasi yang bisa membantu menyelesaikan permasalahan individu terkait *Forgiveness* dan Kebahagiaan.

b. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan literasi dalam mempertimbangkan kembali tuntutan yang ada berkaitan dengan *Forgiveness* dan Kebahagiaan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, serta referensi terhadap penelitian yang berkaitan dengan *Forgiveness* dan Kebahagiaan.