



## **HUBUNGAN PEMAAFAN REMAJA PUTUS CINTA AKIBAT PERSELINGKUHAN YANG DITINJAU DARI KECERDASAN EMOSI**

**Hasyati Razanah Yusadek, Zulian Fikry**

Jurusan Psikologi , Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

### **Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah melihat hubungan pemaafan remaja putus cinta akibat perselingkuhan yang ditinjau dari kecerdasan emosi. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 50 orang domisili Sumatera Barat. Jenis penelitian berupa penelitian kuantitatif non eksperimen berupa survey. Teknik dalam pengambilan data ini menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data yang digunakan adalah Superman's rho dengan hasil penelitian  $p < 0.05$  yaitu 0,01. Dalam hal ini  $H_a$  diterima dengan adanya hubungan pemaafan remaja putus cinta akibat perselingkuhan yang ditinjau dari kecerdasan emosi. correlation coefficient pada penelitian ini 0,447 sehingga hubungan berkorelasi positif. Pada penelitian yang dilakukan di Sumatera Barat, kategori kecerdasan emosi tinggi dan sedang sama dengan 25 atau 50% subjek. Sedangkan pada pemaafan, kebanyakan dari remaja memiliki kategori sedang dengan 42 atau 84% subjek.

**Kata Kunci:** Kecerdasan Emosi, Pemaafan.

## **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan seseorang yang memiliki rentang usia 10-24 tahun yang belum menikah (BKKBN). Sedangkan menurut Malahayati (2010) remaja merupakan seseorang yang memiliki rentang usia 18-24 tahun. Remaja itu sendiri adalah masa perpindahan seseorang dari masa kanak-kanak menuju proses pendewasaan dengan perubahan tertentu seperti fisik, sosial emosi dan kognitif (Santrock,2002).

Perubahan yang dialami pada remaja membuat remaja cenderung untuk berkarir, pacaran, dan mengembangkan dirinya (Santrock,2002). Masa pacaran, bergaul dengan orang banyak, dan bersahabat merupakan momen indah untuk dilalui (Feist,2013).

Pacaran yang dianggap sangat indah pada remaja memiliki arti yang berbeda pada setiap orang (Santrock,2002). Pacaran itu sendiri memiliki fungsi sebagai pemilihan seseorang dalam menentukan pasangan (Santrock (2007). Dalam menentukan pasangan, seseorang melihat berdasarkan kebutuhan seksual dan kelekannya dengan pasangan (Hurlock,1980).

Kelekatan dengan pasang tidak selalu berjalan dengan baik, banyak permasalahan yang harus dijalani oleh pasangan. Resikonya bisa berujung dengan terjadinya putus cinta. Putus cinta itu adalah hubungan yang sudah berakhir yang menimbulkan rasa sedih (Sonna,2007).

Akhir-akhir ini ada sebuah kasus meninggalnya seseorang yang berinisial CFM berusia 24 tahun yang di kutip dari Padangkita.com. Dimana dikabarkan bahwa CFM sebelumnya bercekok di sebuah pesan. CFM meminta maaf kepada pasangannya dan mengakhiri hidupnya pada Minggu, 24 Mei 2020 dalam kondisi

menggantungkan diri dengan seutas tali.

Dilihat dalam kasus diatas ada beberapa faktor yang membuat seseorang mengalami putus cinta. Menurut Lindenfield (2005) faktor putus cinta itu adanya rahasia, cemburu, hilangnya percaya, keluarga yang tidak setuju, cinta yang sesaat, selingkuh, dan long distance realtionship. Dilihat saat ini yang lebih banyak terjadi dan menyakitkan adalah perselingkuhan.

Perselingkuhan adalah rusaknya ikatan cinta pada pasangan sebagai penghianatan dari kepercayaan dalam sebuah hubungan(Johnson,2005). Akibatnya akan timbul emosi-emosi negatif dari pasangan sehingga mengakhiri hubungan dengan tidak baik.

Seperti yang terjadi pada seorang siswi SMK yang dibunuh oleh pasangannya dikamar korban berdasarkan berita JawaPos.com. Dimana pada kasus ini pelaku dituduh oleh pasangannya berselingkuh. Sehingga pelaku mebunuh korban dengan tali jemuran serta mencekiknya. Ibu korban awalnya curiga anaknya tidak keluar dari kamar. Akhirnya korban di temukan dalam keadaan meninggal dunia.

Berdasarkan hasil wawancara, selain di tuduh selingkuh pelaku juga takut bahwa korban dalam keadaan hamil. Pelaku saat ini diamankan di polres Solok Kota dengan dikenakan pasal berlapis hukuman seumur hidup.

Terlihat pada kasus diatas, tidak semua remaja mampu mengatasi permasalahannya dengan baik. Adanya rasa kecewa akibat perselingkuhan mampu membuat mereka berfikir dengan tidak rasional lagi. Karena cinta dapat membutakan seseorang dalam hal apa pun.

Menghilangkan rasa kecewa akibat perselingkuhan bisa menggunakan salah satu jalan dengan

memaafkan. Memaafkan dapat memberikan rasa damai dan bahagia bagi seseorang. Pemaafan menurut Baumeister dkk (1998) adalah hilangnya rasa marah dan sakit hati untuk mempertahankan dan memperbaiki hubungan dengan pasangan.

Mc Cullough (1997) mengartikan pemaafan dengan adanya dorongan seseorang untuk tidak membenci dan melakukan balas dendam terhadap seseorang yang telah menyakiti. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pemaafan, diantaranya adalah kecerdasan emosi (Wortington dan Wade, 1999).

Kecerdasan emosi menurut Goleman (2000) adalah bentuk pengendalian diri seseorang menghadapi permasalahan. Sedangkan menurut Chaplin (2002) mengartikan kecerdasan emosi dengan berkembangnya emosi seseorang untuk peningkatan kedewasaan. Kecerdasan emosi ini dibutuhkan seseorang dalam mengalami putus cinta. Sehingga seseorang akan memahami dirinya dan orang lain untuk mengatasi permasalahannya.

Penelitian sebelumnya mengenai kecerdasan emosi dan forgiveness oleh Lestari (2019) yang berjudul "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Prilaku Memaafkan pada Mahasiswa" menyatakan hasil adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan pemaafan. Sedangkan pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mugrage (2014) mengatakan bahwa tidak adanya korelasi positif antara kecerdasan emosi dan pemaafan.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada dua orang subjek, didapatkan bahwa adanya rasa pengkhianatan terhadap komitmen yang sudah dibangun oleh pasangan ketika dalam hubungan adanya

perselingkuhan. Tidak hanya itu, subjek juga membutuhkan waktu yang lama untuk kembali pada kondisi normal. Akibatnya, ini merusak pada jam tidur, aktifitas pendidikan, bahkan pola makan yang tidak teratur.

Fenomena di atas menunjukkan adanya rasa kecewa, marah, dan dendam yang dialami oleh korban kepada pasangannya. Sehingga disini dibutuhkan kecerdasan emosi dalam pemecahan masalah yang dilalui. Maka dari pada itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Hubungan Pemaafan Remaja Putus Cinta Akibat Perselingkuhan Yang Ditinjau Dari Kecerdasan Emosi".

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan variabel independent (bebas) kematangan emosi dan variabel dependent (terikat) pemaafan. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 50 orang yang berdomisili Sumatera Barat.

Teknik dalam pengambilan subjek menggunakan teknik purposive sampling. Dimana kriteria yang dibutuhkan adalah a) Remaja yang berusia 18-24 tahun, b) Pernah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan, c) Berdomisili Sumatera Barat.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala kecerdasan emosi beracuan kepada aspek dari teori Goleman (2000). Sedangkan pemaafan beracuan kepada aspek dari teori McCullough, Root, & Cohen (2006).

Aitem dalam skala ini sebanyak 40 aitem untuk kecerdasan emosi dan 18 aitem untuk pemaafan dalam melakukan try out. Hasilnya setelah try out hanya 5 aitem yang gugur yaitu pada aitem kecerdasan emosi. Sehingga pada pengambilan data akhir hanya 35 aitem untuk

kecerdasan emosi dan 18 aitem untuk pemaafan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian dari variabel pemaafan dan kecerdasan emosi yang diambil dari subjek sebanyak 50 orang domisili Sumatera Barat, dapat dikategorikan pada tiga tabel. Dimana tabel 1 menjelaskan kategorisasi dari kecerdasan emosi, tabel 2 menjelaskan kategorisasi pemaafan dan tabel 3 menjelaskan uji korelasi.

**Tabel 1**

**Hasil Kategorisasi Pengukuran Skala Kecerdasan Emosi**

Kategori	Skor	Subjek
Tinggi	$X \geq 105$	25 (50%)
Sedang	$70 \leq X < 105$	25 (50%)
Rendah	$X < 70$	0
Jumlah		50 (100%)

Berdasarkan pada tabel 1 kategorisasi skala kecerdasan emosi, dapat diketahui bahwa terdapat 25 atau 50% subjek yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, sedangkan pada kategori kecerdasan emosi yang sedang terdapat 25 atau 50% subjek dan pada kecerdasan emosi yang rendah terdapat 0 subjek atau tidak ada.

**Tabel 2**

**Hasil Kategorisasi Pengukuran Skala Pemaafan**

Kategori	Skor	Subjek
Tinggi	$X \geq 54$	6 (12%)
Sedang	$36 \leq X < 54$	42 (84%)
Rendah	$X < 36$	2 (4%)
Jumlah		50 (100%)

Berdasarkan tabel 2 kategorisasi skala pemaafan didapatkan hasil bahwa 6 atau 12% subjek memiliki tingkat pemaafan yang tinggi, sedangkan pada tingkat pemaafan yang sedang terdapat 42 atau 84% subjek, dan pada tingkat pemaafan yang rendah terdapat 2 atau 4% subjek.

Sebelum melakukan uji korelasi, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas pada variabel kecerdasan emosi dan pemaafan dengan teknik Kolmogorov Smirnov Test dan terdapat hasil  $p$  yaitu 0,159 ( $p > 0,05$ ) maka dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosi dan pemaafan berdistribusi normal karena nilai  $p$  besar dari 0,05.

Untuk menguji korelasi pada penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman's rho. Dapat dilihat pada tabel diatas bahwa adanya hubungan pemaafan remaja putus cinta akibat perselingkuhan yang ditinjau dari kecerdasan emosi dengan  $p < 0,05$  yaitu 0,01.

Hubungan ini berkorelasi positif sehingga hubungannya searah dengan correlation coefficient 0,447. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi pemaafan. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah pemaafan.

## PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, terlihat pada tabel kategorisasi kecerdasan emosi kebanyakan subjek berada pada kategori sedang dan tinggi dengan 25 atau 50% subjek. Sedangkan pada kategorisasi pemaafan kebanyakan subjek dalam penelitian ini berada pada pemaafan yang sedang dengan 42 atau 84% subjek.

Berdasarkan uji korelasi menurut Spearman's didapatkan  $p < 0,05$  yaitu 0,01. Dimana  $H_1$  diterima dengan adanya hubungan pemaafan remaja putus cinta akibat perselingkuhan yang ditinjau dari kecerdasan emosi. Sebaliknya  $H_0$  ditolak dengan tidak adanya hubungan pemaafan remaja putus cinta akibat perselingkuhan yang ditinjau dari kecerdasan emosi.

Dilihat pada nilai correlation coefficient pada tabel korelasi,

hubungan ini memiliki korelasi yang positif. Dimana semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi pemaafan pada remaja yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah pemaafan pada remaja yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan.

Salah satu faktor pemaafan pada seseorang di pengaruhi oleh kecerdasan emosi (Worthington dan Wade, 1999). Dimana kecerdasan emosi ini merupakan bagaimana cara seseorang untuk mengendalikan diri dalam permasalahannya (Goleman,2002). Pengendalian diri yang baik pada seseorang akan mampu membentuk seseorang menjadi lebih dewasa. Sikap seperti ini akan memudahkan seseorang untuk melakukan pemaafan kepada seseorang yang telah menyakitinya.

Goleman (2000) memiliki lima dimensi dalam kecerdasan emosi yaitu mengenali emosi sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Ketika dimensi ini terpenuhi maka seseorang akan bisa untuk bertahan dalam menghadapi masalah, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mampu mengatur suasana hati dan berempati.

Begitu juga dengan tiga dimensi pemaafan menurut McCullough (1997) yaitu penghindaran, balas dendam dan kebaikan hati. Ini akan membuat seseorang untuk memiliki emosi positif yang baik untuk kesehatan mental dan fisik. Namun ketika kebaikan hati seseorang lebih tinggi, disisi lain penghindaran dan balas dendam akan menjadi rendah.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Pada penelitian ini diketahui bahwa kategori kecerdasan emosi pada remaja di Sumatera Barat kebanyakan pada tinggi dan sedang. Sedangkan pada kategori pemaafan diketahui bahwa rata-rata remaja sumatera barat berada di kategori sedang.

Berdasarkan teknik Superman's ditemukan hasil bahwa adanya hubungan pemaafan remaja putus cinta akibat perselingkuhan yang ditinjau dari kecerdasan emosi. Hubungan ini berkorelasi positif dimana semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi pemaafan pada remaja yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Sebaliknya, jika semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah pemaafan pada remaja yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan.

### Saran

Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan melakukan pembagian angket dengan secara tatap mungka. Ini dilakukan agar subjek mendapat penjelasan yang baik tentang pengisian angket. Serta peneliti dapat meyakinkan subjek untuk kerahasiaan setiap jawaban yang diberikan agar terhindar dari faking.

## DAFTAR PUSTAKA

Baumeister, R.F. (1998). *The Victim Role, Grudge Theory, And Two Dimensions Of Forgiveness. Psychology Reserch And Theological Speculations*. Philadelphia : The Templeton Foundation Press.

Chaplin, J. P. (2002). *Kamus Lengkap Psikologi Cetakan Keenam. Penerjemah : Kartiko, K.* Jakarta : PT Raja Grafiika Persada.

Feist, G. J. (2013). *Teori Kepribadian jilid 1*. Jakarta : Salemba.

Goleman, D. (2000). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka.

Goleman, D. (2002). *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka.

Goleman, D. (2009). *Kecerdasan Emosional Mengapa EL Lebih Penting Dari Pada IQ*. Jakarta : PT. Gramedia.

Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Gramedia.

Lindenfield, G. (2005). *Putus Cinta Bukan Akhir Segalanya*. Jakarta PT. Gramedia Pustaka Utama.

Lestari ,P., dkk. (2019). *Hubungan kecerdasan emosi dengan perilaku memaafkan pada mahasiswa*. Yogyakarta : Universitas Mercu Buana, Tesis.

Malahayati. (2010). *Super Teens*. Yogyakarta : Jogja Bangkit Publisher

McCullough, M .E, Worthington Jr, E. L., & Rachal, K. C. (1997). *Interpersonal Forgiving in close relationship*. Journal of Personality and Social Psychology, 73 (2), 321

McCullough, M.E.,Root,L. M.,& Cohen, A. D.(2006). *Writing about Benefit of an Interpersonal Transgression Facilitates Forgiveness*. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74(5), 887-897. DOI :10.1037/0022-006X.74.5.887.

Mugrage, M. S. (2014). *The Relationship Between Emotional Intellegence and Forgiveness*. ProQuest LLC.

Santrock, J. W. (2002). *Adolescence : Perkembangan Remaja Edisi Keenam*. Jakarta : Erlangga.

Santrock , J. W. (2007). *Perkembangan Anak Jilid 1 edisi Kesebelas*. Jakarta: Erlangga.

Sonna, L. (2007). *Memahami tentang membimbing anak remaja : sebuah Panduan bagi orang tu dalam menghadapi berbagai masalah*. Bata : Karisma Publishing Group.

Worthington , E. L., Jr., & Wade, N. G. (1999). *The Psychology Of Unforgiveness And*

*Forgiveness And Implications For Clinical Practice*. Jurnal Of Social And Clinical Psychology, Vol 18 Hlm, 385-418.