

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap individu yang lahir di dunia pasti melewati tahap perkembangan, salah satu tahapan tersebut adalah dewasa awal. Erikson mengungkapkan bahwa masa dewasa awal dimulai ketika individu berada pada usia dua puluhan awal hingga usia tiga puluhan. Dalam teorinya mengenai perkembangan psikososial, Erikson menyatakan bahwa masa dewasa awal tersebut diklasifikasikan sebagai tahap *intimacy vs isolation* (Santrock, 2013). Selama tahap ini, individu menghadapi tugas perkembangan untuk membentuk hubungan yang dekat dan intim dengan orang lain, seperti teman ataupun pasangan romantis (Feldmand, 2009). Individu yang sudah mengenal dirinya sendiri dengan baik, cenderung lebih siap menghadapi tuntutan hubungan intim pada tahap ini. Sedangkan, jika individu dewasa awal tidak dapat membuat komitmen pribadi yang mendalam dengan orang lain, mereka berisiko menjadi terlalu terisolasi dan mementingkan diri sendiri (Papalia & Martorell, 2021).

Erikson melihat perkembangan hubungan intim sebagai tugas penting dalam masa dewasa awal. Hubungan intim ini pada dasarnya membutuhkan kesadaran diri, empati, kemampuan untuk mengkomunikasikan emosi, menyelesaikan konflik, dan mempertahankan komitmen. Salah satu hubungan intim yang dapat dicapai pada masa dewasa awal adalah hubungan romantis dengan lawan jenis atau dapat disebut pula dengan hubungan pacaran. Pacaran didefinisikan sebagai hubungan yang terjadi antara lawan jenis yang didasarkan pada rasa saling menyukai dan cinta kasih (Jailani & Nurasiah, 2020). Pacaran juga dapat dikatakan sebagai ikatan perjanjian sepasang individu untuk saling mencintai, mempercayai, setia, dan menghormati pasangannya sehingga mereka dapat melanjutkan hubungan tersebut ke jenjang yang lebih serius, yaitu pernikahan (Permana & Santika, 2021).

Namun, pada kenyataannya hubungan pacaran yang terjalin antar sepasang individu tidak selalu berjalan dengan mulus. Selama prosesnya, pasangan dapat

dihadapkan oleh berbagai macam konflik atau masalah yang bahkan dapat berujung pada perpisahan. Salah satu masalah yang kerap terjadi pada hubungan pacaran adalah perselingkuhan. Negash dkk. (2014) mendefinisikan perselingkuhan sebagai suatu hubungan emosional atau seksual yang terjalin antara individu dengan orang lain ketika sedang berada dalam hubungan eksklusif. Hubungan seksual yang dimaksud disini dapat berupa aktivitas seperti berhubungan intim, seks oral, seks anal, belaian, dan ciuman. Sedangkan hubungan emosional dapat berupa menyalurkan perasaan cinta romantis, memberikan waktu, dan perhatian kepada orang lain tanpa adanya komponen seksual di dalamnya. Hubungan emosional yang dilakukan dengan pasangan sekunder cenderung lebih mengancam keintiman hubungan eksklusif individu dengan pasangan utamanya (Hertlein dkk., 2008).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Feldman dan Cauffman (1999) diketahui bahwa sebanyak 40% responden yang termasuk dalam dewasa awal mengaku pernah melakukan pengkhianatan seksual pada pasangannya. Hasil Pra Survey yang dilakukan oleh Istiawati dan Amalia (2024) mengenai jenis pengkhianatan dalam hubungan pacaran juga menunjukkan bahwa kasus perselingkuhan merupakan salah satu kasus yang paling banyak dialami oleh responden. Diketahui bahwa 43 dari 58 responden Pra Survey tersebut pernah mengalami kasus perselingkuhan dalam hubungan pacaran. Selain itu, penelitian oleh Amajida dkk. (2023) menunjukkan bahwa 47% pelanggaran yang paling banyak dialami oleh kelompok usia 18-40 tahun adalah kasus perselingkuhan yang terjadi saat mereka menjalin hubungan pacaran.

Pengalaman perselingkuhan dalam hubungan pacaran, meskipun belum mencerminkan komitmen legal seperti dalam pernikahan, tetap menimbulkan dampak psikologis yang serius bagi individu dewasa awal. Penelitian kualitatif oleh Budyningrum dan Ariana (2025) mengungkapkan bahwa perempuan dewasa awal di Indonesia dengan usia 18-29 tahun yang mengalami perselingkuhan dalam pacaran melaporkan tekanan psikologis yang signifikan seperti kecemasan, depresi, disregulasi emosional, dan gangguan kepercayaan yang memengaruhi harga diri dan hubungan mereka. Fincham dan May (2017) juga menyatakan bahwa perselingkuhan tidak hanya terjadi dalam pernikahan, tetapi juga ditemukan pada

hubungan pacaran dengan tingkat kejadian yang bahkan lebih tinggi. Perselingkuhan dalam berbagai bentuk hubungan romantis telah dikaitkan secara konsisten dengan gangguan kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, hingga PTSD, serta berkontribusi pada putusnya relasi.

Sheppard dkk. (1995) menyatakan bahwa perselingkuhan emosional adalah jenis perselingkuhan yang paling dapat diterima, baik dalam hubungan pernikahan maupun hubungan berpacaran. Sebaliknya, perselingkuhan yang melibatkan hubungan seksual tanpa komitmen emosional dalam jangka waktu yang lama merupakan jenis perselingkuhan yang paling tidak dapat diterima. Selain itu, dalam teorinya juga dikatakan bahwa laki-laki cenderung lebih banyak terlibat dalam perselingkuhan yang bersifat fisik, seperti berciuman, membelai, dan melakukan hubungan seksual. Sebaliknya, perempuan cenderung lebih banyak terlibat dalam perselingkuhan emosional, seperti menghabiskan waktu bersama dan terlibat secara emosional dengan orang lain.

Perselingkuhan yang terjadi dalam sebuah hubungan dapat disebabkan ketika individu tidak merasakan adanya kepuasan atau kurang mendapatkan keintiman pada hubungan yang dijalannya saat ini (Shaleha & Kurniasih, 2021). Selain itu, pendapat lain mengungkapkan bahwa terdapat 4 motivasi yang mendasari individu melakukan perselingkuhan, diantaranya karena ketidakpuasan seksual, ketidakpuasan emosional, pengabaian, dan kemarahan (Barta & Kiene, 2005; Beltrán-Morillas dkk., 2022).

Perselingkuhan dapat memberikan dampak negatif bagi korbannya, yaitu mereka akan cenderung memiliki rasa dendam, menghindari dari pasangan, dan terjadi penurunan niat baik pada pasangan sehingga seringkali perselingkuhan ditemukan sebagai salah satu penyebab utama berakhirnya suatu hubungan (McCullough dkk., 2006). Meskipun demikian, perselingkuhan tidak selalu berakhir dengan perpisahan. Beberapa individu tetap mampu melanjutkan dan mempertahankan hubungan mereka dengan cara memaafkan perilaku pasangannya tersebut (Grontvedt dkk., 2020).

Forgiveness atau pemaafan, merupakan proses psikologis yang kompleks dan penting dalam konteks hubungan interpersonal, terutama setelah terjadi pengkhianatan seperti perselingkuhan. McCullough dkk. (1997) mengemukakan bahwa *forgiveness* merupakan suatu rangkaian perubahan motivasi yang ditandai dengan semakin menurunnya keinginan untuk balas dendam pada pelaku, tidak menarik diri atau menghindar dari pelaku pelanggaran, dan meningkatnya niat untuk berbuat baik serta berdamai dengan pelaku, terlepas dari tindakan pelaku yang begitu menyakitkan. Selain itu, memaafkan juga membuat individu yang disakiti dapat melihat pasangan dan peristiwa perselingkuhan yang dilakukannya secara lebih objektif dan seimbang, mengurangi emosi negatif terhadap pasangannya, serta secara bertahap menumbuhkan sikap empati (Gordon & Baucom, 1999).

Sementara itu, Worthington dan Wade (1999) menjelaskan bahwa *forgiveness* merupakan pilihan internal dari individu yang disakiti, baik secara tidak sadar maupun sadar, untuk melepaskan perasaan negatif seperti keinginan untuk membalas dendam atau menghindari pelaku dan *forgiveness* juga dapat membuka kemungkinan untuk menjalin kembali hubungan dengan pelaku apabila hal tersebut dirasa aman, bijaksana, dan memungkinkan.

Menurut sebuah studi yang dilakukan oleh Khairani dan Sari (2019), setelah menjadi korban perselingkuhan, perempuan lebih cenderung mudah untuk memaafkan daripada laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan memiliki resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yang dapat membantu menjelaskan mengapa mereka dapat lebih bisa memaafkan dalam situasi hubungan interpersonal (Sujadi dkk., 2021). Terdapat pula faktor-faktor lain yang berkontribusi pada keputusan individu untuk memaafkan atau memutuskan hubungan setelah terjadinya perselingkuhan. Menurut Schakelford dkk. (2002), memaafkan atau memutuskan hubungan akibat perselingkuhan bergantung pada jenis kelamin dan sifat perselingkuhan yang dilakukan. Laki-laki merasa lebih sulit untuk memaafkan perselingkuhan seksual pasangannya dan lebih cenderung mengakhiri hubungan sebagai akibat dari perselingkuhan seksual tersebut. Sebaliknya, perempuan merasa lebih sulit untuk memaafkan perselingkuhan emosional pasangannya dan lebih

cenderung untuk mengakhiri hubungan sebagai akibat dari perselingkuhan emosional tersebut.

Cabaca bersama dengan Jakpat melakukan survei dengan judul “Loving and (Then) Cheating” dimana survei tersebut membahas mengenai topik perselingkuhan. Berdasarkan hasil survei, diketahui bahwa 83,98% responden memilih untuk tidak memaafkan pasangannya jika berselingkuh, meskipun mereka memiliki fisik yang rupawan. Namun, 16,02% responden lainnya memilih untuk memaafkan pasangannya jika mereka memiliki rupa yang cantik atau tampan (Pratiwi, 2023). Hasil ini menunjukkan bahwa faktor penampilan fisik bukanlah satu-satunya pertimbangan dalam proses pemaafan.

Selain itu, kedekatan hubungan juga dapat menjadi salah satu prediktor untuk memaafkan. Menurut McCullough dkk. (2000), individu lebih cenderung memaafkan kesalahan pasangannya ketika mereka berkomitmen secara emosional kepada pasangannya dan merasa terhubung dengannya. Secara umum, komitmen mengacu pada perasaan ketergantungan pada suatu hubungan. Dengan adanya komitmen, individu membentuk rasa keterikatan pada pasangannya dan memiliki keinginan untuk mempertahankan hubungan tersebut, terlepas dari baik atau buruknya hubungan yang dijalani (Rusbult & Buunk, 1993).

Kamampuan individu dalam memaafkan juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik pribadi seperti harga diri. Menurut Rosenberg (1965), harga diri atau *self-esteem* sendiri dapat didefinisikan sebagai persepsi individu terhadap dirinya sendiri, baik dalam bentuk penilaian positif maupun negatif. Coopersmith juga menjelaskan bahwa *self-esteem* mencakup proses evaluasi individu terhadap dirinya sendiri dalam berbagai aspek kehidupan, seperti kemampuan pribadi, keterampilan, hubungan sosial, serta harapan terhadap pencapaian di masa depan (Farihah, 2019). Dengan kata lain, harga diri dapat terbentuk dari bagaimana seseorang menilai dirinya dalam berbagai dimensi yang dianggap penting dalam kehidupannya.

Pelanggaran interpersonal seperti perselingkuhan merupakan salah satu bentuk konflik yang berpotensi memunculkan perasaan terancam terhadap harga

diri individu yang menjadi korban. Ketika seseorang dikhianati oleh pasangan, ia dapat merasa tidak dihargai sehingga memunculkan sikap defensif (Maltby & Day, 2004; Scobie & Scobie, 1998). Hal ini dapat memicu respons emosional negatif, seperti keinginan untuk menghindari pelaku, menyimpan dendam, bahkan membalas perlakuan tersebut. Respons-respons ini menggambarkan hambatan dalam proses memaafkan. McCullough dkk. (2006), menjelaskan bahwa pemaafan merupakan perubahan motivasional yang mencakup tiga dimensi utama, yaitu *avoidance motivation* (keinginan untuk menghindari pelaku), *revenge motivation* (dorongan untuk membalas), dan *benevolence motivation* (keinginan untuk tetap memperlakukan pelaku dengan niat baik).

Individu dengan *self-esteem* yang rendah cenderung akan merespons suatu pelanggaran interpersonal dengan cara yang defensif. Eaton dkk. (2006) menjelaskan bahwa ketika *self-esteem* individu lemah, maka mereka akan memandang pelanggaran sebagai ancaman terhadap harga diri yang mengakibatkan kecenderungan untuk menghindari pelaku maupun membalas dendam. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *self-esteem* merupakan prediktor yang signifikan untuk motivasi menghindar dan motivasi balas dendam. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *self-esteem* individu maka akan semakin rendah motivasi mereka untuk menghindar dan balas dendam terhadap pelaku. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* rendah cenderung memiliki sensitivitas interpersonal yang tinggi dan merasa terancam saat mengalami pelanggaran, sehingga akan cenderung menunjukkan motivasi *avoidance* dan *revenge* yang tinggi.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Körner dkk. (2022) juga mengungkap bahwa individu yang merasa memiliki kontrol atau pengaruh dalam suatu hubungan cenderung memiliki tingkat *self-esteem* yang lebih tinggi. *Self-esteem* tersebut secara signifikan berhubungan positif dengan kemampuan memaafkan, khususnya pada aspek *benevolence motivation*. Hasil ini mengindikasikan bahwa individu dengan *self-esteem* tinggi memiliki kecenderungan untuk tetap menunjukkan sikap positif dan niat baik terhadap pasangan meskipun terjadi pelanggaran seperti perselingkuhan dalam hubungan mereka.

Dengan demikian, individu dengan *self-esteem* tinggi tidak mudah menganggap pelanggaran sebagai ancaman terhadap dirinya sehingga mereka akan lebih mampu mengelola dorongan untuk menghindar ataupun membalas dendam serta akan lebih terbuka untuk menunjukkan niat baik kepada pelaku. Penelitian yang dilakukan oleh Lainurak (2021) mengenai hubungan harga diri dengan *forgiveness* pada wanita korban KDRT menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara harga diri dan *forgiveness*. Hal ini mengindikasikan bahwa wanita korban KDRT dengan harga diri yang tinggi akan lebih mampu melakukan *forgiveness* terhadap orang yang menyakitinya. Pemaafan tersebut dapat dilakukan karena wanita korban KDRT tersebut telah mampu menghadapi dan menyelesaikan peristiwa menyakitkan yang dialaminya sehingga mereka mampu menghadapi permasalahan tersebut serta melakukan evaluasi terhadap diri mereka atas permasalahan yang mereka alami.

Penelitian yang dilakukan oleh Shafira (2019) menyatakan hal yang berbeda, dimana dalam penelitiannya mengenai peran *self-esteem* terhadap *forgiveness* dengan subjek mahasiswa diketahui bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan negatif yang signifikan. Artinya, semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh individu maka akan semakin rendah tingkat *forgiveness* individu tersebut.

Akan tetapi, penelitian lain yang dilakukan oleh Farihah (2019) dengan subjek wanita korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) menunjukkan hasil yang berbeda dari penelitian-penelitian yang telah disebutkan sebelumnya. Dalam penelitian tersebut, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dan *forgiveness*. Kemudian, penelitian mengenai pengaruh harga diri dan pemaafan juga pernah dilakukan oleh Sholahuddien (2019) dengan subjek pada remaja yang menjadi korban *bullying* verbal. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh harga diri yang positif dan signifikan terhadap pemaafan pada remaja korban *bullying* verbal.

Berdasarkan uraian di atas mengenai penelitian-penelitian terdahulu, ditemukan adanya inkonsistensi hasil terkait hubungan antara *self-esteem* dengan

forgiveness. Sehingga diperlukan penelitian serupa yang mengkaji mengenai kedua variabel tersebut guna memberikan wawasan yang lebih luas dan menambah kekayaan literatur. Selain itu, jika ditinjau dari karakteristik subjek yang digunakan, belum terdapat penelitian yang secara spesifik menggunakan dewasa awal yang menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan pacaran sebagai partisipan. Penelitian sebelumnya umumnya melibatkan subjek seperti mahasiswa secara umum, korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), serta korban *bullying*. Oleh karena itu, penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan menjadikan dewasa awal yang mengalami perselingkuhan dalam hubungan pacaran sebagai subjek utama.

Lebih lanjut, kajian mengenai pengaruh *self-esteem* terhadap *forgiveness* juga masih terbatas karena sebagian besar penelitian hanya berfokus pada hubungan korelasional di antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut melalui pendekatan yang mengkaji secara lebih mendalam pengaruh *self-esteem* terhadap *forgiveness* pada dewasa awal korban perselingkuhan. Diharapkan, temuan dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam memperluas pemahaman mengenai dinamika *self-esteem* dan *forgiveness* dalam konteks hubungan romantis yang menghadapi konflik perselingkuhan.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan sebelumnya, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Perselingkuhan merupakan kasus yang cukup sering terjadi dalam hubungan pacaran pada masa dewasa awal.
- b. Setiap individu merespons perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangan dengan cara yang berbeda. Ada yang mampu memaafkan, ada yang memilih untuk membalas, dan ada pula yang memilih untuk menjauh.
- c. Tidak jarang pula ditemukan terdapat individu yang tetap mempertahankan hubungan meskipun telah diselingkuhi oleh pasangannya.

- d. Perbedaan respons terhadap pengkhianatan dalam hubungan dapat mencerminkan adanya faktor-faktor internal yang membentuk cara individu dalam mengambil keputusan.
- e. Perbedaan dalam menyikapi situasi perselingkuhan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor pribadi yang membentuk cara individu menilai diri dan hubungannya.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan poin-poin identifikasi masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini hanya akan berfokus pada faktor pribadi berupa *self-esteem* yang dapat memengaruhi keputusan individu dalam memaafkan pasangan yang berselingkuh.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah yang diajukan untuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat pengaruh *self-esteem* terhadap *avoidance motivations* pada dewasa awal yang menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan pacaran?
- b. Apakah terdapat pengaruh *self-esteem* terhadap *revenge motivations* pada dewasa awal yang menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan pacaran?
- c. Apakah terdapat pengaruh *self-esteem* terhadap *benevolence motivations* pada dewasa awal yang menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan pacaran?

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab rumusan masalah yang sebelumnya sudah ditentukan, yaitu:

- a. Mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *avoidance motivations* pada dewasa awal yang menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan pacaran.

- b. Mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *revenge motivations* pada dewasa awal yang menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan pacaran.
- c. Mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *benevolence motivations* pada dewasa awal yang menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan pacaran.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah wawasan dalam bidang psikologi, khususnya mengenai peran *self-esteem* dalam proses *forgiveness* pada individu yang mengalami perselingkuhan.
- b. Memberikan kontribusi bagi pengembangan teori terkait *self-esteem* dan *forgiveness* dalam konteks hubungan romantis pada dewasa awal.

1.6.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Korban Perselingkuhan
Penelitian ini dapat memberikan pemahaman bagi individu yang pernah menjadi korban perselingkuhan oleh pasangannya mengenai faktor yang dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam memaafkan.
- b. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya, terutama yang berkaitan dengan variabel *self-esteem* dan *forgiveness*.