

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. LATAR BELAKANG MASALAH

Manusia sebagai makhluk sosial, tidak bisa hidup sendiri dan membutuhkan orang lain beserta lingkungan sosial, bahkan memiliki ketergantungan yang tinggi, terhadap lingkungan sosialnya. Dalam kehidupan bersama, manusia yang masing-masing mempunyai keunikan, karakter berbeda tentu saja mempunyai beragam keperluan, tujuan dan kepentingan yang berbeda. Dalam relasi sosialnya, tidak jarang perbedaan kepentingan tersebut menimbulkan konflik antarmanusia. Antara satu dengan yang lain saling mengedepankan kepentingan atau kebutuhannya masing-masing, dan tidak mau saling mengalah. Akibatnya pertikaian, baik antarpribadi, antarsuku, maupun antarbangsa akan tersulut.

Dalam berinteraksi dengan individu lain, seseorang kadang-kadang berbuat salah kepada individu lain. Pada sisi lain, ia tentu pernah mengalami perlakuan dan situasi yang mengecewakan atau menyakitkan. Tidak semua orang mau dan mampu secara tulus memaafkan dan melupakan kesalahan orang lain. Proses memaafkan memerlukan kerja keras, kemauan kuat, dan latihan mental karena terkait dengan emosi manusia yang fluktuatif, dinamis dan sangat reaktif terhadap stimulan luar. Saling memaafkan merupakan salah satu bentuk tradisi hubungan antar manusia, akan tetapi tradisi ini sering kali juga hanya merupakan

ritual belaka. Dengan kata lain, perilaku tersebut dilakukan namun tidak disertai ketulusan yang sungguh-sungguh.

Beberapa penelitian (Darby & Schlenker, 1982; Ohbuchi dkk, 1989) menemukan bahwa meminta maaf sangat efektif dalam mengatasi konflik interpersonal, karena permintaan maaf merupakan sebuah pernyataan tanggung jawab tidak bersyarat atas kesalahan dan sebuah komitmen untuk memperbaikinya. Menurut Hughes (1975, dalam Girard & Mullet, 1997) memaafkan merupakan cara untuk memperbaiki harmoni sosial. Untuk sebagian orang memaafkan adalah suatu kebutuhan karena dapat memperbaiki hubungan dengan orang lain. McCullough dkk. (2007) mengemukakan bahwa memaafkan dapat dijadikan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti. McCullough dan Worthington (1995) menyatakan, dalam masyarakat modern, dengan meningkatnya jumlah stres, kekerasan, kemarahan, dan perselisihan, memaafkan bisa membuktikan dapat mencegah masalah dan meningkatkan kesejahteraan.

Pada kenyataannya banyak individu yang pernah merasa dikecewakan atau sakit hati memendam dendam dan susah melupakan. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya konflik yang terjadi antar individu yang hanya dikarenakan oleh masalah sepele. Kebencian adalah salah satu bentuk emosi yang umum terlihat dewasa ini. Persoalan sepele bisa membuat seseorang menjadi tersinggung dan marah, yang kemudian bisa berlanjut pada pelecehan, penganiayaan dengan tindak

kekerasan dan tidak jarang sampai pada pembunuhan. Hal itu dengan mudah terjadi, seolah tidak ada upaya untuk menahan luapan emosi dalam diri.

Banyak dari kejadian-kejadian itu juga terjadi pada remaja. Remaja saat ini sangat rentan terhadap stres seperti ditunjukkan oleh data pada kejahatan remaja. Rasa sakit hati dan marah selama periode waktu tertentu dapat menyebabkan remaja mengekspresikan kemarahan itu dengan cara tidak sehat bahkan kekerasan. Akhir-akhir ini masalah tindakan kekerasan remaja banyak mengundang perhatian berbagai pihak. Beragam perilaku menimbulkan keprihatinan, dari tindakan kekerasan terhadap teman, tawuran, sampai pelanggaran berat seperti membunuh. Fenomena kekerasan yang melibatkan remaja semakin mengkhawatirkan. Data Komnas Perlindungan Anak menunjukkan jumlah tawuran pelajar pada 2011 mencapai 339 kasus dan memakan korban tewas 82 orang. Jumlah itu meningkat 165% dari 128 kasus pada tahun sebelumnya. Penyebab pelajar bertawuran sering kali hanya karena masalah sepele, seperti berpapasan di angkutan umum, pertandingan olahraga, atau saling ejek. Bahkan, akhir tahun lalu, ada tawuran yang dipicu saling ejek di Facebook, kemudian menyebabkan nyawa seorang pelajar melayang (tawuran pelajar makin sadis, 2012). Seperti yang dialami Rifal, pelajar STM Boedi Oetomo yang tewas akibat tawuran. Begitu pula dengan Raafi Agawinasya Benjamin, siswa SMA Pangudi Luhur yang tewas di kafe Shy Rooftop. Dari data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2010, sedikitnya ada 2.044 kasus yang ditangani, baik itu kekerasan fisik, seksual maupun psikis (Kekerasan remaja mengkhawatirkan, 2011) Dapat dilihat juga dari kasus sebuah video berisi

kekerasan dan pelecehan ala geng nero beredar di Bali (video kekerasan remaja putri beredar di Bali, 2012) Kasus ini mencuat saat beredar video kekerasan yang dilakukan oleh sekelompok remaja terhadap remaja yang lain. Kasus-kasus kekerasan siswa di sekolah makin sering muncul di media. Media-media yang memberitakan banyaknya ulah serta perilaku mereka di masyarakat justru menjadikan kelompok usia ini sebagai sorotan dari berbagai kalangan. Banyak hal yang menjadikan perkelahian antar pelajar, misalnya: pacar, salah paham, balas dendam atau hanya untuk mencari sensasi.

Memaafkan adalah proses yang dapat mengembalikan hubungan yang rusak dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan dengan mengurangi rasa marah. Memaafkan sebagai strategi untuk membantu remaja yang terluka mengatasi dan mengurangi kemarahan. Oleh karena itu, sebuah studi yang menghubungkan memaafkan dengan penurunan ekspresi kemarahan negatif pada remaja dibenarkan (Anderson,2006)

Jika kita mengkaji latar belakang dari kasus yang terjadi di masyarakat dewasa ini, kita tidak jarang akan menemukan bahwa akar dari perilaku remaja kita ini ada dalam emosi remaja. Emosi berperan kuat terhadap agresivitas remaja, sehingga diharapkan remaja memiliki emosi yang matang, stabil dan terkendali sehingga sikap dan perilaku lebih kearah positif dan terkontrol dengan baik serta tidak melakukan tindakan agresi yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Remaja yang menunjukkan kontrol emosi yang baik memiliki kapasitas perilaku yang dapat menangani kemarahannya. Temuan menunjukkan bahwa remaja awal cenderung menampilkan bentuk kemarahan yang lebih negatif dari remaja akhir

yang telah menunjukkan kapasitas yang lebih besar dalam mengontrol kemarahan (Anderson, 2006).

Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri dan bertanggung jawab (Monks,dkk., 1994). Pola emosi masa remaja sebenarnya sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Jenis yang secara normal dialami adalah : cinta atau kasih sayang, gembira, amarah, takut, sedih dan lainnya lagi. Perbedaannya terletak pada macam dan derajat rangsangan yang membangkitkan emosinya dan khususnya pola pengendalian yang dilakukan individu terhadap ungkapan emosi mereka. Meskipun emosi remaja sering sangat kuat, tidak terkendali, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosional.

Pergolakan emosi yang terjadi pada remaja juga tidak terlepas dari bermacam pengaruh, seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Masa remaja yang identik dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi, membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Bila aktivitas-aktivitas yang dijalani di sekolah (pada umumnya masa remaja lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah) tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka remaja seringkali meluapkan kelebihan energinya ke arah yang tidak positif, misalnya tawuran. Hal ini menunjukkan betapa besar gejolak emosi yang ada dalam diri remaja bila berinteraksi dalam lingkungannya.

Gejolak-gejolak yang dialami remaja tentunya menimbulkan tekanan-tekanan emosi pada remaja. Hal ini menuntut remaja untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan baru untuk mengatasi gejolak-gejolak dalam babak baru kehidupan. Ketidakmampuan dalam pengolahan dan pengendalian emosi akan mengganggu penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar. Sebaliknya melalui kemampuan dalam mengontrol serta menguasai gejolak emosi mereka akan dapat belajar untuk bekerjasama dengan orang lain, mempercayai orang lain, serta memikirkan hak-hak orang lain. Remaja yg kompeten secara sosial mampu mengatasi gejolak-gejolak yang berhubungan dengan masalah ketidakseimbangan emosi. Pada penelitian yang dilakukan oleh Mahmoudi (2012) yang melakukan penelitian tentang hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada 160 mahasiswa perempuan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kematangan emosi dan penyesuaian diri.

Remaja dituntut untuk mampu mengontrol atau mengendalikan perasaan mereka, dalam proses perkembangan menuju kematangan emosi. Hal ini tidak berarti seorang remaja harus mengendalikan semua gejolak emosi yang muncul. Remaja diharapkan bisa memahami serta menguasai emosinya, sehingga mampu mencapai kondisi emosional yang adaptif. Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi – situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosinya. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi bergantung kepada faktor kematangan dan faktor belajar (Hurlock, 2000). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Joshi (2010) yang melakukan penelitian perbedaan tingkat kematangan emosi pada tiga tahap usia

yaitu remaja, pemuda, dan dewasa menunjukkan bahwa tidak ditemukan secara signifikan berbeda satu sama lain pada tingkat kematangan emosi

Mengingat bahwa masa remaja merupakan masa yang paling banyak dipengaruhi oleh lingkungan dan teman-teman sebaya dan dalam rangka menghindari hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain, remaja hendaknya dapat mengontrol emosinya. Kematangan emosi ini terlihat dalam hal-hal seperti bagaimana remaja mampu untuk memberi kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, berusaha menyetarakan diri dengan lingkungan, dapat mengendalikan perasaan dan mampu mengungkapkan reaksi emosi sesuai dengan waktu dan kondisi yang ada sehingga interaksi dengan orang lain dapat terjalin dengan lancar dan efektif.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Girard dan Mullet (1997) yang melakukan penelitian dengan sampel 236 orang dari rentang usia remaja sampai usia tua didapatkan hasil bahwa: (a) *effect of cancellation* lebih tinggi pada usia remaja, (b) memaafkan penting bagi remaja sebagai suatu pemulihan harmoni. Dengan adanya kematangan emosi dalam diri remaja diharapkan remaja dapat mengembangkan perilaku memaafkan. Burney (2001) berpendapat bahwa ekspresi emosional yang sehat (kontrol kemarahan) menunjukkan strategi manajemen kemarahan yang baik dan belajar untuk mencari solusi positif untuk menghadapi suatu masalah. Perilaku memaafkan digunakan oleh remaja untuk bisa melepaskan semua beban penderitaan agar mereka tidak menyimpan dendam, menanggung beban pikiran dan perasaan sakit . Karena pemendam dendam diramalkan tak akan maju-maju karena selalu mengingat-ingat kesalahan orang

lain, tak memikirkan ke depan. Selain itu, memaafkan juga bisa membuat remaja tersebut bisa kembali berhubungan baik, memperbaiki hubungan dengan orang, situasi dan keadaan yang telah membuat mereka terluka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang dapat memaafkan mengalami penurunan kemarahan, kecemasan, dan depresi yang signifikan (Anderson, 2006).

Bertolak pada gambaran diatas, maka penulis berusaha menyusun sebuah penelitian tentang kematangan emosi dan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir. Hal ini berkaitan dengan sangat dibutuhkannya pemahaman tentang kematangan emosi dan memaafkan sebagai upaya remaja untuk mendapat tempat, peran, dan penerimaan diri dari lingkungan. Perilaku memaafkan sebagai suatu perwujudan dari kematangan emosi pada remaja akhir inilah yang dijadikan penulis sebagai fokus penelitian. Apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir?

1.2. IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas diketahui bahwa masih banyaknya remaja yang tidak mampu dalam mengelola dan mengendalikan emosinya. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya konflik yang terjadi antar individu yang hanya dikarenakan oleh masalah sepele. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja. Mengingat bahwa masa remaja merupakan masa yang paling banyak dipengaruhi oleh lingkungan dan teman-teman sebaya dan dalam rangka

menghindari hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain, remaja hendaknya dapat mengontrol emosinya.

Ketidakmampuan dalam pengendalian emosi tentu akan mengganggu penyesuaian diri dengan lingkungannya. Remaja perlu belajar untuk mengendalikan dan mengolah gejala emosi dalam dirinya menjadi sesuatu yang positif serta membangun, maka diperlukan adanya kematangan emosi. Burney (2001) berpendapat bahwa ekspresi emosional yang sehat (kontrol kemarahan) menunjukkan strategi manajemen kemarahan yang baik dan belajar untuk mencari solusi positif untuk menghadapi suatu masalah.

Karena itu dibutuhkan suatu kemampuan untuk bisa mereduksi dan mengelola emosi, sesuatu yang bisa membuat mereka tidak lagi merasa sakit dan menderita dengan perasaan mereka sendiri, bisa melepaskan semua amarah, dan tidak lagi mempunyai perasaan untuk membalas semua sakit hati, sehingga bisa membangun kembali relasi yang baik, melalui perilaku memaafkan. Memaafkan sebagai strategi untuk membantu remaja yang terluka mengatasi dan mengurangi kemarahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang dapat memaafkan mengalami penurunan kemarahan, kecemasan, dan depresi yang signifikan (Anderson, 2006). Salah satu hal yang mendasari memaafkan adalah diri sendiri. Memaafkan didasari dari diri sendiri. Karena diri sendiri adalah dasar, persepsi diri sendirilah yang terus dijaga dari waktu ke waktu. Dengan adanya kematangan emosi diharapkan remaja dapat mengembangkan perilaku memaafkan. Dengan memaafkan dapat membuat remaja kembali berhubungan baik, memperbaiki hubungan, dengan orang, situasi dan keadaan yang telah membuat mereka terluka.

Hal inilah yang akan menjadi fokus penelitian yang secara umum bertujuan untuk menggali informasi tentang kematangan emosi dan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir, khususnya pada siswa sma sebagai salah satu bagian dari tahapan perkembangan remaja akhir. Akhirnya penulis membatasi cakupan bahasan pada upaya menggali apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir.

1.3. BATASAN MASALAH

Mengingat luasnya permasalahan yang sesuai dengan judul penelitian ini, maka penulis berusaha untuk membuat batasan-batasan tertentu, sehingga memungkinkan permasalahannya menjadi terarah dan jelas, yang pada akhirnya dapat dicapai suatu hasil yang maksimal. Adapun batasan-batasan tersebut adalah sebagai berikut:

a. Remaja akhir

Remaja akhir adalah seseorang yang telah mencapai kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik, yaitu remaja usia antara 17 tahun hingga 21 tahun karena pada masa ini remaja mulai mengembangkan kemampuan tingkah laku dan belajar mengendalikan impulsif (Pikunas, 1976;Ingersol, 1989 dalam Agustiani 2006)

b. Kematangan Emosi

Dalam penelitian ini, kematangan emosi sebagai kondisi atau keadaan dalam mencapai tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosional seseorang. Suatu kondisi di mana seseorang telah mencapai kedewasaan dalam emosinya.

Individu yang matang emosinya mampu menghargai dirinya sendiri dan akan menilai situasi yang tepat untuk mengungkapkan emosinya. Orang yang mempunyai emosi matang tidak akan menampilkan pola-pola emosional yang hanya pantas dilakukan oleh anak-anak. Orang yang mempunyai emosi matang juga mampu melakukan kontrol terhadap emosinya dalam menghadapi situasi (Chaplin,2005)

c. Kecenderungan memaafkan

Memaafkan sebagai rasa bebas dari perasaan negatif yang melekat pada seseorang, suatu keinginan untuk meninggalkan amarah, menghindari penilaian negatif, dan tidak menanggapi perilaku seseorang yang secara tidak adil melukai, bahkan sebaliknya memberikan kualitas perasaan yang semestinya tidak diberikan misalnya berbuat kedermawanan dan cinta. (Snyder & Lopez, 2007)

1.4. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah:

“Apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir?”

1.5.TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik dan mengetahui apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir.

1.6. MANFAAT PENELITIAN

a. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial, terutama untuk pemahaman tentang kematangan emosi dan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir.

b. Manfaat Praktis

1. Diharapkan dapat memberikan masukan tentang perilaku memaafkan pada remaja akhir. Diharapkan juga remaja dapat mengembangkan perilaku memaafkan dalam kehidupan.
2. Agar penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengambil tentang tema kematangan emosi dan memaafkan.