

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Dalam sebuah perkawinan kebahagiaan adalah sesuatu yang selalu diharapkan oleh semua orang. Dikemukakan Patnani (2012) bahwa setiap orang ingin mencapai kebahagiaan dan akan melakukan segala usaha untuk mendapatkannya. Pengertian kebahagiaan sendiri menurut Caiccopo (Anggoro dan Widhiarso, 2010) tidak semudah pemikiran orang pada umumnya, bahwa kebahagiaan merupakan kebalikan dari kesedihan. Menurut Russ Harris (2011) kebahagiaan bukanlah ketika seseorang merasa enak, karena jika bahagia dapat diartikan seperti itu, maka pengguna narkoba adalah orang yang bahagia. Snyder dan Lopez (Veroni, Dewi, & Arriza, 2011) menyatakan kebahagiaan (*happiness*) adalah sebuah kondisi subjektif yang dialami seseorang dengan ciri-ciri level emosi positif lebih tinggi daripada level emosi negatif. Pengertian kebahagiaan sendiri baru mulai berkembang setelah munculnya *positive psychology* dikarenakan banyaknya jurnal penelitian bertema kebahagiaan yang dipublikasikan (Anggoro dan Widhiarso, 2010).

Patnani (2012) menjelaskan Kebahagiaan merupakan suatu perasaan yang dapat berubah-ubah sesuai dengan keadaan yang sedang dialami. Jika keadaan yang dialami adalah sebuah peristiwa bahagia, maka perasaan bahagia akan dirasakan. Sebaliknya, jika keadaan yang dialami adalah peristiwa yang menyedihkan atau menyakitkan maka akan muncul perasan negatif. Patnani (2012) juga menjelaskan bahwa kebahagiaan perempuan lebih tinggi dirasakan oleh perempuan yang sudah menikah, karena kebutuhan manusia untuk menjalin sebuah hubungan interpersonal sudah terpenuhi dan juga merasa sudah menjalankan peran sebagai wanita sesungguhnya. Maka dapat dinyatakan bahwa salah satu faktor yang paling berpengaruh pada kebahagiaan adalah perkawinan, Sebuah survey menunjukkan bahwa kebahagiaan lebih tinggi dirasakan oleh seseorang yang menikah dibandingkan dengan orang yang belum menikah ataupun bercerai (Nurhayati, 2017).

Russ Harris (2011) menjelaskan hidup pasti merasakan kesedihan dan tidak ada hal yang bisa dilakukan untuk menghindarinya. Suatu saat pasti akan merasakan kegagalan, kekecewaan, kehilangan, penolakan, perpisahan, dan berbagai masalah lainnya. Meskipun tidak dapat dihindari, tetapi semua itu dapat dilalui dan diatasi dengan lebih baik dan menjalani hidup yang bahagia. Hal-hal tersebut juga dapat terjadi dalam perkawinan, sehingga kebahagiaan sulit untuk dicapai dan tidak semua orang dapat merasakan dalam perkawinannya. Seperti yang disebutkan oleh Arif (2016) permasalahan yang dihadapi oleh pasangan suami istri akan semakin sulit, contohnya masalah kesetiaan, masalah komunikasi, masalah seksual, ekonomi, dan masih banyak yang lain. Namun dewasa ini semakin mudah untuk seseorang melakukan sebuah perselingkuhan, hal tersebut dapat dilihat dari beberapa hasil penelitian atau survey berikut.

Menurut data dari Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung (MA) (Saputra, 2011) perselingkuhan merupakan penyebab perceraian kedua di Indonesia setelah masalah ekonomi. Perceraian di Indonesia sendiri setiap tahunnya meningkat dengan rata-rata tiap tahunnya meningkat 3%. Seperti diungkapkan oleh (Dirjen Badan Peradilan Agama, Mahkamah Agung, 2017) pada tahun 2014 kasus perceraian sebanyak 344.237 dan pada tahun 2016 meningkat menjadi 365.633. Perselingkuhan menurut Bird dan Melville (Sari, 2012) adalah sebuah hubungan yang dilakukan oleh seseorang yang telah menikah dengan orang lain yang bukan pasangan resminya. Menurut survei yang dilakukan oleh JustDating (Novianty, 2017) Indonesia menempati peringkat ke dua tertinggi dalam kasus perselingkuhan setelah negara Thailand. Sebesar 40 persen laki-laki dan perempuan di Indonesia mengaku pernah mengkhianati pasangannya. Survei lain yang dilakukan oleh Nugraha pada 200 orang pasiennya yang mengakui pernah melakukan perselingkuhan sebanyak empat dari lima pria eksekutif, sedangkan perbandingan pria dan wanita yang berselingkuh adalah 5:2 (klikdokter, 2015).

Saat perselingkuhan mulai terbuka dan diketahui oleh pasangannya, maka akan muncul beberapa tahap berduka menurut Kubler-Ross (Ginanjar, 2009) yaitu penolakan, marah, *bargaining*, depresi, dan juga penerimaan. Pada tahap penerimaan ini seorang istri

yang mengetahui bahwa suaminya berselingkuh dapat menerima dan memahami apa yang telah terjadi dan berusaha untuk memaafkannya. Ketika seorang istri dapat menerima dan memaafkan perbuatan suaminya, diharapkan setelah itu ia dapat menemukan kebahagiaan.

Terdapat beberapa kasus yang terjadi setelah perselingkuhan suami terungkap, salah satunya kasus pembunuhan suami pada awal bulan September 2019. Diberitakan Liputan6.com (2019) istri menganiaya suami yang sedang tertidur dengan balok kayu yang dipukulkan di kepala suami sampai tewas, namun setelah melakukan hal tersebut istri menyerahkan diri ke Polres Probolinggo. Kasus lainnya terjadi di Jakarta Selatan pada tanggal 23 Juni 2019 yang diberitakan oleh Viva.co.id (Ansyari & Simbolon, 2019). Seorang istri mengakhiri nyawanya sendiri dengan gantung diri setelah mengetahui bahwa suaminya berselingkuh.

Selain dua kasus tersebut juga terdapat kasus pembunuhan suami yang dilakukan istri setelah mengetahui bahwa suaminya telah menikah dengan wanita lain. Peristiwa tersebut diberitakan TribunJeneponto.com (Nurkarim, 2019), pembunuhan tersebut terjadi ketika suami sedang tertidur dan disiram air panas oleh istrinya. Dari beberapa contoh kasus yang telah disebutkan, dapat disimpulkan bahwa ketika sebuah perselingkuhan suami terungkap dan diketahui oleh istri maka sang istri akan merasakan penolakan, marah, *bargaining* maupun depresi sehingga jauh dari kata bahagia. Ketiga kasus tersebut juga memiliki dampak panjang yang juga berpengaruh pada kebahagiaan seorang istri, seperti mendapatkan sanksi sosial, peradilan sesuai jalur hukum maupun hidupnya yang berakhir.

Menurut Tsang, McCullough dan Fincham (Arif, 2016) pemaafan sangat baik untuk relasi. *Pemaafan* memiliki korelasi yang erat dengan relasi yang bahagia terutama pada relasi perkawinan. Hal tersebut juga didukung oleh Maltby, Day & Barber (2005) bahwa semakin tinggi tingkat *pemaafan* seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan seseorang. Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh Maltby dkk. menyatakan bahwa pemaafan memberikan pengaruh besar pada kebahagiaan, karena

memaafkan adalah merelakan orang yang bersalah dan berdamai dengan diri sendiri juga orang lain. (Nurhayati, 2017).

Menurut Enright dan *The Human Development Study Group* (Dayakisni dan Hudaniah, 2009) pemaafan adalah kerelaan seseorang untuk melupakan haknya dalam membenci, menilai negatif, dan bersikap tidak peduli pada seseorang yang telah menyakitinya. Nurhayati (2017) menyatakan saat seseorang berusaha untuk memaafkan dibutuhkan waktu dan juga proses yang lama. Semakin dalam rasa sakit yang dirasakan, maka akan semakin lama waktu yang dibutuhkan untuk memaafkannya dan berlaku sebaliknya. Karena membutuhkan waktu yang lama, terkadang seseorang tidak menyadari bahwa dirinya telah memaafkan orang yang telah menyakitinya.

Sebelumnya terdapat penelitian tentang hubungan antara pemaafan dan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Pada penelitian tersebut menunjukkan hasil yang signifikan. Semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi pula kebahagiaan remaja yang tinggal di panti asuhan, begitu juga sebaliknya (Rienneke dan Setianingrum, 2018).

Penelitian lain tentang kebahagiaan salah satunya adalah hubungan kebersyukuran dan kebahagiaan pada wanita yang bercerai di Aceh. Menunjukkan hasil korelasi positif yang artinya semakin tinggi kebersyukuran, maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan. Dalam penelitian tersebut dinyatakan bahwa kebersyukuran dapat berhubungan dengan kebahagiaan, karena kebersyukuran sering dikaitkan dengan emosi positif seperti kebahagiaan, harapan ataupun kepuasan (Eriyanda dan Khairani, 2017).

Terdapat sebuah kasus yang menunjukkan bahwa pemaafan sangatlah penting dan berpengaruh bagi kebahagiaan istri. Diberitakan oleh Wolipop.detik.com (Kartikawati, 2018) seorang wanita yang merupakan *selebgram* (selebriti media sosial instagram) mendapatkan pengakuan mengejutkan dari suaminya dalam sebuah acara televisi bahwa sang suami pernah melakukan hubungan sebanyak 341 dengan wanita lain yang delapan diantaranya diketahui oleh sang istri. Keputusan sang istri adalah tetap menjaga hubungan

pernikahan tersebut dan setahun setelah peristiwa dalam acara televisi tersebut pasangan itu tetap bersama dan menjalani hidup yang bahagia.

Sampai saat ini terdapat beberapa kajian yang membahas tentang hubungan pemaafan dan kebahagiaan ditunjukkan dengan pencarian *Google Scholar* tentang hubungan pemaafan dan kebahagiaan pada istri. Ditemukan 154 hasil, satu diantaranya penelitian tentang hubungan pemaafan dan kebahagiaan pada istri yang suaminya pernah berselingkuh dan yang lainnya hanya membahas salah satu dari pemaafan dan kebahagiaan dan juga pada subjek yang berbeda, bukan pada seorang istri.

Berdasarkan beberapa kasus yang telah terjadi, terbatasnya kajian tentang hubungan pemaafan dan kebahagiaan pada istri, semakin banyaknya istri yang suaminya berselingkuh yang tidak memahami betapa pentingnya pemaafan bagi kebahagiaan dirinya dan untuk mencegah terjadinya kembali kasus serupa akibat kurangnya pemahaman tentang pemaafan untuk kebahagiaan setelah perselingkuhan terungkap. Maka peneliti ingin meneliti apakah terdapat hubungan antara pemaafan dan kebahagiaan pada istri yang suaminya berselingkuh.

## **1.2. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dan kebahagiaan pada istri yang suaminya berselingkuh

## **1.3. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat sebagai berikut:

### **1.3.1. Manfaat teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu psikologi positif mengenai hubungan pemaafan dan kebahagiaan pada seorang istri yang suaminya berselingkuh.

### 1.3.2. Manfaat praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kebahagiaan pada para istri yang suaminya berselingkuh.

