

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang meliputi perkembangan emosional, sosial, fisik, dan psikis. Batasan usia pada remaja adalah 12 tahun sampai 21 tahun (Desmita, dalam Astuti Dwi, 2019). Permasalahan terbesar yang dialami oleh remaja adalah masalah yang berkaitan dengan prestasi, baik secara akademis maupun non akademis (dalam Santrock, 2017).

Menurut (M. Mirna, 2019) Masa remaja adalah masa yang menunjukkan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa selanjutnya yaitu masa dewasa. Pada masa remaja ini terjadi perkembangan-perkembangan seperti perkembangan fisik, psikologis, sosial, dan secara moral. Menurut Hall (dalam M. Mirna, 2019) masa remaja merupakan masa topan badai, dimana pada masa tersebut timbul gejolak dalam diri akibat pertentangan nilai-nilai akibat kebudayaan yang makin modern.

Pendidikan merupakan segala usaha orang dewasa dalam pergaulan dengan anak-anak untuk memimpin perkembangan jasmani dan rohaninya ke arah kedewasaan (Astuti Dwi, 2019). Pendidikan berguna untuk mewujudkan keinginan, kebutuhan dan kemampuan individu sehingga tercapai pola hidup pribadi dan sosial yang baik.

Whiterington (dalam M. Irham dkk, 2014) mendefinisikan psikologi pendidikan sebagai sebuah studi yang sistematis tentang faktor-faktor dan proses kejiwaan yang berhubungan dengan pendidikan manusia.

(Astuti Dwi, 2019) Menyatakan kondisi lingkungan selalu berubah ubah setiap saat menuntut remaja untuk dapat membina dan menyesuaikan diri dengan bentuk bentuk hubungan yang baru dalam berbagai situasi, sesuai dengan peranan yang dibawakan nya pada saat itu dengan lebih matang. Apabila penyesuaian tersebut tidak berjalan dengan baik maka tidak akan terjadi konflik pada remaja tersebut.

Konflik akan mengakibatkan ketidakmampuan individu dalam mencapai kesejahteraan hidup dengan baik, disebabkan oleh kondisi tidak nyaman yang menjadi akibat dari konflik yang sedang dialami individu. Menurut Hadriami (dalam Sumiati & Sandjaja, 2013) konflik yang dihadapi secara umum dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti adanya perasaan direndahkan, dihina, tidak dihargai, pelecehan dan sebagainya. Pada dasarnya konflik yang seringkali terjadi menimbulkan goresan luka batin dalam diri individu yang tersakiti. Oleh karena itu, individu yang tidak mampu menyelesaikan masalah yang tengah dihadapinya akan munculkan berbagai emosi negatif yang tidak menyenangkan dalam dirinya. Emosi negatif tersebut dapat berupa berperilaku agresif ingin membalas dendam.

Pemaafan (*forgiving behavior*) merupakan perubahan dari emosi negatif menjadi emosi positif sehingga menekan dorongan untuk tidak membalas dendam dan tidak memelihara rasa benci kepada pihak yang telah menyakiti serta memberikan dorongan konsiliasi terhadap pihak yang menyakiti (dalam Angraini, 2014). Hal

serupa dikemukakan oleh Nashori (dalam Widyana, 2020) bahwa pemaafan merupakan kemauan untuk membuang sesuatu yang tidak menyenangkan yang berasal dari relasi interpersonal dan kemudian menumbuhkan perasaan dan pikiran positif pada hubungan interpersonal dengan individu yang telah memperlakukan secara tidak adil. Berakhirnya konflik ditandai dengan adanya rasa saling memaafkan dan menerima baik pada peristiwa, kondisi maupun pelaku (dalam Widyana dkk, 2020).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Luskin (dalam Astuti Dwi, 2019) menyatakan bahwa individu yang memaafkan akan semakin jarang terlibat konflik. Oleh karena itu pemaafan merupakan salah satu cara mencegah terjadinya konflik, pemaafan memberikan implikasi yang besar dalam hubungan jangka pendek dan panjang. Ini dapat menjelaskan bahwa *forgiving behavior* dapat menjadi metode untuk menyelesaikan konflik, baik konflik kelompok maupun konflik interpersonal.

Menurut McCollough, Worthington dan Rachal (dalam Bestari, 2016) perilaku memaafkan merupakan suatu perubahan motivasi dimana individu menjadi semakin menurun motivasi untuk membalas dendam terhadap pelaku pelanggaran, semakin menurun motivasi untuk menghindari pelaku, dan semakin termotivasi oleh niat baik. Individu baru dikatakan memaafkan menurut McCollough apabila ia telah mampu melepaskan perasaan-perasaan negatifnya dan berusaha untuk membangun hubungan yang baik kembali.

Menurut Enright (dalam Bestari, 2016) perilaku memaafkan sebagai upaya penanggulangan dampak negatif dan penghakiman terhadap pelaku, dengan tidak

menyangkal rasa sakit itu namun dengan menunjukkan bentuk rasa kasihan, perdamaian dan cinta. Hal senada diungkapkan oleh Sianturi (dalam Bestari, 2016) menyatakan memaafkan merupakan suatu cara untuk membebaskan individu dari rasa marah dan keinginan untuk membalas dendam dengan cara menunjukkan kasih sayang dan kebaikan kepada seseorang yang telah menyakiti individu tersebut

Salah satu faktor yang dapat menumbuhkan perilaku memaafkan diri sendiri adalah kemampuan berpikir positif. Berpikir positif sangat berpengaruh dalam kehidupan individu karena sikap yang baik dan positif dimulai dengan berpikir positif. Makin & Lindley (dalam Nurmayasari, 2015) mengatakan bahwa berpikir positif adalah cara yang dapat membuat seseorang menjadi lebih positif dengan mengevaluasi segala sesuatu dengan cara melihat aspek positif dari segala hal.

Peale (dalam Karnianto, 2013) berpendapat bahwa cara berpikir positif (*Positive thinking*) adalah memusatkan perhatian pada sisi positif dari keadaan yang tengah dihadapi, selanjutnya dijelaskan bahwa berpikir positif merupakan usaha mencari aspek-aspek positif dari keadaan yang dihadapinya, berkonsentrasi pada hal-hal yang baik, melihat pada situasi yang menyenangkan, serta bersikap baik pada orang lain. Contohnya, apabila seseorang dihadapkan pada banyak rintangan dalam mencapai tujuan yang diinginkan, maka individu yang berpikir positif akan lebih memusatkan perhatiannya pada tujuan yang ingin dicapainya. Dengan kata lain, perhatian akan lebih banyak diarahkan pada gambaran-gambaran tentang kepuasan atau perasaan senang pada saat tujuan telah tercapai, daripada terhadap rintangan yang tengah

dihadapi saat ini. Jadi individu memusatkan perhatian lebih banyak pada semua kemungkinan positif yang ada, agar dapat mempertahankan semangatnya.

Menurut Albrecht (dalam Irma, 2018) menyatakan berpikir positif sebagai perhatian yang tertuju pada subyek positif dan menggunakan bahasa positif untuk membentuk dan mengungkapkan pikiran. Aspek berpikir positif menurut Albrecht (dalam Irma, 2018) terdiri dari 4 aspek yaitu : harapan yang positif (*positive expectations*), afirmasi diri (*self affirmation*), pernyataan yang tidak menilai (*non judgement talking*), penyesuaian diri yang realistik (*realityc adaptation*).

Sebagai manusia, tidak dapat dipungkiri bahwa kita pernah mengalami pasang surut dalam hubungan, seperti dalam pertemanan. Dalam hubungan yang teerat, memaafkan (dalam Utami, 2015) dikatakan sebagai apa yang diinginkan dan dibutuhkan oleh individu yang melakukan kesalahan. Pengampunan berarti menghilangkan luka atau bekas luka di hati. Menurut Shihab (dalam Fitriani, 2018) memaafkan membutuhkan kesiapan untuk memaafkan baik yang diminta maupun tidak.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di MTsN 6 Tanah Datar, ada dua siswa yang mendukung tim sepak bola yang berbeda. Ketika siswa yang mendukung tim sepak bola yang menang mengejek-ejek siswa dengan tim sepak yang kalah. Maka anak yang mendukung tim sepak bola yang kalah akan merasa sakit hati dan kemudian membalaskan dengan kontak fisik. Karena siswa itu merasa sakit siswa tersebut akan membalaskan, kemudian siswa lainnya juga membalas tindakan siswa tersebut. Hal ini mengakibatkan aksi saling balas yang terus menerus terjadi.

Kemudian berdasarkan observasi, ada lagi ada kasus di kelas dimana siswa yang berkelahi dikarenakan seorang siswa yang duduk di belakang merasa tidak bisa melihat papan tulis karena terhambat oleh temannya duduk di depannya. Sehingga terjadi perkelahian pada kedua siswa yang dimulai dari perkataan yang tidak menyenangkan sampai aksi saling lempar kertas.

Dari wawancara yang dilakukan kepada lima siswa di MTsN 6 Tanah Datar. Mereka berlima pernah terlibat konflik dengan teman sekolahnya, ada konflik yang bisa diselesaikan dengan cepat oleh beberapa siswa dan ada yang membutuhkan waktu menyelesaikan konflik tersebut. Empat dari lima siswa tersebut mudah untuk memaafkan ketika mereka berusaha untuk menyesuaikan diri dengan kenyataan yang terjadi dan mengarahkan pikiran mereka pada hal-hal yang positif. Ketika siswa tersebut merasa telah memaafkan mereka tidak lagi berpikir untuk menghindari orang yang telah menyakiti atau orang yang sebelumnya memiliki konflik dengannya serta tidak ada lagi rasa untuk melakukan balas dendam.

Berdasarkan wawancara pada guru di MTsN 6 Tanah Datar terjadi perkelahian antara siswa. Perkelahian yang banyak terjadi disebabkan oleh konflik berupa kesalahpahaman dan masalah sepele. Siswa yang ketahuan memiliki konflik sesama siswa atau memiliki perkelahian nantinya akan didamaikan disekolah dan di carikan solusi terhadap masalahnya. Dalam interaksi di sekolah tentunya siswa yang saling memiliki konflik akan bertemu. Dan ketika di damaikan bisa saja siswa tersebut akan mengulangi perkelahiannya diluar sekolah dan bahkan ada yang bisa membawa

permasalahan tersebut sampai ke rumah. Namun ada kalanya siswa yang tadinya memiliki konflik lama kelamaan menjadi teman baik.

Ada siswa yang ketika memiliki masalah bisa langsung memaafkan, ada pula yang butuh waktu lama untuk memaafkan orang lain. Sekolah merupakan tempat dimana siswa akan menghabiskan waktunya selain di rumah. Di sekolah seseorang bisa mempunyai banyak teman. Oleh karena itu, siswa harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sayangnya, penyesuaian diri tentu tidak selalu berjalan mulus, seringkali ada masalah dan kesalahan yang melukai hati. Beberapa masalah bisa diatasi seluruhnya, sementara yang lain tidak bisa diselesaikan dengan cepat. Dengan kata lain, siswa itu belum mencapai kesepakatan atas masalah tersebut.

Menurut McCullough, Pargament dan Thoresen (dalam Nasri, 2018) terdapat perubahan motivasi dalam pemaafan, yaitu: (a) *Revenge motivations*, menurunnya dorongan untuk membalas dendam kepada orang lain yang telah menyakiti, (b) *Avoidance motivations*, menurunnya dorongan untuk menjauhi pelaku, (c) *Benevolence motivations*, munculnya motivasi untuk berbuat baik dan berdamai terhadap orang yang telah menyakiti.

Menurut Albrecht (dalam Handoko, 2015) ada empat aspek berpikir positif yaitu: (a) Harapan yang positif (*positive expectation*), Ketika individu mendapatkan masalah, maka aspek harapan yang positif akan mengarahkan pikirannya untuk melakukan sesuatu dengan lebih memusatkan perhatiannya pada kesuksesan, optimisme, pemecahan masalah, menjauhkan diri dari perasaan takut gagal, serta memperbanyak penggunaan kata-kata yang mengandung harapan (b) Afirmasi diri

(*self affirmation*), Dengan aspek afirmasi diri ini, ketika seseorang mendapat masalah maka dia akan lebih memusatkan perhatiannya pada kekuatan diri, kepercayaan diri dan melihat dirinya secara positif dengan dasar pikiran bahwa setiap individu sama artinya dengan orang lain. (c) Pernyataan yang tidak menilai (*non judgment talking*), suatu pernyataan yang lebih menggambarkan keadaan daripada menilai keadaan dan tidak fanatik dalam berpendapat (d) Penyesuaian diri yang realistis (*reality adaptation*), dengan aspek penyesuaian diri yang realistis ini, seseorang yang menghadapi masalah akan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan kenyataan yang terjadi. Dia akan menerima masalah dan berusaha menghadapinya, menjauhkan diri dari penyesalan, frustrasi dan menyalahkan diri.

Berkaitan dengan hal tersebut, salah satu faktor yang dapat menumbuhkan perilaku memaafkan diri sendiri adalah kemampuan berpikir positif. Berpikir positif sangat berpengaruh dalam kehidupan individu karena sikap yang baik dan positif dimulai dengan berpikir positif.

Berpikir Positif memiliki beberapa efek diantaranya, menurut Abraham (dalam Handoko, 2015) individu yang telah mampu berpikir secara positif berarti individu tersebut juga telah memiliki tingkat inteligensi yang tinggi seperti setiap akan bertindak selalu dengan perencanaan yang matang dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, memiliki rasio dan pemahaman yang baik serta mampu menangani lingkungan dengan efektif. Selain itu, pikiran positif akan menghadirkan kebahagiaan, sukacita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan (Menurut Andrea dalam Handoko, 2015)

Berdasarkan penelitian sebelumnya mengenai *positive thinking* dengan *forgiving behavior* pernah dilakukan oleh (dalam Fahmi, 2020b) dengan judul “The Relationship of Positive Thinking and Forgiving Behavior in Student’s Friendship”. (dalam Sumiati & Sandjaja, 2013) dengan judul “Hubungan Antara Memaafkan dengan Kematangan Diri Pada Remaja Akhir”. (dalam Fahmi, 2020a) dengan judul ““The Correlation Study About Positive Thinking and Behavior Forgiveness Among Students”. Hal yang membedakan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sampel penelitian, lokasi penelitian dan tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Antara *Positive Thinking* dengan *Forgiving Behavior* Pada Siswa di MTsN 6 Tanah Datar”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diurai diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah Ada Terdapat Hubungan Antara *Positive Thinking* dengan *Forgiving Behavior* Pada Siswa di MTsN 6 Tanah Datar?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada Hubungan Antara *Positive Thinking* dengan *Forgiving Behavior* Pada Siswa di MTsN 6 Tanah Datar.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kajian teoritis pada ilmu pengetahuan psikologi, khususnya Psikologi Pendidikan terkait *Positive Thinking* dan *Forgiving Behavior* Pada Siswa di MTsN 6 Tanah Datar”.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa MTsN 6 Tanah Datar

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi siswa agar dapat lebih baik dan lebih maksimal kedepannya dalam meningkatkan berpikir positif dan perilaku memaafkan.

b. Bagi Pengajar MTsN 6 Tanah Datar

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan masukan positif bagi pengajar sehingga dapat menjalankan kewajibannya sebagai pengajar yang tidak hanya memberikan pendidikan tapi juga moral yang baik bagi siswanya.

c. Bagi peneliti lainnya

Bagi penelitian lainnya yang berminat atau mengerjakan penelitian untuk mengagkat tema yang sama, diharapkan dapat mempertimbangkan variabel-variabel lain yang lebih mempengaruhi dan menggunakan teori-teori yang lebih terbaru dan berbeda. Dengan demikian dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.