

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain dalam hidupnya. Untuk itu dibutuhkan suatu interaksi yang merupakan hal dasar dengan tujuan untuk membangun sebuah hubungan dengan orang lain. Setiap manusia memiliki pilihan hidup, namun tak semua pilihan tersebut berjalan semestinya. Oleh karena itu, interaksi pun dapat menghasilkan hubungan positif ataupun negatif. Hubungan positif yang terjalin akan menghasilkan kedamaian, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. Namun, hubungan yang negatif mampu menimbulkan emosi-emosi negatif seperti sedih, marah, kecewa, duka, dan sebagainya.

Berdasarkan hasil studi awal yang telah dilakukan di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, menunjukkan bahwa mereka pernah mengalami perasaan sakit hati akibat orang lain hingga sebagian besar dari mereka memiliki ketakutan untuk mempercayai orang lain, sebagian diantaranya bahkan memiliki keinginan balas dendam, namun mereka menahan diri karena adanya rasa empati, faktor religiusitas, maupun ketenangan hati.

Sebagai mahasiswa psikologi yang akan berhadapan dengan permasalahan orang lain, dibutuhkan pula kedamaian terhadap diri sendiri terlebih dahulu. Menghilangkan keinginan balas dendam merupakan salah satu upaya dalam mencapai kedamaian. Hal ini dapat dilakukan dengan memahami sudut pandang orang lain (empati) untuk mencapai *forgiveness* yang dapat menjadi solusi dalam meningkatkan

konstruk suatu hubungan. Hal ini sejalan dengan hasil studi Zechmeister dan Romero (2002) yang menemukan hubungan antara *forgiveness* dengan empati ialah situasional dan disposisional. Situasional memiliki arti sesuai dengan keadaan dan bersifat sementara waktu (dapat berubah-ubah). Sedangkan disposisional merupakan faktor internal yang mempengaruhi tindakan dan perilaku seseorang.

Pada dasarnya setiap orang memiliki harapan untuk diperlakukan dengan baik dalam hubungan serta memiliki pemikiran berbeda dalam memaknai maksud orang lain, baik perkataan maupun perbuatan. Mereka mempercayai orang tersebut untuk memenuhi harapan mereka (Simpson, 2007). Namun ketika harapannya tidak terpenuhi, mereka akan memaknai maksud orang lain sebagai sesuatu yang negatif karena mereka tidak menginginkan perilaku tersebut dan merasa tidak sesuai dengan ekspektasi. Hal tersebut mampu menimbulkan emosi negatif yang bila tidak diselesaikan dengan segera akan menimbulkan konflik berkelanjutan sehingga timbul rasa sakit hati dan kecewa dari hubungan tersebut. Mereka dapat mengurangi atau bahkan tidak lagi mempercayai orang tersebut karena kekecewaannya.

Usia dewasa awal merupakan masa transisi panjang yang terjadi di usia sekitar 18 – 25 tahun dan perkembangan sosio emosionalnya secara adaptif mengintegrasikan pengalaman emosional ke dalam hubungan yang menyenangkan setiap hari dengan orang lain (Santrock, 2011). Arnett (2006; dalam Santrock, 2011) menyatakan lima ciri utama kedewasaan, antara lain 1) eksplorasi identitas; 2) ketidakstabilan; 3) fokus pada diri sendiri; 4) masih merasa remaja namun juga sudah dewasa; dan 5) berada di

era kemungkinan untuk mengubah hidup. Arnett (2006) juga menjelaskan dua cara kedewasaan dapat muncul, yaitu dengan banyak kemunculan orang dewasa yang berpikir optimis mengenai masa depan mereka dan orang dewasa baru yang sebelumnya mengalami masa-masa sulit sehingga ketika dirinya tumbuh dewasa, masa dewasanya menciptakan kesempatan untuk mengarahkan segala aspek kehidupan ke arah yang lebih positif (Santrock, 2011). Hal ini termasuk pula dalam interaksinya terhadap orang lain.

Lewicki et al., (1998) mendefinisikan kepercayaan sebagai harapan positif terhadap perilaku orang lain, harapan positif tersebut diantaranya ialah keyakinan, kecenderungan untuk memiliki niat baik, serta keinginan untuk bertindak atas dasar perilaku orang lain (*feedback*). Terdapat tiga dimensi kepercayaan, antara lain *ability*, *benevolence*, dan *integrity* (Mayer et al., 2007). *Ability* atau kemampuan merupakan suatu keterampilan seseorang dalam mempengaruhi orang lain untuk mempercayainya, *Benevolence* ialah suatu perlakuan dari seseorang yang ingin dipercaya dengan menunjukkan hal-hal baik seperti loyalitas, dukungan, maupun kepedulian, sedangkan *Integrity* merupakan kesesuaian antara perkataan dan perbuatan dari seseorang yang ingin dipercayai.

Kepercayaan merupakan hal yang penting dalam sebuah hubungan, baik hubungan dengan keluarga, kerabat, pasangan, maupun diri sendiri. Dalam hubungan, terdapat suatu kepercayaan interpersonal yang menjadi aspek hubungan yang positif dengan ditandai adanya ekspektasi dari orang lain untuk peduli dan memberi timbal

balik atas kebutuhan seseorang tersebut, baik untuk masa sekarang maupun masa depan (Zak et al., 1998). Ekspektasi yang tidak terpenuhi membuat seseorang tidak memiliki keinginan untuk bergantung kembali pada orang tersebut karena kepercayaannya yang menurun. Ketika hal tersebut terjadi berulang kali, seseorang dapat memiliki masalah kepercayaan dan sulit untuk mempercayai orang lain kembali di masa depan. Sehingga hubungan yang sudah terjalin tidak lagi positif karena salah satu pihak merasa dirugikan.

Berdasarkan hasil penelitian, kepercayaan dapat meningkat sebesar 0,098% ketika seseorang bersosialisasi beberapa kali seminggu, hal ini juga dipengaruhi oleh waktu yang dihabiskan seseorang baik bersama teman maupun kerabat yang membawa hubungan positif yang signifikan terhadap kepercayaan (Glanville & Andersson, 2013). Kepercayaan mengaktifkan dua proses kognitif, yaitu perasaan yang rentan dan harapan tentang kecenderungan pasangan dalam berperilaku serta akan meningkat ketika kedua belah pihak dalam hubungan memiliki hasil yang sesuai dari ekspektasi mereka serta mereka percaya bahwa satu sama lain bertindak sebaik mungkin untuk memenuhinya meskipun ekspektasi mereka berbeda (Simpson, 2007). Hubungan terjadi secara dua arah, sehingga ketika seseorang merasa takut ketika orang lain tidak memberi timbal balik atas perilakunya, hal tersebut akan membentuk ketidakpercayaan.

Ketidakpercayaan merupakan keadaan psikologis yang didefinisikan sebagai menurunnya rasa percaya pada orang lain dan merasa khawatir ketika orang tersebut

melakukan tindakan yang menyakiti hatinya (Kramer, 1999). Kekhawatiran ini juga dapat mengarah pada pemikiran bahwa orang lain akan mampu melakukan hal yang dapat menurunkan kepercayaannya sehingga ia sulit merasakan ketulusan. Schul et al., (2008) menyatakan bahwa mempercayai seseorang dapat membentuk hubungan yang positif dengan saling memberi manfaat serta adanya asumsi bahwa kepentingan dalam hubungan tersebut sama atau setidaknya memikirkan kepentingan masing-masing, sedangkan ketidakpercayaan terjadi ketika seseorang merasa bahwa kepentingan mereka berbeda dengan kepentingan orang lain Seseorang dapat menjauhkan diri dari situasi tersebut sebagai bentuk rasa kecewa. Hubungan yang memiliki kepercayaan rendah cenderung memikirkan hal-hal yang memperkuat perilaku negatif orang lain dan meminimalkan implikasi dari tindakan positif (Rempel et al., 2001). Hal tersebut dapat memperkuat pemikiran mereka bahwa mereka diabaikan dan akan merasa kecewa akibat hal tersebut. Untuk memperbaiki rasa kecewa tersebut, dibutuhkan suatu kesinambungan dalam interaksi sosial yaitu melalui *forgiveness* (McCullough, 2000).

Empati juga memiliki kaitan dengan kepercayaan. Berdasarkan hasil penelitian, kepercayaan dan identitas sosial memiliki kontribusi terhadap empati (Zhao et al., 2013). Ketika seseorang memiliki rasa empati dan menempatkan posisi dirinya terhadap apa yang dirasakan orang lain, maka kepercayaan dapat tumbuh sebagai suatu hal yang menunjukkan bahwa ekspektasinya terbukti. Empati dan *Trust* pun memiliki kontribusi terhadap pengembangan modal sosial (Preece, 2004). Dalam

hubungan sosial dengan orang lain, terutama ketika memiliki konflik, seseorang dapat menghadirkan upaya empati agar dapat mempercayai bahwa orang lain memang sedang benar-benar merasakan hal yang menjadi penyebab konflik tersebut. Empati menjadi sebuah upaya untuk memberikan persetujuan terhadap persepsi emosional yang diri sendiri rasakan untuk mendukung perasaan orang lain, sehingga dengan memberikan rasa empati tersebut seseorang dapat memulihkan rasa percayanya kembali (Bailey, 2018).

Seseorang juga dapat membayangkan bila dirinya berada di posisi orang tersebut sehingga ia dapat mengerti perasaan orang lain. Empati berperan penting dalam perilaku manusia yang menurut G.H. Meand jelaskan bahwa empati ialah kapasitas seseorang dalam mengambil peran orang lain dan sebagai adaptasi perspektif alternatif (dalam Greif & Hogan, 1973). Empati pun berperan dalam mengontrol perilaku agresi pada orang lain karena dengan menambahkan perspektif orang lain pada dirinya. Berdasarkan hasil penelitian, Ainurrahmi menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi empati antara lain pola asuh, usia, jenis kelamin, *mood* dan *feeling*, serta sosialisasi (Ainurrahmi, 2020).

Empati memiliki kaitan erat dengan *forgiveness* sebagai motivasi untuk memaafkan seseorang (Zechmeister & Romero, 2002). Empati pun berperan sebagai mediasi antara seseorang yang meminta maaf dan yang memaafkan sehingga dengan rasa empati tersebut, timbul kepedulian pada korban dan mempengaruhi motivasi terhadap perilaku deskruktif hubungan (McCullough et al., 1998). Empati dapat

didefinisikan sebagai sesuatu yang mewakili emosi seseorang yang tidak harus identik dengan orang lain namun terdapat simpati, kasih sayang, kelembutan, serta terdapat perspektif kognitif orang lain didalamnya (McCullough et al., 1997). Dalam merasakan apa yang dirasakan orang lain, seseorang mampu mengerti bukan hanya dari satu sudut pandangnya, namun juga sudut pandang orang lain karena setiap orang memiliki perspektif yang berbeda dalam melakukan dan memaknai sebuah hal.

Forgiveness merupakan proses yang terjadi ketika seseorang mengikhlaskan apa yang terjadi dan berdamai dengan keadaan untuk memperoleh ketenangan diri. Psikologi memandang *forgiveness* sebagai konstruksi psikologis dalam perubahan sikap terhadap orang yang menyakiti dan memanifestasikan dirinya dalam pemikiran, perasaan, dan perilaku (Glaz, 2019). Adapun McCullough & Hoyt (2002) membagi *Forgiveness* kedalam tiga dimensi, antara lain *Avoidance Motivation*, *Revenge Motivation*, dan *Benevolence Motivation*. *Avoidance Motivation* ialah keinginan seseorang untuk menghindari seseorang yang telah menyakitinya, *Revenge Motivation* ialah suatu keinginan seseorang untuk menghindari keinginan balas dendam terhadap seseorang yang telah menyakitinya, sedangkan *Benevolence Motivation* ialah keinginan seseorang untuk berdamai dengan keadaan.

Berdasarkan hasil penelitian, seseorang lebih mampu untuk memaafkan seseorang dalam hubungan teman, orang tua, dan pasangan dibandingkan dengan hubungan yang lain (Hoyt et al., 2005). Mereka lebih mungkin untuk memaafkan seseorang dalam hubungan-hubungan tersebut dibandingkan meninggalkan mereka

untuk kembali mengenal seseorang yang baru. Dalam hal ini, *forgiveness* dapat dikatakan sebagai respon pengorbanan untuk melepaskan perilaku yang diinginkan atau terlibat perilaku yang tidak diinginkan sebagai salah satu tindakan dalam memelihara hubungan (Finkel et al., 2002).

Selain *forgiveness* sebagai respon pengorbanan, *forgiveness* juga dapat dikatakan sebagai respon destruktif yang bertujuan untuk menciptakan hubungan yang lebih konstruktif (Finkel et al., 2014). *Forgiveness* memiliki potensi untuk mengurangi respon balas dendam dengan melibatkan emosi dan pemikiran yang baik terhadap pelaku untuk memulihkan rasa percaya dan harapan dalam hubungan, *forgiveness* juga mampu meningkatkan dukungan, empati, serta resolusi konflik yang positif (García-Vázquez et al., 2020).

Berdasarkan urgensi tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **“Pengaruh *Trust* dan Empati terhadap *Forgiveness* pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung”** dengan tujuan penelitian untuk mengetahui keadaan ketika seseorang berada dalam sebuah hubungan interpersonal dan dikecewakan, apakah terdapat kesediaan dalam dirinya untuk melihat atau mengambil persepektif orang lain sehingga ia mampu menurunkan motivasi dalam melakukan balas dendam dan memaafkan. Hal ini pun menjadi kebaruan yang diusulkan dalam penelitian dan diperlukan untuk mengetahui apakah empati dapat meningkatkan atau menurunkan rasa memaafkan sebagai bagian dari proses penyembuhan ketika sudah hilang kepercayaan pada seseorang di dalam sebuah hubungan.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan, rumusan masalah yang dikemukakan: Apakah *Trust* dan Empati berpengaruh terhadap *Forgiveness*?

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh *Trust* dan Empati terhadap *Forgiveness* sebagai bagian dari proses penyembuhan ketika sudah hilang kepercayaan pada seseorang di dalam sebuah hubungan.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

1. Penelitian ini diharapkan bisa digunakan untuk pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial dalam hal menganalisis pengaruh *Trust* dan Empati dengan *Forgiveness*, dan menganalisis peningkatan *Forgiveness* dalam sebuah hubungan interpersonal
2. Penelitian ini diharapkan bisa dijadikan sebagai pedoman untuk peneliti lain dalam mengembangkan maupun membuat kebaruan dari penelitiannya.

Kegunaan Praktis

1. Dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung terkait teori *Forgiveness*, Empati, dan *Trust*, serta pengaruh ketiganya yang dituangkan dalam penelitian.
2. Menambah wawasan mengenai pengaruh Empati dalam peningkatan *Forgiveness* dalam ketidakpercayaan di hubungan interpersonal sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.