

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab I ini mendeskripsikan latar belakang permasalahan penelitian mengenai variabel yang akan diteliti yaitu pemaafan (*forgiveness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada remaja yang orangtuanya bercerai.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Banyak yang menyatakan masa manusia menjalani kehidupan sepanjang hayat yang paling dirasa indah adalah masa remaja Mestika (dalam Desmita, 2006, hlm. 213). Masa remaja dipandang sebagai masa yang membahagiakan, saat yang paling indah namun penuh dengan permasalahan atau problematika. Hal ini sudah dikemukakan pada masa lampau, berkisar pada abad ke-20 oleh ahli psikologi remaja yaitu Stanley Hall. Stanley Hall (dalam Seifert dan Hoffnung, 1987, hlm. 42) menyatakan bahwa *adolescence is a time of "storm and stress"*. Artinya, remaja adalah masa yang penuh dengan "badai dan tekanan jiwa", dimana pada masa itu mengalami banyak perubahan baik secara fisik, intelektual, maupun emosional sehingga menyebabkan kesedihan dan kebimbangan (konflik) pada yang bersangkutan, dan menimbulkan konflik dengan lingkungannya.

Santrock (2012, hlm. 403) menyatakan masa remaja sering dikaitkan dengan masa terjadinya krisis identitas, ketidakstabilan emosi, serta permasalahan perilaku. Hal tersebut senada dengan pendapatnya Geldard (2010, hlm. 88) yang mengungkapkan bahwa masa remaja tidak terlepas dari masa pencarian identitas, periode yang penuh gejolak dan rawan dengan berbagai masalah. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja berusaha mencari jati diri dan pengakuan dari masyarakat (Desmita, 2006, hlm. 212). Seorang remaja harus mampu mengatasi krisis-krisis perkembangan yang dialaminya agar dapat berkembang kearah yang lebih positif, apabila remaja gagal melewati krisis perkembangan maka akan mengalami gangguan psikologis seperti depresi hingga memiliki permasalahan pada perilaku dimasa yang akan datang. Periode bermasalah remaja merupakan tahapan perkembangan yang akan dilaluinya secara alamiah, begitu

juga pada emosionalitasnya yang masih labil sehingga perlu adanya pemahaman untuk menghadapi segala sesuatu dengan realistis (Hurlock, 1980, hlm. 206).

Dalam memberikan pemahaman secara realistis terhadap remaja diperlukan peran orang dewasa atau orangtua yang dapat dijadikan sebagai *modeling* bagi dirinya (Luh, 2011, hlm. 5). Dengan kata lain, adanya *modeling* dalam keluarga maka peran sebagai orangtua dapat tercipta dengan baik sehingga anak mampu bertindak secara realistis dengan pemahaman yang telah diberikan oleh kedua orangtuanya (Elly, 2002, hlm. 3). Namun tidak dapat dipungkiri, tidak semua orang dewasa atau orangtua dapat menjalin hubungan yang baik dengan anaknya, salah satu contohnya adalah remaja yang orangtuanya bercerai (Natasha, 2002, hlm. 213).

Hapsari (2010, hlm. 2) menyatakan remaja yang orangtuanya bercerai cenderung tinggal bersama ibu kandung dibandingkan dengan ayah kandung, alasannya karena sebagian besar remaja memiliki pemikiran bahwa tinggal bersama ayah kandung akan tinggal bersama ibu tiri, dan pandangan ibu tiri menurut sebagian anak dipersepsikan sebagai seseorang yang sangat menyeramkan atau dipandang negatif sehingga sebagian remaja lebih memilih untuk tinggal bersama ibu atau nenek dibandingkan dengan ayahnya (Luh, 2011, hlm. 2-3).

Menurut Machasin (2008, hlm. 20-21) menyatakan remaja yang memilih tinggal bersama salah satu orangtuanya baik itu ibu, ayah, ataupun nenek biasanya memiliki pengalaman yang kurang baik. Hal ini senada yang diungkapkan oleh Fauzi (2006, hlm. 1-5) menyatakan bahwa remaja yang orangtuanya bercerai mempunyai pengalaman buruk, yaitu melihat kejadian pertengkaran kedua orangtuanya sehingga anak mengalami traumatik dan anak cenderung akan memilih untuk tinggal bersama dengan salah satu orangtuanya, baik ayah ataupun ibu dan bahkan sama sekali tidak tinggal bersama kedua orangtuanya melainkan memilih untuk tinggal bersama nenek.

Penjelasan di atas sesuai dengan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh penulis pada salah satu peserta didik yang orangtuanya bercerai dengan berinisial (S) di SMP Pasundan 6 Bandung menyatakan bahwa:

Ia tinggal bersama nenek karena “saya tidak mau melihat mereka lagi, rasanya sakit dan takut jika teringat kejadian itu, sampai-sampai kejadian tersebut terbawa mimpi”.

Melihat kondisi yang seperti itu untuk sebagian anak dalam berkomunikasi pun tidak jarang berjalan dengan baik, karena mengalami traumatik (Nanik, 2008, hlm. 3). Lebih jauh lagi menurut Hetherington (1999, hlm. 217-236) menyatakan bahwa hasil-hasil penelitian tentang perceraian banyak yang mengungkapkan bahwa anak pada keluarga yang bercerai beresiko tinggi mengalami masalah-masalah perkembangan psikologis, tingkah laku, sosial dan akademik, dibandingkan dengan anak dari keluarga yang tidak bercerai.

Perceraian merupakan salah satu hal terburuk dari pernikahan. Perceraian merupakan putusnya hubungan suami dan istri apabila telah jatuh talak, lisan, ataupun tulisan (Lestari, 2012, hlm. 2-3). Menurut Hurlock (1990, hlm. 211-213) menyatakan perceraian merupakan akumulasi dari penyesuaian perkawinan yang buruk dan terjadi apabila antara suami dan istri tidak mampu lagi mencari penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak. Feeney (2012, hlm. 487-508) menyatakan bahwa perceraian dapat terjadi, jika selalu diikuti oleh konflik yang semakin menimbulkan ketegangan dan terjadinya perubahan emosi atau psikologis antara pasangan suami dan istri.

Perceraian kedua orangtua menimbulkan beberapa dampak, pertama terhadap psikologis remaja seperti frustrasi yang menyebabkan anak menjadi nekad untuk bunuh diri akibat memikirkan perceraian orangtuanya (Dewi, 2006 hlm. 2). Dampak kedua, perceraian orangtua membuat anak berfikir tidak rasional dimana anak merasa bahwa merekalah yang menjadi penyebab terjadinya pertengkaran dan perceraian (Mujtaba, 1990, hlm. 2). Selanjutnya, dampak ketiga perceraian kedua orangtua menyebabkan beberapa perubahan yang terjadi yaitu perubahan masalah emosional (seperti marah, sedih, hingga depresi), masalah keuangan, masalah tugas keluarga (tidak ada pembagian tugas rumah tangga), dan masalah perhatian (siapakah yang akan menemani anak saat ibu harus bekerja) (Luh, 2011, hlm. 21-22).

Arismawati, 2016

HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN (FORGIVENESS) DENGAN KECEMASAN (ANXIETY) PADA REMAJA YANG ORANGTUANYA BERCERAI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Nevid (2003, hlm. 54) menyatakan perceraian tidak hanya menimbulkan gangguan emosional bagi pasangan yang bercerai tetapi anak-anak juga akan terkena dampaknya. Dampak perceraian terhadap anak lebih berat dibandingkan dengan orangtua. Terkadang anak akan merasa terperangkap ditengah-tengah saat orangtua bercerai. Rasa marah, takut, cemas akan perpisahan, sedih, dan malu merupakan reaksi-reaksi bagi kebanyakan anak dari dampak perceraian (Muawanah, 2007, hlm. 5). Perceraian yang terjadi pada suatu keluarga memberikan dampak pada kondisi jiwa anak dalam pemenuhan kebutuhan rasa cinta dan memiliki orangtua yang utuh, namun pada kenyataannya bahwa orangtua mereka telah bercerai sehingga hal ini menyebabkan anak mendapatkan gambaran yang buruk tentang kehidupan berkeluarga.

Menurut Lestari (2008, hlm. 20) dalam perasaan anak, perceraian adalah suatu hal yang memalukan, perceraian hampir selalu membuat anak bersedih, cemas, marah, dan lemah jiwanya. Anak merasa terasingkan diantara masyarakat yang kebanyakan terdiri atas keluarga yang bersatu padu. Landis (dalam Musbikin, 2008, hlm. 33) menyatakan bahwa dampak lain dari perceraian adalah meningkatnya perasaan dekat anak dengan ibunya serta menurunnya jarak emosional anak dengan ayahnya, disamping anak menjadi inferior terhadap anak yang lain. Sedangkan menurut Machasin (2008, hlm. 2-5) menyatakan bahwa anak merasakan kepedihan luar biasa dan mendalam sehingga anak sering menyalahkan dirinya sendiri sebagai penyebab perceraian orangtuanya dan kepergian orangtuanya itu dinilai sebagai tanda tidak menyayangi mereka. Judith Wallerstein dalam bukunya *Second Chances: Men, Women and Children a Decade After Divorce* (dalam Musbikin, 2008, hlm. 244) menyatakan bahwa:

Anak-anak korban perceraian, meskipun bisa hidup bahagia dimasa dewasanya, tetap terkenang pengalaman buruk itu (perceraian orangtua) sepanjang hidupnya. Anak sebagai *silence victim*, meskipun tumbuh sebagai orang dewasa berbahagia dan bisa menyesuaikan diri dengan baik, cenderung akan mempunyai masalah pada perilaku di masa kanak-kanak dan remajanya, dibandingkan anak-anak dari keluarga yang utuh.

Hasil penelitian Lundiati (2010, hlm. 26) menyatakan bahwa perceraian orangtua akan memberikan dampak pada perkembangan kehidupan anak terutama dalam pembentukan emosionalnya. Namun kondisi kehidupan keluarga akan menentukan bagaimana anak menjalani hidup selanjutnya dan tidak jarang anak

Arismawati, 2016

HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN (FORGIVENESS) DENGAN KECEMASAN (ANXIETY) PADA REMAJA YANG ORANGTUANYA BERCERAI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dari keluarga yang bercerai mempunyai sifat nakal, kurang percaya diri sehingga dalam bersosialisasi pun tidak dapat berjalan dengan baik (Dagun, 2002, hlm. 24).

Wahyu (2010, hlm. 2-5) menyatakan bahwa remaja yang dihadapkan dengan permasalahan atau konflik yang ditimbulkan oleh pihak lain seperti perceraian orangtua akan mengalami ketegangan, kekhawatiran yang berujung pada kecemasan dan dijadikan sebagai pengalaman hidup yang buruk. Senada dengan yang diungkapkan oleh Setyawan (2013, hlm. 10) bahwa bagi anak sebagai anggota terlemah dalam keluarga, perceraian selalu saja merupakan rentetan gocangan-gocangan yang menggoreskan luka dan batin yang dalam seperti mengalami stres, ketakutan, kecemasan sampai dengan depresi seringkali dialami oleh anak-anak yang kedua orangtuanya bercerai.

Penelitian Puspitasari (2011, hlm. 1-2) menyatakan pada umumnya anak akan menyalahkan orangtua terhadap rasa sakit yang timbul akibat dari perceraian tersebut, dan menurut Linyaningsih (2007, hlm. 3-6) menambahkan bahwa remaja yang orangtuanya bercerai dominan memiliki emosi marah, kecewa, sakit hati, tertekan, malu, menarik diri, dan akan merasakan cemas selama periode waktu tertentu yang menyebabkan individu menunjukkan sikap bermusuhan kepada pihak yang menimbulkannya. Hal ini telah didapatkan hasil studi pendahuluan dalam penelitian Dewi (2006, hlm. 1-2) menyatakan bahwa remaja yang orangtuanya bercerai cenderung mengalami gangguan fisiologis seperti susah tidur, nafsu makan hilang, menarik diri, dan sakit perut. Gangguan fisiologis tersebut merupakan salah satu bentuk gejala dari kecemasan (Atkinson, 1983, hlm. 120).

Kecemasan sebagai salah satu akibat yang muncul dari perceraian orangtua terhadap remaja (Dagun, 2000, hlm. 20). Taylor, (2003) menyatakan bahwa kecemasan ialah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala-gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya).

Kecemasan adalah suatu keadaan dimana individu merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda. Neale dan Haaga (2005, hlm. 163) memberikan pengertian tentang kecemasan sebagai suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan kekhawatiran bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Davidoff (dalam Ningsih, 2014, hlm. 15-16) menyatakan kecemasan adalah emosi yang ditandai dengan perasaan akan bahaya yang diantisipasi, termasuk juga ketegangan dan stres yang menghadang. Tingkat kecemasan yang dialami seorang anak akan dipastikan mengalami kecemasan pada 2 tahun berikutnya, baik dari sisi fisiologis seperti keringat dingin saat bertemu dengan orangtua, dan lebih-lebih prestasi belajarnya disekolah menurun karena tidak mampu berkonsentrasi atau fokus perhatiannya terganggu oleh masalah yang pelik tersebut (Maryanti, 2011, hlm. 20).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti, dengan menggunakan metode wawancara pada beberapa peserta didik yang orangtuanya bercerai kelas VII-F di SMP Pasundan 6 Bandung mengungkapkan bahwa:

“Saya marah dan benci kepada orangtua, akibat mereka bertengkar saya sering mimpi buruk, merasa malu sama orang lain karena mereka memiliki orangtua yang utuh sedangkan saya tidak. Saya kurang diperhatikan, tugas sekolah dan nilai ujian saya buruk tidak pernah dilihat oleh orangtua. Gejala lain yang pernah dialami yaitu saya pernah mengalami susah tidur saat mengetahui orangtua bercerai, pernah mengalami kurang nafsu makan saat orangtua bertengkar dan bapak pergi dari rumah untuk selama-lamanya dan sering melamun di sekolah”.

Beberapa ungkapan remaja di atas merupakan bentuk gejala-gejala kecemasan yang ditimbulkan dari dampak perceraian orangtua. Bentuk gejala kecemasan menurut Atkinson (2001, hlm. 120) dibedakan menjadi tiga aspek yaitu, fisiologis, intelektual, dan emosional. Adapun bentuk gejala kecemasan yang dirasakan oleh remaja yang orangtuanya bercerai yaitu pada aspek emosional seperti: mudah marah, manarik diri, dan takut. Gejala kecemasan emosional merupakan bagian dari penyakit mental. Dengan kata lain, kecemasan pada aspek emosional merupakan bagian dari kelemahan-kelemahan dalam diri

individu yang dapat berpengaruh pada perilaku, yang menyebabkan individu tidak merasa sejahtera (Barozi, dkk., 2008, hlm. 44).

Gejala kecemasan yang dirasakan oleh peserta didik sesuai dengan hasil *need assessment* berupa Inventory Tugas Perkembangan (ITP) yang menunjukkan hasil bahwa peserta didik atau remaja yang orangtuanya bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung memiliki kematangan emosional yang rendah sebesar 3,11. Artinya peserta didik yang orangtuanya bercerai berada pada tugas perkembangan konformitas, sedangkan jika mencermati pada tugas perkembangannya bahwa kematangan emosional didalamnya terdapat beberapa bentuk emosi salah satunya kecemasan, dan berdasarkan tugas perkembangannya masa remaja seharusnya mencapai tugas perkembangan pada kemandirian emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya (Hurlock, 1980, hlm. 10).

Mencermati penjelasan di atas maka tugas perkembangan yang dimiliki para peserta didik yang orangtuanya bercerai belum sesuai (belum optimal) sehingga untuk menyesuaikan tugas perkembangan remaja tersebut, perlu mendapatkan bantuan atau upaya agar peserta didik dapat mencapai tugas perkembangan secara optimal. Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kematangan emosional supaya gejala kecemasan yang dirasakan oleh peserta didik rendah adalah dengan memiliki kekuatan atau dorongan positif dalam diri individu yang dapat meningkatkan kesehatan mental. Salah satu cara untuk meningkatkan kesehatan mental remaja yaitu memiliki sikap pemaafan (*forgiveness*). Pemaafan (*forgiveness*) merupakan salah satu bagian dari psikologi positif yang dinyatakan sebagai suatu ilmu untuk mengubah penekanan dalam disiplin ilmu psikologi dari suatu model penyakit ke suatu model sehat, yang memiliki tujuan untuk memahami, membangun, dan memberdayakan kekuatan-kekuatan yang dimiliki manusia Diener dan Diener (dalam Enright, 1998, hlm. 24).

Menurut Pargament (dalam Wade dan Worthington, 2005, hlm. 160-177) menjelaskan bahwa *forgiveness* sebagai suatu tindakan untuk mengatasi perasaan negatif, kognisi negatif, dan perilaku negatif saat terjadi ketidakadilan pada dirinya, dan mungkin juga melibatkan respon positif pada pelaku. *Forgiveness* adalah suatu cara untuk menghapus luka atau bekas-bekas luka dalam hati. Boleh jadi ingatan kejadian yang memerlukan dimasa lalu seperti perceraian orangtua

masih ada, tetapi persepsi kejadian yang menyakitkan hati telah terhapuskan Toussaint (2005, hlm. 207-226). Menurut Ken Hart (dalam Hoffman, dkk., 2005, hlm. 208) menyatakan bahwa *forgiveness* adalah kesembuhan dari ingatan yang terluka bukan menghapuskan, tetapi *forgiveness* sebagai cara mengatasi hubungan yang rusak dengan dasar prososial sehingga remaja yang orangtuanya bercerai dapat menjalin hubungan yang baik dengan kedua orangtuanya.

Maryanti (2011, hlm. 3) menyatakan bahwa semakin tinggi *forgiveness* maka semakin rendah tingkat kecemasan, begitu juga sebaliknya, semakin rendah *forgiveness* maka kecemasanpun semakin tinggi. Hal ini senada yang diungkapkan oleh McCullough, dkk., (2001, hlm. 601-610); Walker dan Gorsuch (2002, hlm.112-113) bahwa individu yang tidak bisa memaafkan atau kurang pemaaf terhadap kesalahan orang lain, maka akan lebih tinggi tingkat kecemasannya sehingga dalam hal ini akan menimbulkan hubungan interpersonal yang kurang baik atau bermusuhan (Thompson, dkk., 2005, hlm. 313-315).

Menurut Philpot (Anderson, 2006, hlm. 5) menyatakan bahwa *forgiveness* dapat membantu individu terlibat dalam perubahan emosi dan sikap kepada pelaku, sehingga dalam hal ini individu mampu menjalin hubungan interpersonal yang baik. Pada sisi lain, *forgiveness* merupakan terapi yang efektif dalam beberapa kasus klinis seperti pelecehan seksual dalam keluarga (Freedmen dan Enright, 1996, hlm. 983-992) dan aborsi (Coyle dan Enright, 1997, hlm. 142-146). Senada dengan beberapa penelitian lainnya yang dilakukan oleh Darby dan Schlenker (1982, hlm.742-753); Ohbuchi dkk, (1989, hlm. 219-227) menyatakan 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 Droll (1984, hlm. 27-32) menyatakan bahwa memaafkan merupakan bagian dari kemampuan seseorang dalam melakukan komunikasi interpersonal. Selain itu, menurut Wardhati dan Faturochman (2008, hlm. 2-3) apabila individu memiliki sikap *forgiveness* maka individu tersebut menjadi terbuka hatinya pada kebaikan, keindahan dan cinta. *Forgiveness*, telah terbukti memiliki berbagai keunggulan diantaranya mempromosikan kepercayaan dan rekonsiliasi dalam hubungan, meningkatkan kesejahteraan mental dan kesehatan

fisik, serta mengurangi pengaruh negatif (Finkel, dkk., 2002, hlm. 956-974; Worthington, 2006).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh McCullough, dkk., (2014, hlm. 3) yang berjudul “*Conciliatory Gestures Promote Forgiveness and Reduce Anger in Humans*”, menyatakan bahwa subjek penelitian dapat menyelesaikan 58% dari kuesioner TRIM secara bertahap, mereka mulai dapat mencerminkan *revenge motivations* yang rendah. Dimensi ini adalah dimensi negatif dari *forgiveness*, artinya rendahnya motivasi membalas menggambarkan semakin dekat seseorang pada keadaan memaafkan sehingga korban meminimalisir rasa marah untuk membalas dendam kepada pelaku yang telah dilakukannya (Wade dan Worthington, 2003, hlm. 343-353).

Worthington dan Wade (1999, hlm. 385-418) menyatakan *forgiveness* memberikan keuntungan psikologis, dan *forgiveness* merupakan terapi yang efektif dalam intervensi yang membebaskan seseorang dari kemarahannya dan rasa bersalah. Selain itu, *forgiveness* dapat mengurangi marah, depresi, cemas dan membantu dalam penyesuaian (Hope, 1987, hlm. 240-244). *Forgiveness* dalam hubungan interpersonal yang erat juga berpengaruh terhadap kebahagiaan dan kepuasan hubungan (Karremans dkk., 2003, hlm. 101-126; Fincham dan Beach, 2004, hlm. 1-23).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pemaafan (*forgiveness*) merupakan salah satu sikap yang harus dimiliki oleh setiap individu, terutama dalam peneliti ini peserta didik juga senantiasa dapat menumbuhkan sikap pemaafan (*forgiveness*), karena hal tersebut dapat membantu dalam mengatasi persoalan secara positif sehingga dapat meminimalisir masalah yang negatif dan tidak menimbulkan permasalahan yang berkepanjangan. Sikap pemaafan (*forgiveness*) dapat mengurangi kecenderungan kecemasan (*anxiety*) pada diri individu atau peserta didik yang orangtuanya bercerai sehingga tugas perkembangan seperti kematangan emosional yang rendah dimiliki oleh peserta didik yang orangtuanya bercerai dapat tercapai secara optimal.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Susah tidur, nafsu makan kurang, menarik diri (malu) merupakan bentuk gejala kecemasan yang muncul disebabkan dari dampak perceraian orangtua terhadap remaja (Dagun, 2000, hlm. 24). Kecemasan merupakan bagian dari permasalahan atau penyakit mental. Dengan kata lain, kecemasan merupakan bagian dari kelemahan-kelemahan dalam diri individu yang dapat berpengaruh pada perilaku, yang menyebabkan individu tidak merasa sejahtera (Barozi, dkk., 2008, hlm. 44). Agar individu memiliki kesejahteraan dalam dirinya dan gejala kecemasannya rendah maka diperlukan sebuah dorongan positif dalam diri individu yang dapat meningkatkan kesehatan mental. Salah satu cara untuk meningkatkan kesehatan mental remaja yaitu dengan memiliki sikap *forgiveness*. *Forgiveness* merupakan salah satu sikap yang harus dimiliki oleh setiap individu. Individu yang memiliki sikap *forgiveness* dapat mengatasi suatu permasalahan dengan positif sehingga dapat meminimalisir masalah yang berkepanjangan. *Forgiveness* merupakan salah satu bagian dari psikologi positif yang dinyatakan sebagai suatu ilmu untuk mengubah penekanan dalam disiplin ilmu psikologi dari suatu model penyakit ke suatu model sehat, yang memiliki tujuan untuk memahami, membangun, dan memberdayakan kekuatan-kekuatan yang dimiliki manusia Diener dan Diener (dalam Enright, 1998, hlm. 24).

Menurut Pargament (dalam Wade dan Worthington, 2005, hlm. 160-177) menjelaskan bahwa *forgiveness* sebagai suatu tindakan untuk mengatasi perasaan negatif, kognisi negatif, dan perilaku negatif saat terjadi ketidakadilan pada dirinya, dan mungkin juga melibatkan respon positif pada pelaku. *Forgiveness* adalah suatu cara untuk menghapus luka atau bekas-bekas luka dalam hati. Boleh jadi ingatan kejadian yang memilukan dimasa lalu yang menyebabkan remaja merasa cemas karena perceraian orangtua masih ada, tetapi persepsi kejadian yang menyakitkan hati telah terhapuskan sehingga kecenderungan kecemasan yang terjadi pada diri remaja tersebut akan menurun atau rendah (Toussaint, 2005, hlm. 207-226).

Pada sisi lain, *forgiveness* merupakan terapi yang efektif dalam beberapa kasus klinis seperti pelecehan seksual dalam keluarga (Freedmen dan Enright, 1996, hlm. 983-992) dan aborsi (Coyle dan Enright, 1997, hlm. 142-146). Selain itu, berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Malia, (2012, hlm. 3) menambahkan bahwa praktek pemaafan telah terbukti dapat mengurangi kemarahan, kecemasan, depresi dan stress. Sejalan dengan pendapatnya Philpot (Anderson, 2006, hlm. 5) menyatakan bahwa memiliki sikap *forgiveness* dapat membantu individu terlibat dalam perubahan emosi dan sikap kepada pelaku. Artinya perubahan emosi seperti kecenderungan kecemasan yang dialami oleh remaja yang orangtuanya bercerai akan dapat berubah menjadi rendah tingkat kecenderungan kecemasannya, karena menurut Maryanti, (2011, hlm. 4) menyatakan bahwa semakin rendah *forgiveness* maka kecemasanpun semakin tinggi begitu juga sebaliknya, semakin tinggi *forgiveness* maka semakin rendah tingkat kecemasannya sehingga dalam hal ini individu mampu menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan pelaku (orang yang pernah menyakiti).

Berdasarkan permasalahan yang telah penulis kemukakan pada identifikasi masalah penelitian di atas, maka masalah utama yang menjadi kajian dalam penelitian ini dapat penulis rumuskan dalam rumusan masalah yang dikemas dalam pertanyaan: “Bagaimana Hubungan antara Pemaafan (*Forgiveness*) dengan Kecemasan (*Anxiety*) pada Remaja yang Orangtuanya Bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung?”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.3.1. Bagaimana kecenderungan pemaafan (*forgiveness*) pada remaja yang orangtuanya bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung?
- 1.3.2. Bagaimana kecenderungan kecemasan (*anxiety*) pada remaja yang orangtuanya bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung?
- 1.3.3. Bagaimana hubungan antara pemaafan (*forgiveness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada remaja yang orangtuanya bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung?

Arismawati, 2016

HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN (*FORGIVENESS*) DENGAN KECEMASAN (*ANXIETY*) PADA REMAJA YANG ORANGTUANYA BERCERAI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mencapai maksud dari paparan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah:

- 1.4.1. Untuk mengetahui kecenderungan pemaafan (*forgiveness*) pada remaja yang orangtuanya bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung.
- 1.4.2. Untuk mengetahui kecenderungan kecemasan (*anxiety*) pada remaja yang orangtuanya bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung.
- 1.4.3. Untuk mengetahui hubungan antara pemaafan (*forgiveness*) dengan kecemasan (*anxiety*) pada remaja yang orangtuanya bercerai di SMP Pasundan 6 Bandung.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

- 1.5.1. Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu bimbingan dan konseling, khususnya yang berkaitan dengan pemaafan (*forgiveness*) dan kecemasan (*anxiety*) pada remaja yang orangtuanya bercerai.
- 1.5.2. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau rekomendasi bagi Guru BK di sekolah, dalam upaya meningkatkan pemaafan (*forgiveness*) pada peserta didik melalui program bimbingan dan konseling.
- 1.4.1. Memberikan referensi atau sumbangan pemikiran kepada peneliti selanjutnya, yang akan melakukan penelitian terhadap permasalahan yang sama dalam mengembangkan pengetahuan pentingnya memiliki sikap pemaafan (*forgiveness*) sebagai kesehatan mental dan fisik bagi peserta didik disekolah.

1.6 Struktur Penulisan Skripsi

Struktur penulisan skripsi terdiri dari lima bab. Bab I Pendahuluan, terdiri dari Latar Belakang Penelitian; Rumusan Masalah Penelitian; Tujuan Penelitian; Manfaat Penelitian; dan Struktur Penulisan Skripsi. Bab II Pemaafan (*Forgiveness*), Kecemasan (*Anxiety*), Remaja, dan Perceraian, terdiri dari Konsep Pemaafan (*Forgiveness*); Konsep Kecemasan (*Anxiety*); Konsep Remaja; dan Konsep Perceraian. Bab III Metode Penelitian, terdiri dari Desain Penelitian; Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian; Definisi Operasional Variabel; Pengembangan Instrumen Penelitian; Uji Coba Instrumen; Teknik Pengumpulan Data; Prosedur Penelitian; Analisis Data; dan Analisis Korelasi. Bab IV Temuan dan Pembahasan, terdiri dari Deskripsi Temuan Penelitian; dan Pembahasan Hasil Penelitian. Bab V terdiri dari Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi.