

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada umumnya kehidupan manusia terdiri dari beberapa tahap. Dimulai dari kelahiran, kemudian menjadi anak-anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia, setiap manusia memiliki tugas dan tanggung jawab yang harus dipenuhi selama tahapan-tahapan tersebut di dalam kehidupan, yang ditandai dengan perubahan atau peralihan. Salah satu masa peralihan terbesar itu adalah masa dewasa awal yang dimana manusia tersebut harus siap untuk berperan dan bertanggung jawab serta menerima kedudukan dalam masyarakat, masa untuk bekerja, terlibat dalam hubungan sosial masyarakat dan menjalin hubungan dengan lawan jenis (Putri, 2019).

Masa dewasa awal merupakan masa puncak dari perkembangan seseorang individu, masa dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja yang masih dalam keadaan bersenang-senang dengan kehidupan (Putri, 2019). Papatungan (2023) menjelaskan masa dewasa adalah masa awal seseorang dalam menyesuaikan diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Hurlock (dalam Widihapsari dkk., 2020) mengatakan bahwa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai kira-kira usia 40 tahun. Pada masa ini, seseorang dituntut untuk memulai kehidupannya dalam memerankan peran ganda seperti peran sebagai suami/istri dan peran dalam dunia kerja (berkarier). Adapun tugas perkembangan masa dewasa awal adalah menikah atau membangun suatu keluarga, mengelola rumah tangga, mendidik atau mengasuh anak, memikul tanggung jawab sebagai

warga negara, membuat hubungan dengan suatu kelompok sosial tertentu, dan melakukan suatu pekerjaan. Individu akan memiliki kecenderungan untuk memiliki pasangan yang mampu memberikan kesejahteraan baik secara biologis, psikologis, dan ekonomi, serta akan melanjutkan hubungan dengan pasangan yang memiliki banyak kesamaan dengan dirinya.

Pernikahan adalah ikatan batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri dan merupakan pintu gerbang kehidupan berkeluarga yang mempunyai pengaruh terhadap keturunan dan kehidupan masyarakat (Malisi, 2022). Berdasarkan Pasal 1 Nomor. 1 Tahun 1974 tentang Pernikahan, Pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang laki-laki dengan seorang perempuan sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Pernikahan juga menjadi salah satu prediktor lingkungan yang memiliki pengaruh kuat terhadap *happiness* atau kebahagiaan karena itu orang yang menikah sering kali di nilai lebih bahagia daripada orang yang tidak menikah (Seligman dalam Sarmadi, 2018).

Rahardjo (dalam Fatimah & Nuqul, 2018) menjelaskan bahwa *happiness* atau kebahagiaan merupakan wujud kesempurnaan, sehingga banyak orang yang berusaha mewujudkannya. Selanjutnya, Hurlock (dalam Sari, 2022) menjelaskan *happiness* merupakan keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Pendapat lain, Seligman (2005) mengartikan kebahagiaan sebagai konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas positif yang tidak memiliki komponen perasaan negatif. Menurut Seligman (dalam Sarmadi,

2018) Ada lima aspek *happiness* adalah, menjalin hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh, temukan makna dalam keseharian, optimisme namun tetap realistis, dan menjadi pribadi yang resilien.

Seligman (2005) juga mengungkapkan dua faktor yang mempengaruhi *happiness* diantaranya adalah, faktor lingkungan (*circumstance*) dan faktor pengendalian seseorang (*voluntary control*). Faktor lingkungan (*circumstance*) berupa uang, pernikahan, kehidupan sosial, emosi positif, usia, kesehatan, agama, pendidikan, iklim, ras, gender. Selanjutnya, faktor yang berada di bawah pengendalian seseorang (*voluntary control*) berupa, kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan masa sekarang dan optimisme terhadap masa depan. Faktor yang berada di bawah pengendalian seseorang (*voluntary control*) pada bagian kepuasan terhadap masa lalu disebutkan bahwa *forgiveness* (pemaafan) menjadi salah satu yang mempengaruhi kebahagiaan. Einright (dalam Shekhar, 2016) menjelaskan orang yang pemaaf cenderung lebih bahagia daripada orang yang kurang pemaaf, dengan pemberian maaf akan membuat seseorang lebih bahagia, kurang khawatir, dan lebih positif.

McCulloch (dalam Rita, 2022) mendefinisikan *forgiveness* (pemaafan) sebagai 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. Selanjutnya Enright (dalam Nashori, 2011) mendefinisikan *forgiveness* sebagai kesediaan seseorang untuk meninggalkan kemarahan, penilaian negatif, dan perilaku acuh tidak acuh terhadap orang lain yang

telah menyakitinya secara tidak adil, pada sisi lain menumbuhkan perasaan iba, kasih sayang, dan kemurahan hati terhadap orang yang telah menyakiti hatinya tersebut. McCulloch (dalam Bhawono, 2016) menjelaskan terdapat tiga aspek *forgiveness* diantaranya, *avoidance motivation*, *revenge motivations*, dan *benevolence motivations*. McCullough (dalam Iasya, 2024) juga menjelaskan faktor penentu yang mempengaruhi munculnya perilaku memaafkan pada individu, seperti *social cognitive determinant*, *offense related determinant*, *relational determinant*, dan *personality determinant*.

Menurut Einright, Freedman, dan Rique (Shekhar, 2016), orang yang pemaaf cenderung lebih bahagia daripada orang yang kurang pemaaf. Dengan pemberian maaf akan membuat seseorang lebih bahagia, kurang khawatir, dan lebih positif. *Forgiveness* dan *happiness* memberi kemudahan bagi individu untuk menangani masalah-masalah yang kerap terjadi atau saat sedang mengalaminya, sehingga dapat penyelesaian yang tepat dan dapat memberikan pemaafan hingga terjalin hubungan antar individu yang lebih positif lagi (dalam Ratna, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 November 2024 terhadap kepala jorong dari Jorong Sembayan Lintau Buo Utara diperoleh bahwa mayoritas penduduk di daerah tersebut menikah pada usia dewasa awal, walaupun demikian terdapat beberapa dewasa awal yang belum menikah yang merasa kurang bahagia dan tertekan karena cemoohan dan tuntutan dari orang-orang sekitar yang membuat dewasa awal ini menghindari dari kegiatan-kegiatan sosial.

Kemudian dari wawancara terhadap beberapa dewasa awal laki-laki dan perempuan dengan rentang umur 20-30 tahun di Jorong Sembayan Lintau Buo Utara, ditemukan bahwa dewasa awal yang belum menikah mengatakan kurang bahagia karena tertinggal dari teman-teman seusianya yang telah menikah. Ditambah lagi, dewasa awal sering merasa sedih dan tertekan akibat cemoohan dan tuntutan untuk segera menikah dari tetangga, keluarga, dan saudaranya hingga muncul perasaan enggan untuk berbuat atau bersikap baik pada orang yang mencemooh atau menuntutnya.

Beberapa dari dewasa awal mengatakan bahwa masih merasa sakit hati dan trauma karena pernah menjalani *toxic relationship*, diselingkuhi, gagal menikah, dan tumbuh di keluarga yang tidak harmonis. Dewasa awal juga mengatakan belum dapat memaafkan dirinya karena tidak dapat memenuhi tuntutan dari orang sekitarnya, ditambah lagi teman-temannya yang sudah menikah juga sering kali membahas dan memamerkan keluarga dan anak-anaknya yang membuat dewasa awal merasa sedih dan kesal karena teman-temannya tidak mengerti perasaannya yang memiliki keinginan untuk berada diposisi yang sama. Sehingga dewasa awal ini merasa lebih baik mengasingkan atau menyibukkan diri dengan fokus bekerja untuk menghindar diri dari orang-orang yang sering menuntut, mengganggu, dan menyakiti hatinya.

Penelitian tentang hubungan antara *Forgiveness* dan Kebahagiaan pernah dilakukan oleh Ratna Sari (2022) dengan judul “Hubungan Antara *Forgiveness* Dengan Kebahagiaan Pada Lansia”, dengan hasil yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan dalam hubungan antara *forgiveness* dengan

kebahagiaan pada lansia. Selanjutnya, Rienneke & Setianingrum (2018) dengan judul “Hubungan antara *Forgiveness* dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan”, dengan hasil ada hubungan positif yang signifikan antara *forgiveness* dengan kebahagiaan remaja yang tinggal di panti asuhan. Semakin tinggi *forgiveness* pada remaja maka semakin tinggi pula kebahagiaannya, begitu juga sebaliknya semakin rendah *forgiveness* remaja maka semakin rendah pula kebahagiaannya. Asnawati (2017) tentang “Hubungan Antara Pemaafan Dengan *Happiness* Pada Korban KDRT”, menunjukkan hubungan signifikan dari pemaafan dengan *happiness* dimana semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi pula kebahagiaannya, begitu pula sebaliknya. Permana (2018) “Hubungan Antara Pemaafan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai: Kepribadian Tangguh Sebagai Moderator”, menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan antara efek memaafkan terhadap kebahagiaan, bahwa ketangguhan memperkuat efek memaafkan terhadap kebahagiaan. Serta Fitri (2024) dengan judul “Hubungan antara *Forgiveness* dengan Kebahagiaan pada Dewasa Awal yang belum Menikah di Jorong Taratak Baru Kecamatan Lembah Gumanti”, menunjukkan hubungan signifikan antara *forgiveness* dengan kebahagiaan dimana semakin tinggi *forgiveness* maka semakin tinggi pula kebahagiaannya. Perbedaan penelitian yang sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat pada waktu, lokasi dan subjek penelitian.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Forgiveness* dengan

Happiness pada Dewasa Awal yang belum Menikah di Jorong Sembayan Lintau Buo Utara”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah peneliti paparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *forgiveness* dengan *happiness* pada dewasa awal yang belum menikah di Lintau Buo Utara Jorong Sembayan?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan antara *forgiveness* dengan *happiness* pada dewasa awal yang belum di Jorong Sembayan Lintau Buo Utara.

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 *happiness* pada dewasa awal yang belum menikah di Jorong Sembayan Lintau Buo Utara. 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 *happiness*.

b. Bagi Masyarakat

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

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

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