

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat seseorang berada dalam rentang usia 18 sampai 25 tahun, ia berada dalam masa transisi dari remaja ke dewasa atau dapat disebut juga dengan *emerging adulthood* (Arnett, dkk., 2007). Tahun-tahun awal di masa *emerging adulthood* merupakan masa yang penuh kebahagiaan, janji dan seringkali menimbulkan kecemasan seseorang untuk menjalani tantangan yang ada (Miller, 2021). Dalam setiap fase perkembangan, terdapat tugas yang harus dijalani agar memiliki hidup yang bahagia dan tidak memiliki masalah yang berarti (Putri, 2019). Tugas seseorang pada tahap *emerging adulthood*, yaitu tinggal terpisah dari orang tua, memiliki peningkatan akademik dan karir, memiliki hubungan keintiman yang bermakna, dapat membuat keputusan sendiri dan menjadi dewasa secara emosional (Miller, 2021). Pada tahap *emerging adulthood* salah satu fokus utamanya adalah untuk mencari pasangan.

Proses mencari pasangan ini selaras dengan tugas *emerging adulthood* yaitu memiliki hubungan keintiman yang bermakna. Menjalani hubungan keintiman dalam bentuk pacaran adalah proses seseorang untuk bertemu dengan orang lain dalam konteks sosial tertentu untuk mengetahui apakah orang tersebut cocok untuk dijadikan pasangan hidup atau tidak (Benokraitis dalam Chrisnatalia Ramadhan, 2022). Masa pacaran ini sangat penting untuk *emerging adulthood* karena pada masa ini terdapat kebutuhan untuk memperoleh intimasi dari pasangan terpenuhi (Field, dkk., 2010), peningkatan kesejahteraan subjektif terpenuhi (Dush & Amato dalam Indrawati, dkk., 2018), serta mempengaruhi kebahagiaan *emerging adulthood* sekitar 3-6% (Demir, 2008).

Saat seseorang memutuskan untuk menjalin hubungan pacaran, tentu saja memiliki harapan untuk membangun hubungan yang berkualitas. Hal tersebut didukung oleh Gala dan Kapadia (2013) yaitu hubungan berpacaran yang dijalani oleh *emerging adulthood* akan berdampak terhadap perkembangan emosi positif seperti meningkatnya kebahagiaan serta meningkatnya kualitas hidup yang dapat berpengaruh

di dalam pernikahan dan berkeluarga. Namun jika kualitas hubungan berpacaran yang dimiliki tidak baik, maka dapat terjadi hal yang tidak diinginkan seperti memiliki risiko penurunan kesehatan mental (Indrawati, dkk., 2018). Hal tersebut menunjukkan bahwa penting untuk memiliki kualitas hubungan dalam menjalin hubungan pacaran. Kualitas hubungan adalah salah satu faktor yang dapat mempertahankan sebuah hubungan. Kualitas hubungan berpacaran merupakan sebuah cara seseorang menilai atau mengevaluasi bagaimana hubungannya berjalan secara subjektif melalui beberapa aspek seperti *relationship satisfaction* (kepuasan hubungan), *commitment* (komitmen), *intimacy* (keintiman), *trust* (kepercayaan), *passion* (gairah), dan *love* (cinta) yang saling berhubungan dan penting dalam sebuah hubungan interpersonal yang dijalani (Fletcher, dkk., 2000).

Hubungan pacaran tentu saja memiliki dampak yang positif seperti dapat memberikan kebahagiaan karena kebutuhan pada usia *emerging adulthood* telah terpenuhi. Hasil riset oleh Bongardt, dkk. (dalam Harahap 2023) juga menyatakan dampak positif dari memiliki hubungan pacaran di *emerging adulthood* dapat memberikan kebahagiaan, harga diri, persepsi popularitas di antara teman sebaya dan bahkan dapat menjadi dukungan sosial baru yang penting. Di sisi lain, hubungan pacaran pada *emerging adulthood* juga memiliki dampak negatif seperti mengalami kekerasan, depresi, kecemasan, memiliki perkembangan psikososial yang buruk, bahkan dapat terlibat dalam kenakalan remaja (G'omez-L'opez, dkk. dalam Harahap, 2023).

Kualitas hubungan dalam hubungan pacaran yang tidak baik juga dapat memberikan dampak negatif seperti saat seseorang memiliki hubungan LDR (*Long Distance Relationship*) atau hubungan jarak jauh. Masalah yang sering muncul dalam hubungan LDR ini adalah kurangnya komunikasi dan kedekatan fisik sehingga pasangan harus memiliki aspek komitmen dan kepercayaan yang baik dalam kualitas hubungan agar hubungannya dapat berjalan dengan baik (Ratnasari dalam Marsha, 2022). Hal ini juga didukung oleh hasil wawancara pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti bahwa tiga responden menyatakan bahwa mereka mempercayai pasangan dan memiliki komitmen yang tinggi terhadap hubungan, sehingga kualitas hubungan yang dimiliki masih tergolong baik.

Disamping itu masalah lain yang dapat mempengaruhi kualitas hubungan adalah terjadinya kekerasan di dalam pacaran. Menurut Shinta dan Bramanti (dalam Putriana, 2018), terdapat empat bentuk kekerasan yaitu kekerasan fisik, kekerasan seksual, kekerasan emosional, dan kekerasan ekonomi. Di Indonesia, tercatat kasus kekerasan dalam hubungan personal, seperti yang diperoleh dari Catatan Tahunan Komnas Perempuan sepanjang tahun 2023 dengan kasus kekerasan seksual sebanyak 2.363 kasus (34.80%), kekerasan psikis sebanyak 1.930 kasus (28.50%), kekerasan fisik sebanyak 1.840 kasus (27.20%), dan kekerasan ekonomi sebanyak 640 kasus (9.50%). Dari data tersebut, jumlah korban kekerasan yang berada dalam usia *emerging adulthood* pada tingkat pendidikan SMA sebanyak 1.582 dan tingkat pendidikan tinggi sebanyak 791 kasus (Indonesia. Komnas Perempuan, 2024).

Masalah lain yang mengganggu keseimbangan kualitas hubungan berpacaran adalah perselingkuhan. Perselingkuhan dapat terjadi secara daring melalui internet dan media sosial (Fincham & May dalam Savitri & Dimarsha, 2024). Konsekuensi dari perselingkuhan dalam hubungan pacaran yang paling berat hanyalah putusnya hubungan romantis (McAnulty & Brineman dalam Savitri & Dimarsha, 2024). Kasus perselingkuhan yang ditulis oleh Pangesti (2022) terjadi pada hubungan pacaran terdapat pada kasus perselingkuhan aktris SA dan aktor IR yang berada dalam satu proyek film yang sama. SA dan IR sudah memiliki pasangan, namun keduanya terlibat “cinta lokasi” dan memilih untuk memutuskan hubungan dengan pasangannya masing-masing lalu melanjutkan hubungan pacaran.

Jika seseorang memiliki keenam aspek kualitas hubungan yang baik, maka kualitas hubungan kedepannya akan baik juga, namun jika terdapat salah satu aspek yang tidak terpenuhi maka kualitas hubungan nya dapat menjadi kurang baik dan dapat membuat harapan hidup menurun karena berdampak pada lingkungan sekitar. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Indrawati, dkk. (2018) dimana semakin tinggi kualitas hubungan, maka semakin tinggi harapan hidup yang dimiliki karena seseorang cenderung lebih positif. Dari beberapa kasus tersebut, biasanya terjadi sebuah pertengkaran terlebih dahulu sebelum munculnya sebuah keputusan. Saat bertengkar, seseorang harus dapat mengelola emosinya serta membicarakan masalah yang terjadi dengan komunikasi secara terbuka tentang hal yang mengganjal dalam hubungan. Jika hal tersebut dapat terlaksana, maka kemungkinan seseorang

dapat memaafkan kekurangan dan kesalahan pasangan dan dapat melanjutkan hubungannya dengan kualitas yang baik. Dengan begitu dapat dikatakan bahwa pemaafan menjadi salah satu faktor kualitas hubungan dan kelanjutan hubungan.

Pemaafan merupakan sebuah perubahan motivasi untuk seseorang agar tidak membalas dan mau untuk berdamai dan menjalin hubungan yang baik dengan seseorang sehingga terhindar dari perasaan negatif (McCullough, 2008). Dengan memaafkan, kita memiliki ketenangan batin dan dapat merasakan emosi positif karena tidak mengingat hal yang menyakiti kita, melepaskan emosi negatif, tidak lagi merasakan marah atau dendam yang pernah ada (Nasrin, dkk. dalam Hidayat 2021). Hal ini didukung oleh hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, responden mengatakan bahwa mereka mampu memaafkan kesalahan pasangannya dan memiliki hidup yang bahagia karena tidak memiliki perasaan-perasaan negatif yang tadinya ada. Alasan para responden memaafkan pasangannya adalah karena rasa sayang.

Pemaafan terdiri dari tiga dimensi yang multidimensional namun saling berkaitan yaitu *avoidance motivations*, *revenge motivations* dan *benevolence motivations*. Dimensi-dimensi tersebut merupakan sebuah motivasi seseorang untuk memberikan pemaafan kepada pasangannya yang nantinya akan berpengaruh terhadap bagaimana kualitas hubungan yang dimilikinya. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan metode wawancara kepada 3 responden, menemukan bahwa 3 dari 3 responden memiliki kualitas hubungan yang baik dengan pasangannya karena mampu memaafkan pasangannya, saling memperbaiki diri dan membicarakan hal yang mengganggu dalam hubungan ke pasangan. Selain itu, cara mengontrol emosi saat pasangan melakukan kesalahan juga penting agar tidak membuat masalah menjadi lebih buruk karena salah satu responden mengatakan dampak dari kesalahan yang dilakukan oleh pasangan membuat *mood*-nya tidak baik, namun pada akhirnya bisa memaafkan dan bertahan karena pasangannya mengerti situasi dan mengerti cara menghadapi responden saat sedang tidak dalam *mood* yang baik dan menunjukkan perubahan yang lebih baik.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu mengenai pemaafan dan kualitas hubungan ini seperti penelitian oleh Syahputri dan Khoirunnisa (2021) mendapatkan hasil yang positif dan signifikan antara pemaafan dan komitmen. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Chrisnatalia dan Ramadhan (2022) menunjukkan hasil bahwa

terdapat hubungan antara kepuasan hubungan dan kualitas hubungan. Hasil penelitian Liana dan Herdiyanto (2017) memberikan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara intensitas komunikasi dengan komitmen pasangan yang menjalin hubungan pacaran, lalu penelitian yang dilakukan oleh Mirzadeh dan Fallahcai (2012) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pemaafan dan kepuasan pernikahan dan penelitian yang dilakukan oleh Firdaus, Ma'arif, dan Faiqah (2022) menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang sangat kuat antara pemaafan dan kualitas hubungan persahabatan pada mahasiswa.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu tersebut, peneliti ingin meneliti lebih lanjut bagaimana pengaruh pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran dalam sebuah penelitian dengan judul “Pengaruh Pemaafan terhadap Kualitas hubungan pada *Emerging Adulthood* yang Menjalinkan Hubungan Pacaran”. Terdapat beberapa alasan yang menjadi perhatian dalam pemilihan topik yaitu dengan adanya permasalahan yang terjadi dalam hubungan pacaran, apakah seseorang dapat memaafkan pasangannya atau tidak serta bagaimana kualitas dari hubungan yang dimiliki. Selain itu juga karena penelitian tentang pengaruh pemaafan dalam hubungan berpacaran *emerging adulthood* yang masih sedikit, maka dari itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh antara pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah yang menjadi bahan penelitian adalah:

- a. Kualitas hubungan berpacaran dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah pemaafan.
- b. Adanya persoalan atau konflik pada hubungan pacaran yang membutuhkan sebuah pemaafan untuk memiliki kualitas hubungan yang baik.

1.3. Pembatasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah, efektif, efisien dan dapat diteliti lebih lanjut, maka dibutuhkan pembatasan masalah. Maka dari itu, peneliti membatasi masalah dan yang akan menjadi fokus dalam penelitian ini adalah pengaruh pemaafan (*avoidance motivations*, *revenge motivations*, dan *benevolence motivations*) terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran.

1.4. Rumusan Masalah

Terdapat rumusan masalah yang ada untuk penelitian ini, yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara seluruh dimensi pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara dimensi *avoidance motivations* dalam pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara dimensi *revenge motivations* dalam pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran?
4. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara dimensi *benevolence motivations* dalam pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh yang signifikan antara seluruh dimensi pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran.
2. Untuk mengetahui adanya pengaruh yang signifikan antara dimensi *avoidance motivations* dalam pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalin hubungan pacaran.

3. Untuk mengetahui adanya pengaruh yang signifikan antara dimensi *revenge motivations* dalam pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjallin hubungan pacaran.
4. Untuk mengetahui adanya pengaruh yang signifikan antara dimensi *benevolence motivations* dalam pemaafan terhadap kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang menjallin hubungan pacaran.

1.6. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini terbagi dua yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis yaitu sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah ilmu pengetahuan tentang pemaafan dan kualitas hubungan pada dewasa awal yang sedang berpacaran dan juga dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang kualitas hubungan pada *emerging adulthood* yang sedang menjalin hubungan pacaran.

1.6.2. Manfaat Praktis

Sedangkan manfaat praktis lebih pada manfaat untuk pihak-pihak terkait.

- a. Untuk *emerging adulthood*

Dapat mengetahui bagaimana pemaafan berdampak pada kualitas hubungan *emerging adulthood*. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bacaan untuk *emerging adulthood* yang sedang menjalin hubungan pacaran agar memiliki kualitas hubungan yang baik dengan pasangan.

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*