

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

2.1.1 Definisi KDRT

Kekerasan dalam rumah tangga (*domestic violence*) menurut Anne L. Ganley (1995), adalah pola perilaku kekerasan atau ancaman yang dapat berbentuk kekerasan fisik, emosi, ekonomi, dan seksual. Perilaku kekerasan ini seperti mengintimidasi, mengisolasi, atau paksaan. Tujuan dari kekerasan ini adalah untuk menggunakan kekuatan sebagai control terhadap individu lainnya, biasanya yang melakukan kekerasan tersebut adalah suami kepada pasangannya.

Kekerasan dalam rumah tangga adalah perilaku yang dipelajari dari observasi ataupun penguatan oleh keluarga ataupun lingkungannya. *Domestic violence* tidak disebabkan oleh genetic ataupun penyakit. *Domestic violence* adalah perilaku yang berulang-ulang karena dianggap berhasil mengontrol pasangannya. Pasangan menjadi merasa terintimidasi, terisolasi, ataupun ketakutan. Satu hal yang menjadi penting adalah *domestic violence* ini biasanya dikuatkan oleh keyakinan masyarakat bahwa pria memiliki kekuatan untuk mengontrol pasangannya.

Menurut Undang-Undang No 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga, KDRT didefinisikan dengan setiap perbuatan yang dilakukan dalam lingkup rumah tangga terhadap perempuan pada khususnya, yang mengakibatkan timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual,

psikologis dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum.

Menurut pasal 2 UU No. 23 tahun 2004, suami, istri, anak dan orang-orang yang mempunyai hubungan keluarga dengan suami, istri, anak oleh karena hubungan darah, perkawinan, persusuan, pengasuhan dan perwalian serta orang yang bekerja membantu rumah tangga yang menetap dalam rumah tangga tersebut adalah merupakan subjek di dalam lingkup rumah tangga.

2.1.2 Jenis Jenis KDRT

Menurut UU No. 23 tahun 2004, tindakan yang bisa dikategorikan sebagai KDRT adalah:

1. Kekerasan Fisik

Pasal 6 menyebutkan, kekerasan fisik adalah perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, trauma, jatuh sakit maupun luka berat, cacat bahkan kematian.

Contoh: penyiksaan, pemukulan baik tanpa atau dengan alat bantu benda tajam, tumpul, maupun senjata api, menampar, menyundut, menjambak dll.

2. Kekerasan Psikis

Kekerasan psikis menurut pasal 7 adalah perbuatan yang mengakibatkan ketakutan (*phobia*), hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan bertindak, rasa tidak berdaya dan atau penderitaan psikis berat pada seseorang. Kekerasan psikis yang tidak menyebabkan penyakit atau halangan menjalankan kegiatan dihukum 4 bulan penjara atau denda 3 juta.

Contoh: kekerasan yang dilakukan secara verbal seperti menghina, melecehkan dengan kata-kata yang bersifat merendahkan martabat sebagai manusia (perendahan), tindakan pengendalian (superior), manipulasi, kesewenangan, isolasi sosial, penguntitan, selingkuh.

Kekerasan psikologis sukar diidentifikasi atau didiagnosa karena tidak meninggalkan bekas yang nyata seperti penyiksaan fisik. Jenis kekerasan ini meninggalkan bekas yang tersembunyi yang termanifestasikan dalam beberapa bentuk seperti kurangnya rasa percaya diri, kesulitan membina persahabatan, perilaku merusak, menarik diri dari lingkungan, penyalahgunaan obat dan alkohol, ataupun kecenderungan bunuh diri.

3. Kekerasan Seksual

Menurut pasal 8, yang dapat dikategorikan dalam kekerasan seksual adalah pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga tersebut serta pemaksaan hubungan seksual terhadap salah seorang dalam lingkup rumah tangganya dengan orang lain untuk tujuan komersial dan atau tujuan tertentu.

Contoh: perkosaan, pelecehan seksual secara verbal seperti komentar verbal, gurauan porno, siulan, ejekan dan julukan dan atau secara non verbal, seperti ekspresi wajah, gerakan tubuh ataupun perbuatan lainnya yang meminta perhatian seksual yang tidak dikehendaki korban.

4. Penelantaran Rumah Tangga

Penelantaran dalam rumah tangga adalah suatu tindakan dimana akses ekonomi korban dihalang-halangi dengan cara korban tidak boleh bekerja tetapi ditelantarkan, kekayaan korban dimanfaatkan tanpa seizin korban, atau mengambil tanpa sepengetahuan dan tanpa persetujuan korban, merampas dan atau memanipulasi harta benda korban. Pada umumnya, ekonomi digunakan sebagai sarana untuk mengendalikan korban.

Contoh: sebagian suami yang tidak memberikan gajinya pada istri karena istrinya berpenghasilan, suami menyembunyikan gajinya, mengambil harta istri, tidak memberi uang belanja yang mencukupi, atau tidak memberi uang belanja sama sekali, menuntut istri memperoleh penghasilan lebih banyak, dan tidak mengizinkan istri untuk meningkatkan karirnya.

Di dalam pasal 9 disebutkan bahwa setiap orang dilarang menelantarkan orang dalam lingkup rumah tangganya, padahal menurut hukum yang berlaku baginya atau karena persetujuan atau perjanjian ia wajib memberikan kehidupan, perawatan, atau pemeliharaan kepada orang tersebut. Penelantaran sebagaimana dimaksud pada ayat (1) juga berlaku bagi setiap orang yang mengakibatkan ketergantungan ekonomi dengan cara membatasi dan/atau melarang untuk bekerja yang layak di dalam atau di luar rumah sehingga korban berada di bawah kendali orang tersebut.

2.1.3 Faktor Faktor Penyebab KDRT

Kekerasan adalah sebuah fenomena lintas sektoral dan tidak berdiri sendiri atau terjadi begitu saja. Secara prinsip ada akibat tentu ada penyebabnya. Dalam kaitan itu, Fathul Djannah (2002: 51) mengemukakan beberapa faktornya yaitu :

1. Kemandirian ekonomi istri. Secara umum ketergantungan istri terhadap suami dapat menjadi penyebab terjadinya kekerasan, akan tetapi tidak sepenuhnya demikian karena kemandirian istri juga dapat menyebabkan istri menerima kekerasan oleh suami.
2. Karena pekerjaan istri. Istri bekerja di luar rumah dapat menyebabkan istri menjadi korban kekerasan.
3. Perselingkuhan suami. Perselingkuhan suami dengan perempuan lain atau suami kawin lagi dapat melakukan kekerasan terhadap istri.
4. Campur tangan pihak ketiga. Campur tangan anggota keluarga dari pihak suami, terutama ibu mertua dapat menyebabkan suami melakukan kekerasan terhadap istri.
5. Pemahaman yang salah terhadap ajaran agama. Pemahaman ajaran agama yang salah dapat menyebabkan timbulnya kekerasan terhadap perempuan dalam rumah tangga.
6. Karena kebiasaan suami, di mana suami melakukan kekerasan terhadap istri secara berulang-ulang sehingga menjadi kebiasaan.

Sementara itu Aina Rumiati Azis (2002 : 2) mengemukakan faktor-faktor penyebab terjadinya kekerasan terhadap perempuan yaitu :

1. Budaya patriarki yang mendudukan laki-laki sebagai makhluk superior dan perempuan sebagai makhluk inferior.
2. Pemahaman yang keliru terhadap ajaran agama sehingga menganggap laki-laki boleh menguasai perempuan.
3. Peniruan anak laki-laki yang hidup bersama ayah yang suka memukul, biasanya akan meniru perilaku ayahnya.

Berkaitan dengan faktor-faktor penyebab terjadinya kekerasan terhadap perempuan, Sukerti (2005: 84) mengemukakan sebagai berikut :

1. Karena suami cemburu.
2. Suami merasa berkuasa.
3. Suami mempunyai selingkuhan dan kawin lagi tanpa izin.
4. Ikut campurnya pihak ketiga (mertua).
5. Suami memang suka berlaku kasar (faktor keturunan).
6. Karena suami suka berjudi.

2.1.4 Dampak KDRT

Kekerasan terhadap perempuan dalam rumah tangga dapat berakibat buruk terutama terhadap korban, yakni dapat berpengaruh terhadap kejiwaan korban, perkembangan kejiwaan anak dan juga berdampak pada lingkungan sosial. Di samping itu dampak kekerasan terhadap perempuan dalam rumah tangga yaitu dampak medis, seperti memerlukan biaya pengobatan. Dampak emosional seperti depresi, penyalahan obat-obatan dan alkohol, stres pasca trauma, dan rendahnya kepercayaan diri. Dampak pribadi seperti anak-anak yang hidup dalam lingkungan

kekerasan berpeluang lebih besar bahwa hidupnya akan dibimbing oleh kekerasan. anak yang menjadi saksi kekerasan akan menjadi trauma termasuk di dalam perilaku anti sosial dan depresi (www.sekitarkita.com, 2004: 1).

2.2 Social Support

2.2.1 Definisi Social Support

Salah satu konsep penting yang berhubungan dengan Psikologi Komunitas adalah *Social Support*. Berbagai literatur mencantumkan berbagai definisi mengenai *Social Support* yang tidak jauh berbeda, yaitu menekankan pada proses pertukaran sumber daya sosial antar individu.

Menurut Cobb (*Social Support Measurement and Intervention*, 2000) *Social Support* didefinisikan sebagai informasi yang mengarahkan individu untuk percaya bahwa ia dihargai, dicintai, diperhatikan dan sebagai bagian dari suatu jaringan yang saling melakukan kewajiban. Secara spesifik, Brian Lakey (2011) mengkonsepkan dalam teori “*Relational Regulation*”, bahwa *Social Support* idealnya menghasilkan emosional kompetensi yang baik, sehingga mempengaruhi bagaimana korban menilai serta merasakan emosi positif terhadap *stressor*. Aktivitas-aktivitas dalam relasi interpersonal dengan *provider* seperti *sharing* dan berbagi suasana hati dapat menjadi alternatif *coping* untuk korban menghadapi *stress*.

Gottlieb (Smet, 1994) menjelaskan bahwa *Social Support* adalah bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh orang terdekat yang dapat menimbulkan reaksi emosional dan perubahan perilaku pada orang yang menerima bantuan tersebut. Lakey (2011) kemudian membagi 3 tipe *Social Support*, yaitu *perceived*

support, received support dan *social integration*. *Perceived support* diartikan sebagai penilaian seseorang bahwa akan ada orang lain yang dapat membantunya menghadapi masalahnya (Wills & Filer, 2001). *Enacted support* diartikan sebagai bentuk aktual dari bantuan yang diberikan seseorang ketika individu menghadapi masalah (Barrera, 1986; Dunkel-Schetter & Bennett, 1990; Lakey & Drew, 1997). Sedangkan *Social integration* adalah seberapa besar dan kuat relasi seseorang dalam memperoleh bantuan.

Menurut Duffy & Wong (2000:100), konsep lain dari fungsi *Social Support* adalah *social embeddedness, enacted support*, dan *perceived Social Support*. *Social embeddedness* adalah kuantitas dari hubungan antara individu dengan *significant others* yang menawarkan asistensi. *Enacted support (received)* adalah ketersediaan dukungan yang sebenarnya, yaitu tindakan nyata yang dilakukan orang yang menawarkan asistensi. *Perceived Social Support* adalah penilaian diri secara kognitif tentang hubungannya dengan orang lain.

Banyak teman ataupun anggota keluarga yang dapat memberikan *Social Support* terhadap seseorang adalah *social embeddedness*, sementara *enacted support* adalah bagian dari *social embeddedness* yang benar-benar memberikan dukungan nyata. *Perceived Social Support* adalah persepsi seseorang terhadap *Social Support* yang diterima, apakah bermanfaat atau tidak.

2.2.2 Jenis Social Support

Social Support jika dilihat dalam perspektif sosial kognitif, menilai bahwa *Social Support* sebenarnya lebih mengutamakan *perceived support*. Karena individu

sendiri yang menilai apakah bantuan yang diterimanya bermanfaat atau tidak. Berdasarkan pandangan tersebut, *Social Support* dapat dibagi berdasarkan fungsi dukungan yang diberikan. Cutrona & Russell, (1987) membagi *Social Support* ke dalam 5 jenis, yaitu :

- a. *Reliable alliance* adalah kebergantungan terhadap seseorang yang dapat membantu individu menghadapi masalah.
- b. *Attachment* adalah ikatan emosi yang terjalin dengan *provider*.
- c. *Guidance* adalah perilaku mengarahkan atau nasihat dari *provider*.
- d. *Nurturance* adalah adanya seseorang yang bergantung kepada individu (sebagai *provider*) untuk menghadapi masalah.
- e. *Social integration* adalah adanya seseorang yang meluangkan waktu dalam aktivitas bersama dengan individu.
- f. *Reassurance of worth* adalah adanya penghargaan dari *provider* atas potensi atau kelebihan individu.

2.2.3 Sumber Social Support

Pemberi *Social Support* dapat berupa *established mutual help group* atau *self-help group* dan individu seperti keluarga, teman, serta para professional. *Self-help group* terdiri dari individu-individu dengan masalah sama yang datang untuk menemani dan mendukung satu sama lain dan biasanya mencari *coping strategies* yang berguna (Duffy & Wong, 2000:100).

Penelitian oleh Allen, Shykoff, & Izzo (dalam Baron, Branscombe, & Byrne, 2008:441) menemukan bahwa binatang peliharaan juga merupakan salah satu

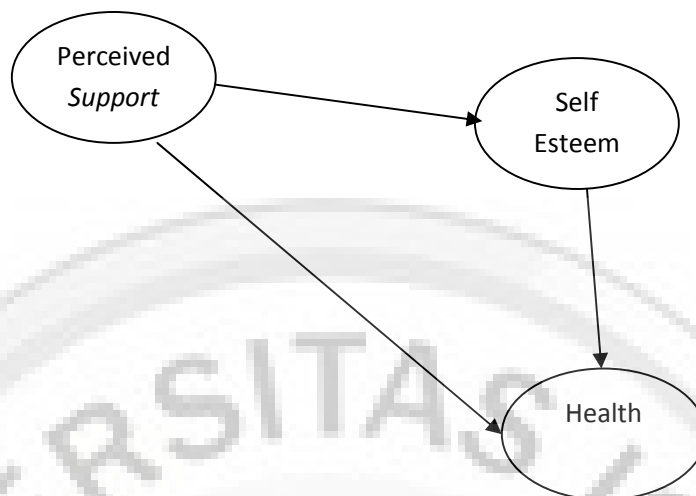
pemberi *Social Support* bagi individu. Selain dilihat dari pemberinya, jenis *Social Support* juga dapat dilihat dari kuantitas pemberi dan penerima dukungan.

Dukungan dapat diberi dan diterima dari seorang pemberi kepada seorang penerima, dari seorang pemberi kepada banyak penerima, dari banyak pemberi kepada seorang penerima, dan dari banyak pemberi kepada banyak penerima (Nelson & Prilleltensky, 2005:102).

2.2.4 Manfaat *Social Support*

Berbagai penelitian menemukan bahwa *Social Support* mampu memberikan efek positif terhadap kesehatan. Dalam perspektif *social cognition*, melihat bahwa *Social Support* utamanya adalah proses *perception of support*. Premis utamanya menyebutkan bahwa ketika seseorang mengembangkan keyakinan yang stabil tentang dukungan oranglain, individu akan menyimpulkan secara positif lingkungan sosialnya. Ini berlandaskan pada teori Beck yang menyebutkan hasil pemikiran individu terhadap *self* mempengaruhi pemahaman pada kepribadian pemberi dukungan dibanding dengan *actual support* (Lakey, 1996).

Beck menggambarkan *Social Support* dalam model kognitif dari gangguan emosional. Pemikiran negatif mengenai diri sendiri, yang bersamaan dengan pemikiran negatif tentang oranglain, menstimulasi emotional distress, ataupun self evaluation (lihat bagan 2.1, Lakey & Cassady, 1990).



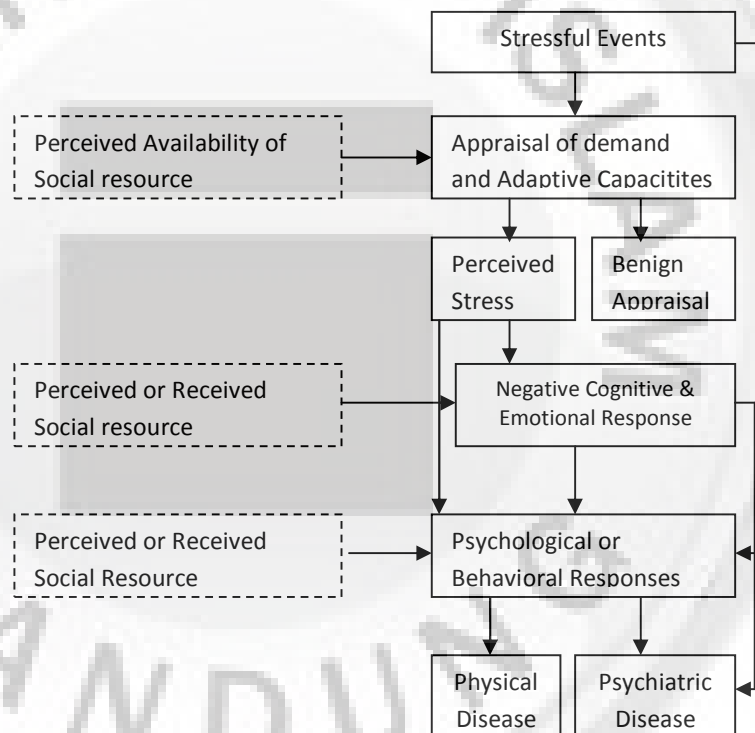
Gambar 2.1 Pandangan Sosial Kognitif mengemukakan bahwa *perceived support* dapat meningkatkan *self esteem*, kemudian mengarahkan pada kesehatan

Selain itu, *Social Support* juga berdampak positif dalam menghadapi kasus *bullying*. Pada kasus *bullying*, *Social Support* menjadi salah satu bentuk *coping mechanism*. Berdasarkan penelitian Holt & Espelage (2007), ditemukan beberapa hubungan antara *Social Support* dengan perilaku *bullying*. Siswa yang tidak terlibat dengan *bullying*, memiliki *Social Support* yang jauh lebih besar. Pada siswa pelaku *bullying* yang memiliki *Social Support* yang rendah menunjukkan kecemasan atau depresi yang tinggi.

2.2.5 Efektivitas *Social Support*

Beberapa penjelasan keefektifitasan *Social Support* pada dasarnya dapat menjadi tiga, yaitu *direct effects*, *indirect effects*, dan *buffering effects* (Duffy & Wong, 2000:101; Nelson & Prilleltensky, 2005:101). *Direct effects* disebabkan kontak interpersonal yang terjadi dapat meningkatkan tingkah laku dan pola hidup sehat akibat akumulasi efek positif dari pengalaman interpersonal yang baik. *Indirect*

effects terjadi karena pemberian dukungan tersebut di saat krisis sehingga menurunkan perasaan stress seseorang ataupun mampu menjadikan masalah tersebut menjadi lebih kecil, lebih terkontrol, dan menyelesaikan masalah kecil sebelum menjadi masalah yang lebih besar. Sementara, *buffering effects* atau *interactive effects*, *Social Support* dapat menghilangkan efek negatif dari stress dengan mempengaruhi pemahaman, kualitas, dan kuantitas dari sumber stress tersebut (Lihat bagan 2.2)



Bagan 2.2 Jalur *Social Support* yang mempengaruhi respon terhadap *stressful event*.

Keuntungan utama dari *Social Support* adalah sebagai *coping strategy* yang dapat dibagi ke beberapa fungsi lain yang lebih spesifik, antara lain pemenuhan kebutuhan afiliasi, menentukan *self-identity* dan *self-esteem*, dan mengurangi stress

(Duffy & Wong, 2000:103). Fungsi *Social Support* sebagai pemenuhan kebutuhan afiliasi dipenuhi karena *Social Support* memungkinkan individu untuk berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, individu dapat mengembangkan kepribadiannya serta menyadari siapa dirinya dan dimana posisinya dalam hierarki sosial, sehingga dapat menentukan *self-identity* dan *self-esteem* individu tersebut. *Social Support* juga berfungsi untuk mengurangi stress karena melalui interaksi, seseorang dapat berpikir lebih realistis dan mendapatkan perspektif lain sehingga dapat lebih memahami masalahnya.

Namun ada juga kerugian *Social Support*, karena tidak semua individu merupakan seorang *natural caregivers* ataupun merasa nyaman atau termotivasi untuk menolong orang lain (Duffy & Wong, 2000:104). *Social Support* juga menjadi membahayakan bila salah dilakukan, misalnya salah waktu atau tempat. Menurut penelitian Shinn and Associates dalam Duffy & Wong (2000:104), *Social Support* dapat mengancam *self-esteem* penerima apabila bantuan yang diterima menunjukkan posisi superioritas dan inferioritas antara pemberi dan penerima.

Pada penelitian Holt & Espelage (2007) juga ditemukan sebuah hasil yang menunjukkan bahwa tingginya *Social Support* yang diterima korban *bullying* diasosiasikan dengan tingginya kecemasan dan depresi. Hal ini disebabkan karena *Social Support* yang diterima tidak digunakan dengan efektif. Ketidakefektifitasan *Social Support* juga ditemukan pada keluarga yang kurang mampu karena jumlah stresor yang dihadapi dan kecenderungan dari anggota lain dalam jaringan *Social*

Support untuk mengalami kondisi stres yang sama (Green, Furrer, & McAlister, 2007).

Penelitian oleh Wortman & Lehman mengenai *Social Support* kepada orang yang sedang berduka akan menjadi tidak efektif dan tidak membantu apabila dilakukan dengan cara yang salah seperti memberi saran, menyemangati, memaksakan keceriaan, ataupun mengatakan bahwa si pemberi dukungan juga merasakan kedukaan yang sama (Wortman, Loftus, & Weaver, 1999:421). Berbagai penelitian ini menunjukkan *Social Support* dapat memberikan efek positif apabila diberikan dan diterima pada orang, waktu, tempat, dan cara yang tepat.

2.3 *Forgiveness*

Seseorang tidak mungkin *forgive* (memafkan) kecuali jika *unforgive* (tidak memafkan) telah terjadi. *Forgiveness* memang baru dapat muncul setelah adanya *Unforgiveness*, namun orang yang mengalami *Unforgiveness* bukan berarti pasti akan mengalami *Forgiveness*. *Forgiveness* merupakan salah satu cara untuk mengatasi *Unforgiveness* (Worthington, 2006). Oleh karena itu, peneliti terlebih dahulu menjelaskan mengenai *Unforgiveness* sebelum membahas *Forgiveness*.

2.3.1 Definisi *Unforgiveness*

Secara konseptual, *Unforgiveness* adalah reaksi stress sebagai respon individu setelah mendapatkan kekerasan interpersonal dan mempersepsikan (*appraisal*) penyerangan tersebut sebagai kesenjangan keadilan (*injustice gap*). Sehingga *Unforgiveness* dapat digambarkan sebagai suatu kondisi "emosi dingin" yang

melibatkan rasa marah, sakit hati, dan permusuhan, yang membuat individu termotivasi untuk menghindar atau membalas *transgressor*. (Worthington & Wade, 1999).

Lebih jauh, Worthington (dalam Zechmeister, 2004) mendefinisikan *Unforgiveness* sebagai kemarahan, permusuhan, ketakutan dan stress ruminatif yang terjadi setelah penyerangan interpersonal. Dalam konteks hubungan interpersonal, Worthington & Wade (1999), mengkonsepkan bahwa orang yang diserang atau yang mengalami rasa sakit hati dari ketidakadilan, terdapat adanya perbedaan respon transgresi antara bagaimana seseorang menginginkan penyerangan untuk dihilangkan seluruhnya atau bagaimana individu tersebut mempersepsikan situasi tersebut (Exline et al., 2003).

Besarnya kerenggangan ketidakadilan atau *injustice gap*, dihipotesiskan menjadi proporsi sebaliknya dari berkurangnya pemaafan, dan proporsi langsung pada *Unforgiveness*. *Unforgiveness* dinilai sebagai kombinasi kompleks dari penekanan emosi negatif terhadap penyerang yang telah melukai *personal boundaries* korban. Emosi negatif tersebut terdiri dari rasa marah, takut, atau keduanya. Kemarahan merupakan kondisi emosional yang meningkat jika terjadi ancaman, frustrasi, atau persepsi negatif terhadap suatu penyerangan (Spielberg & Moscoso, 1999).

Walau demikian, *Unforgiveness* lebih terbatas dan merupakan emosi yang tertahan (*delayed emotion*). Emosi yang tertunda atau ditekan seperti - kebencian, sakit hati, permusuhan, marah, dan takut (kombinasi dari kondisi *Unforgiveness*) – dapat mengarahkan terjadinya penghayatan atau “*ruminatio*n”. Worthington dan

Wade (1999) menjelaskan bahwa tidak semua korban akan mengembangkan *Unforgiveness* saat penyerangan terjadi. Hanya individu yang menghayati (*ruminates*) kemarahan (dan mungkin kecemasan serta depresi) yang memungkinkan individu tersebut mengembangkan *Unforgiveness*. Individu berusaha untuk mengurangi perasaan negatif *Unforgiveness* dengan menghadapi penyerang dan berusaha memperbaiki kesalahan penyerang atau berdamai dengan emosinya secara langsung.

Worthington (2001) mengidentifikasikan bahwa terdapat lebih dari 25 cara individu mengurangi *Unforgiveness*. Individu dapat mencoba untuk menuntut keadilan dengan balas dendam, mencari advokasi dan keadilan hukum, atau meminta permohonan maaf dari penyerang. Individu dapat juga mencoba menciptakan narasi baru tentang *transgressor* (misalnya membebaskan atau membenarkan penyerang). Individu mungkin juga mencoba mengurangi *Unforgiveness* secara langsung dengan menerima kemalangan dan bergerak melanjutkan hidupnya (Jacobson & Christensen, 1996). Individu juga dapat mengembangkan *defense* seperti penolakan (*denial*) dan penghindaran (*avoidance*), atau juga dapat memilih untuk memaafkan.

2.3.2 Definisi *Forgiveness*

Terdapat beberapa pandangan yang berbeda mengenai arti sebenarnya dari *Forgiveness*, para peneliti *Forgiveness* belum memiliki kesepakatan mengenai definisi *Forgiveness* itu sendiri, beberapa peneliti menjelaskan *Forgiveness* sebagai proses (Enright, 2001), peneliti lain menjelaskan *Forgiveness* sebagai hasil akhir, atau hasil dari proses (Mc Cullough, 2006). Ada pula yang memandang bahwa *Forgiveness* melibatkan aspek dorongan motivasi (Mc Cullough et al, 1997), aspek

kognisi (Flanigan, 1992), aspek afeksi (Malcolm & Greenberg, 2000), behavioral (Gordon, Baucom & Snyder, 2000), *decisional* (Di Blasio, 1998), dan hubungan interpersonal (e.g., Baumeister, Exline & Sommer, 1998).

Walaupun memiliki banyak variasi definisi dan pendekatan mengenai *Forgiveness*, para peneliti setuju bahwa *Forgiveness* harus dibedakan dengan rekonsiliasi (e.g Enright & Human Development Study Group, 1994 : Freedman, 1998, Rye et al, 2001), *legal pardon* (e.g Enright & Human Development Study Group, 1994 : Rye et al, 2001), *condoning* (e.g. Veenstra, 1992, Rye et al, 2001), dan *forgetting* (e.g Smedes, 1996, Rye et al., 2001). Rekonsiliasi merujuk pada perdamaian, yang dilakukan antara kedua belah pihak agar rukun kembali atau guna memperbaiki hubungan yang telah rusak (Enright, 2001). *Legal pardon* berarti pengampunan dan biasa digunakan didunia hukum. *Condoning* adalah keadaan dimana individu menerima pelanggaran dalam diam, seolah olah meyakinkan diri sendiri bahwa pelanggaran tersebut adalah keinginan individu tersebut (Enright, 2001). Sedangkan *forgetting* berarti melupakan, sebuah konstruk yang jelas berbeda dengan *Forgiveness* (Echols, Shadily, 1996). Ketika individu memaafkan, ia tidak harus melupakan. Proses *Forgiveness* tidak akan menyebabkan individu mengalami amnesia, namun hanya akan mengubah cara pandang individu dalam mengingat masa lalunya (Enright, 2001).

Worthington & Wade (1999) merumuskan *Forgiveness* dalam sebuah hipotesa *emotional replacement* hipotesis, yang berarti bahwa *Forgiveness* adalah kesetaraan emosi (*emotional Juxtaposition*) antara *Positive Other-oriented* (cinta, empati, dan simpati) dengan negative *Unforgiveness*, yang akhirnya dapat

menetralkan atau mengganti seluruh emosi negatif dengan emosi positif. Emosi positif yang mengarahkan pada *Forgiveness* dicirikan dengan empati, simpati, kasih sayang, cinta yang romantis, dan cinta yang altruis (Wade & Worthington, 2002; Worthington, Berry & Parrot, 2001). Penghayatan emosi positif ini dibutuhkan untuk menetralkan *Unforgiveness*, individu mungkin dapat atau tidak dapat mencapai titik emosi positif terhadap penyerang. Sehingga *Forgiveness* bisa berbentuk *partial Forgiveness* (mengurangi *Unforgiveness*) atau *complete Forgiveness* (menghasilkan penetralan hingga memiliki emosi positif terhadap penyerang).

Forgiveness merupakan suatu pilihan internal korban (baik sengaja maupun tidak) untuk melepaskan *Unforgiveness*, dan jika dirasa aman, mungkin, dan bijaksana, maka rekonsiliasi dengan transgresor dapat terjadi. *Forgiveness* tidak sama halnya dengan resolusi konflik. Seseorang mungkin saja memecahkan konflik tetapi tidak *forgive* atau mungkin saja *forgive* padahal konflik belum dipecahkan (Worthington & Wade, 1999).

McCullough, Worthington, & Rachal (dalam Hall, 2006) mendefinisikan *Forgiveness* sebagai perubahan motivasi ketika individu mengganti respon destruktif terhadap *transgressor*, dengan respon yang konstruktif. Menurut Lucia (2005), ketika seseorang *forgive*, ia mengganti *Unforgiveness* dengan emosi yang lebih positif, seperti empati, simpati, dan cinta. *Forgiveness* dapat mengurangi permusuhan dan stres negatif yang dirasakan seseorang. McCullough et al. (dalam Zechmeister, 2004) menekankan bahwa respon *Forgiveness* merefleksikan perubahan motivasi dasar yang melawan kecenderungan natural individu untuk membalas.

2.3.3 Strategi *Coping Stress* dari *Unforgiveness* dan *Forgiveness*

Worthington & Scherer (2004) meyakini bahwa *emotional Forgiveness* merupakan salah satu *coping* adaptif yang dapat dilakukan individu untuk menghadapi kondisi *stress* setelah transgresi dan untuk meredakan *Unforgiveness*.

Individu dapat mengembangkan *coping* yang berorientasi pada masalah atau *problem-focused strategy*, seperti menuntut keadilan dalam situasi penyerangan, atau *meaning-focused strategy* seperti menarasikan kembali kejadian dengan membenarkan penyerangan, atau dengan *emotion-focused strategy*, seperti meregulasi perasaan korban untuk berdamai dengan diri sendiri (dalam Thayer & Lane, 2000). Definisi Worthington untuk *coping* melalui *Forgiveness* setara dengan *emotion-focused coping strategy* dari model *coping* Lazarus dan Folkman (Folkman & Moskowitz, 2000; McCullough, 2001; Park & Folkman, 1997).

Berdasarkan definisi-definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *Forgiveness* adalah suatu pilihan internal untuk melepas *Unforgiveness*, melawan kecenderungan natural individu untuk membalas, menuntut ganti rugi, atau menghindari orang yang pernah menyakitinya dan mengganti keinginan destruktif tersebut dengan respon yang lebih konstruktif seperti simpati, empati, cinta sebagai bentuk *emotion-focused coping* untuk meredakan *stress*, dan kemungkinan berekonsiliasi dengan *transgressor*.

Worthington (2006) mengkonsepkan bagaimana proses individu memaafkan pelaku melalui *coping* yang dipilihnya (lihat bagan 2.3.3). Transgresi mengarahkan penilaian individu atas “*injustice gap*”. Ini tergantung dari seberapa seberapa besar ketidakadilan dan seberapa parah penyerangan yang dirasakan individu tersebut,

individu akan menilai *stress* interpersonal sebagai ancaman atau tantangan. Jika individu mempersepsikan transgresi sebagai ancaman, individu tersebut akan menghayati (*ruminate*) kekerasan tersebut, merasakan emosi *Unforgiveness*, dan termotivasi untuk mencari keadilan, pembalasan dendam (*revenge*) atau menghindari penyerang (*avoidance*). Jika individu menilai penyerangan tersebut sebagai tantangan, mereka akan melakukan pemecahan masalah, berusaha meregulasi emosinya, dan berusaha untuk memaknakan kejadian tersebut.

Hal tersebut akan memicu keadilan dan kedamaian atau memunculkan motivasi *altruistic* (i.e ampunan, cinta dan belas kasihan). Individu menggunakan *coping* atas penyerangan pelaku dengan menghadapi ancaman atau tantangan untuk kompetensinya, hubungannya, atau untuk kemandiriannya. Mereka akan mencoba menggunakan berbagai macam *coping*, seperti *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, atau *meaning-focused coping strategy*. Kemudian secara pribadi, mereka akan memilih untuk memaafkan atau tidak dimana hal ini mempengaruhi langkah mereka untuk rekonsiliasi. Dan secara umum, mereka juga akan memilih untuk mengekspresikan *Forgiveness* atau tidak menunjukkannya pada pelaku, yang hal inipun mempengaruhi langkah mereka untuk rekonsiliasi. (*Forgiveness and Reconciliation*, 2006)

Cara orang menilai (*appraisal*) suatu *stress* tergantung bagaimana mereka melakukan *coping* terhadap *stressor*. Skinner, Edge, Altman, dan Hayley (2003) meringkaskan bagaimana individu memilih *coping* tersebut. Mereka menganalisa dengan lebih dari 100 pengukuran *coping*. Skinner et al (2003) membagi tipe *coping* berdasarkan beberapa kategori. Sebagai contohnya, sistem *coping* dari Lazarus dan

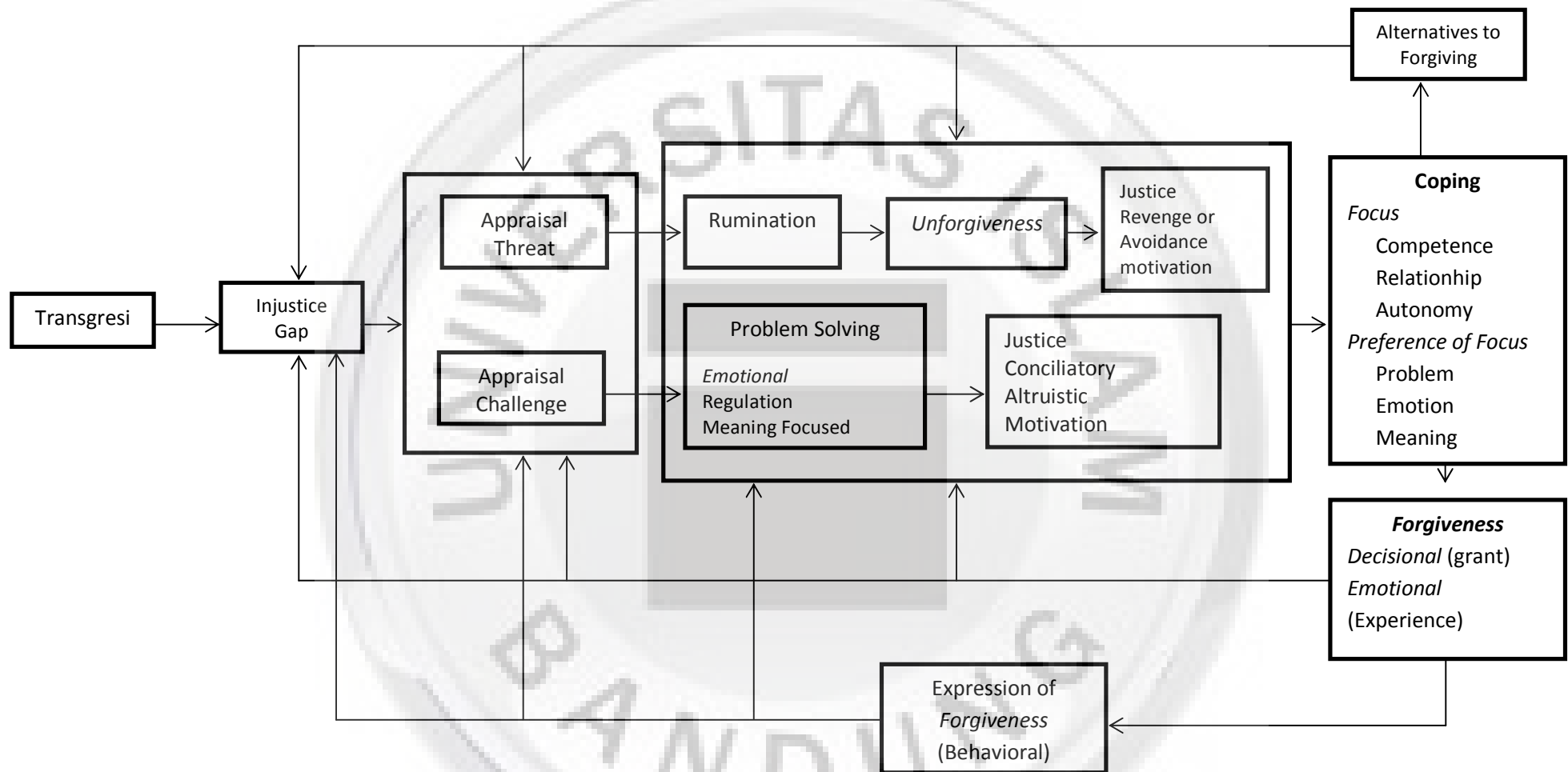
Folkman (1984) yang sangat membantu individu adalah *emotion-focused coping* dengan *problem-focused coping*.

Emotion-focused coping cenderung menjadi *coping* utama dalam mengontrol emosi seseorang, contohnya dengan melakukan teknik meditasi atau teknik pernapasan dalam menghadapi ujian. Teknik tersebut tidak secara langsung mengatasi masalah, tetapi dapat menurunkan tingkat kecemasan seseorang. Sebagai catatan, bahwa jika teknik tersebut berhasil, maka orang tersebut dapat menyelesaikan masalahnya pula. Sedangkan *problem-focused coping* adalah yang utama dalam pemecahan masalah. Contohnya, jika individu akan menghadapi ujian, ia harus belajar setiap malam untuk mendapatkan nilai yang memuaskan, dan mungkin dengan cara ini pula individu dapat merasakan ketenangan.

Klasifikasi lain dari cara individu melakukan *coping* adalah dengan menggunakan *coping assimilating* atau *accommodating*. *Assimilating coping* membantu individu untuk menemukan cara yang tepat untuk menerima suatu masalah. *Accommodating coping* membantu individu untuk menemukan cara yang tepat untuk memecahkan masalah.

Pembagian lain yaitu antara *approach coping* dan *avoidance coping*. *Approach coping* adalah ketika individu menghadapi masalah dan berdamai dengannya. *Approach coping* ini dapat berupa agresi terhadap pelaku yang membuat *stress* korban. Dalam *avoidance coping*, korban berusaha untuk menghindari masalah dengan menarik diri dari social, atau menyalahkan diri sendiri. Masih terdapat beberapa klasifikasi lain dalam *coping* seperti antisosial, prososial, *associal coping*, *effortful coping*, dan *involuntary coping*.

Begitupun halnya dengan *Forgiveness*, individu dapat melakukan berbagai macam *coping* untuk mengurangi dampak *stress* yang dirasakan dari *transgressor*. Menurut Worthington, tidak ada *coping* yang paling tepat untuk mengurangi ketegangan yang dirasakan individu, karena berbagai *coping* dapat dilakukan bersamaan untuk meredakan stress tersebut. Tetapi Worthington dan Scherer (2004) meyakini bahwa *emotional-focused coping strategy* merupakan *coping* yang paling bermanfaat bagi individu dalam melakukan *Forgiveness*. (Bagan 2.3)



Bagan 2.3 Skema teoritis *coping* untuk Interpersonal Transgression (Worthington, 2006)

Selain itu, untuk meredakan *Unforgiveness*, dalam teori “*Matching Personalities Quality*”, Skinner et al (2003), menjelaskan 3 cara adaptif dalam proses *coping*, yaitu :

1. *Match their actions to the environmental contingencies*

Orang yang merasa sakit hati akan menunjukkan perilaku yang dapat mengurangi rasa sakit hatinya, tetapi mereka juga akan memperhitungkan baik-buruk dari suatu perilaku yang akan ditunjukkan. Seseorang mungkin saja akan menghadapi langsung penyerang, misal melawan, karena ia hanya berpikir bahwa dengan melawan, ia dapat mengurangi rasa sakit hatinya saat itu, tetapi bagi korban yang memikirkan fungsi *reward* dalam jangka panjang, ia tidak akan langsung menghadapi korban, ia mempertimbangkan bahwa dengan melawan, ia akan menghadapi berbagai masalah sehingga orang yang melakukan *coping* ini, lebih banyak mempertimbangkan kondisi yang sekiranya tidak menguntungkan baginya.

2. *Match their personal reliance on others to the social resources available on environment.*

Ketika seseorang sakit hati, ia akan berusaha mencari seseorang yang sekiranya dapat membantunya meredakan rasa sakit hatinya. Jika ia percaya bahwa teman-temannya dapat membantunya, maka ia akan menunggu bantuan atau langsung menemui temannya tersebut, menceritakan masalahnya hingga ia dapat meredakan emosinya.

3. *Match their personal preferences with the options that the environmental provides.*

Pada tipe ini, orang yang sakit hati akan mencari bantuan di sekitar yang sekiranya dapat langsung membantu meredakan stresnya. Korban akan memanfaatkan bantuan yang ada, dan memilih bantuan apa yang sekiranya dapat membantunya.

2.3.4 Jenis *Forgiveness*

2.3.4.1 *Decisional Forgiveness*

Decisional Forgiveness adalah pernyataan yang diberikan korban dengan sengaja bahwa korban akan berperilaku terhadap penyerang seperti sebelum penyerangan terjadi. Individu tersebut memutuskan untuk melepaskan penyerang dari dosa dan kesalahan (Baumeister et al., 1998; DiBlasio, 1998). Seseorang mungkin saja memutuskan untuk memaafkan tetapi secara emosi masih merasakan kekesalan, secara kognitif masih memikirkan kemarahan, kecemasan, penghayatan, dan masih terdorong untuk melakukan pembalasan atau penghindaran. Oleh karena itu, dalam beberapa kasus, *decisional Forgiveness* dapat menjadi pemicu timbulnya *emotional Forgiveness*.

Decisional Forgiveness merupakan salah satu mekanisme *coping*, yang didasari oleh logika atau kehendak. Ketika seseorang berkata bahwa ia berniat memberikan maaf, ini karena individu tersebut sudah berniat untuk mengontrol perilakunya. Oleh karena itu, *decisional Forgiveness* membutuhkan kontrol diri untuk menunjukkannya. Individu sering tampak bahwa ia telah melakukan pemaafan, tetapi

belum merasakan memaafkan itu sendiri. Individu juga dapat memutuskan untuk memaafkan penyerang bukan karena mereka percaya bahwa memaafkan sejalan dengan motivasi mereka, tetapi lebih karena memaafkan sejalan dengan system kepercayaan mereka.

Decisional Forgiveness dapat terjadi sebelum *emotional Forgiveness*, tetapi umumnya terjadi setelah *emotional Forgiveness* terjadi. *Decisional Forgiveness* biasanya terjadi pada masyarakat yang bersifat kolektif karena mereka menganggap hubungan interpersonal lebih penting daripada dirinya sendiri.

2.3.4.2 *Emotional Forgiveness*

Jenis kedua dari *Forgiveness* adalah *emotional Forgiveness*, yang dasarnya adalah emosi (Worthington, 2000, 2001, 2003; Worthington, Berry, & Parrott, 2001; Worthington & Wade, 1999) dan mempengaruhi motivasi. Besarnya kesenjangan dari “*injustice gap*” dirumuskan berbanding terbalik dengan proporsi untuk memaafkan dan memiliki proporsi langsung terhadap *emotional Unforgiveness*.

Dalam hipotesa “*Emotional Juxtaposition*”, Worthington & Wade (1999) mengatakan bahwa emosional *Forgiveness* adalah kesejajaran antara *Unforgiveness* sebagai emosi negatif dengan *positif other oriented*. Emosi Positif ini minimal harus sejajar dengan emosi negatif agar dikatakan *Forgiveness*, keadaan emosi ini dapat menetralkan kondisi *Unforgiveness*. Hal tersebut tergantung dari keputusan korban untuk melanjutkan hubungan dengan penyerang (*continuing relationship*) atau tidak (*non continuing relationship*). Sehingga *Forgiveness* dapat menjadi *Forgiveness* sebagian (hanya mengurangi *Unforgiveness*) atau *Forgiveness* menyeluruh (sampai

pada titik emosi positif). Biasanya terjadi pada kelompok masyarakat yang individualistik.

Tabel 2.1 Kondisi *Emotional Forgiveness*

<i>Unforgiveness</i>	Emosi Positif	<i>Forgiveness State</i>
Tinggi	Rendah	Belum <i>forgive</i>
Tinggi	Tinggi	<i>Forgiveness</i> Sebagian
Rendah	Rendah	<i>Forgiveness</i> Sebagian
Rendah	Tinggi	<i>Complete Forgiveness</i>

2.3.5 Bentuk Bentuk Emosi Positif

2.3.5.1 *Direct Effect Emotion*

Emosi positif yang mengarahkan sikap pada oranglain (*Positive Other Oriented*) dalam “*Emotional Juxtaposition Hipotesis*”, dijelaskan Worthington (2006) dapat meredakan atau menggantikan *Unforgiveness*, terdiri dari :

1. **Empati**

Empati adalah kemampuan seseorang untuk dapat menentukan dan merespon emosi pada orang lain. Levenson & Ruef (1991) mengidentifikasi 3 ciri yang dapat menunjukkan bahwa seseorang memiliki empati, yaitu : mengetahui perasaan oranglain, merasakan apa yang dirasakan oranglain, dan memberikan respon kasih sayang pada oranglain yang mengalami *distress*. Ketika korban mengetahui bahwa penyerang mengalami *distress* karena sikapnya yang menyakiti korban, dengan kemampuan empati, korban tidak hanya mempersepsikan diri sebagai orang yang sakit hati, tetapi juga

mempersepsikan bahwa penyerang perlu dibantu agar tidak menyakiti korban lagi.

2. **Simpati**

Ketika empati lebih menunjukkan pemahaman korban atas sikap penyerang, maka simpati lebih kepada ekspresi emosi positif korban terhadap penyerang, misal dengan menunjukkan kebaikan atau dengan menawarkan bantuan pada penyerang setelah korban memahami kondisi emosi penyerang.

3. **Compassion**

Sama halnya dengan simpati, *compassion* atau kasih sayang merupakan tindak lanjut dari empati. Orang yang memiliki *compassion*, akan berusaha menunjukkan perasaan hangat dan ramah kepada penyerang. Korban tidak hanya menawarkan bantuan pada penyerang seperti simpati, tetapi juga menunjukkan adanya penerimaan mengenai sikap penyerang yang menyakitinya. Korban tidak akan menunjukkan perasaan bermusuhan atau balas dendam kepada penyerang.

4. **Altruistic Love**

Altruistic love merupakan cara seseorang melihat situasi secara objektif. Orang yang memiliki *altruistic love* akan mengesampingkan dirinya, atau bahkan berusaha mengorbankan dirinya untuk oranglain. *Altruistic love* tidak melihat bahwa oranglain harus membalas kebaikan yang dilakukannya, ia melihat bahwa oranglain adalah seseorang yang dicintainya (*compassion*) kemudian merasa bahwa dirinya harus memberikan sesuatu yang positif pada orang tersebut.

2.3.5.2 Indirect Effect Emotion

Bentuk bentuk emosi positif yang hanya dapat mengurangi *Unforgiveness*, tanpa mengganti kedudukan *Unforgiveness*, terdiri dari :

1. *Gratitude* (kebersyukuran)
2. *Humility* (kerendahan hati)
3. *Contrition* (perasaan tidak sempurna)
4. *Hope* (harapan)

2.3.6 Disposisi *Forgiveness*

Worthington (2001) menyebutkan bahwa *Forgiveness* dipengaruhi oleh berbagai kualitas disposisi individu, salah satunya adalah Kepribadian *Big Five*. Pada teori *Big Five*, seseorang yang memiliki kepribadian cemas (*neuroticism*) akan lebih sulit memaafkan dibanding dengan orang yang memiliki kepribadian terbuka (*agreeableness*). Disposisi Kepribadian merupakan faktor internal yang sebetulnya lebih sulit untuk diubah. Oleh karena itu, perlu digambarkan kecenderungan lain yang memungkinkan untuk diubah agar individu lebih mudah memaafkan.

Jika seseorang ingin lebih memaafkan, ia harus berusaha merubah kualitas disposisi yang dimiliki. Kualitas disposisi dilihat melalui tiga elemen utama, yaitu korban, penyerang, dan kekerasan itu sendiri. Saat ini, disposisi yang paling berpengaruh signifikan adalah sebagai berikut :

2.3.6.1 *Self Oriented Dispositional of Victim*

1. *Adult Attachment Model of Self*

Bowlby (1979) menyebutkan bahwa manusia terlahir dengan *attachment style*, yang mendorong mereka untuk mencari kedekatan pada *significant others* saat mereka membutuhkannya. Ketika *figure attachment* tidak tampak mendukung, maka ia akan melepaskan *distress*.

Terdapat dua dimensi mengenai pandangan Bowlby terhadap *attachment*, yaitu bagaimana ia menilai dunianya, bagaimana individu melihat oranglain sebagai seseorang yang dapat dipercaya atau diabaikan. Kemudian model self, bagaimana individu menilai diri sendiri sebagai seseorang yang berharga. Individu dengan *positive self*, tidak akan melihat oranglain sebagai ancaman, tetapi ia menilai oranglain patut dicintai dan dihargai. Sedangkan individu yang menilai diri negatif akan menyalahkan diri mereka saat ada hambatan dalam berhubungan.

Empat tipe *attachment* dapat dibentuk dari dua dimensi diatas, yaitu *secure*, *preoccupied*, *fearful*, dan *dismissing*. Orang yang *secure* memiliki komunikasi yang bagus, lebih menunjukkan perhatian dan pemahaman, dan tidak akan mudah marah atau melakukan agresi. Orang yang *insecure* akan lebih sulit memaafkan atas sakit hati yang dirasakannya.

2. *Stability of Self Esteem*

Kerniss, Cornell, Sun, Berry dan Harlow (1993) menemukan bahwa *self esteem* tinggi bukanlah hal yang penting dibanding *self esteem* yang

stabil. Worthington (2001) sendiri meyakini bahwa orang yang memiliki self esteem yang stabil, ia tidak akan terlalu terfokus pada diri sendiri (self-focused) dan lebih memaafkan. Sedangkan, orang yang self esteemnya kurang stabil, ia akan mudah merasa disakiti. Mereka lebih terfokus pada ancaman. Mereka akan lebih sering menggunakan *coping* yang agresif. Demikian halnya dengan orang yang memiliki self esteem rendah, ia mungkin lebih sulit memaafkan dibanding orang yang self esteemnya telah stabil.

3. *Ruminative Style Of Victim*

Semakin sering individu *ruminate* (merenung atau mengingat-ingat) tentang transgresi dan emosi yang dirasakan, semakin sulit *Forgiveness* terjadi.. Usaha menekan *rumination* tersebut dihubungkan dengan motivasi penghindaran (*avoidance*) dan membalas dendam (*revenge*). Orang yang memiliki masalah dalam mengatasi pikiran-pikiran ruminatif umumnya lebih memiliki kesulitan untuk *forgive* (Strelan, 2006; McCullough, 2000). *Rumination* menurut Worthington (2006) dianggap sebagai factor paling berpengaruh terhadap *Unforgiveness*.

4. *Narcisism dan Pride*

Narsisme dihubungkan dengan penurunan empati, oleh karenanya narsisme berhubungan negatif dengan *Forgiveness*. Orang yang berbangga diri (*pride*) lebih mudah merasa diserang atau terluka perasaannya sehingga lebih sulit untuk *forgive*.

2.3.6.2 *Affective Trait of Victim (Shame and Guilt Proness)*

Kecenderungan merasa malu (*shameproneness*) akan meningkatkan rasa marah, menghambat peristiwa yang menyebabkan disonansi emosi, sehingga mengakibatkan korban dan transgresornya terpisah secara emosional (dan mungkin secara fisik). Kecenderungan merasa bersalah (*guilt-proneness*) dapat menyebabkan disonansi emosi dan memicu terjadinya *Forgiveness*. (Worthington & Wade, 1999).

2.3.6.3 Persepsi Korban mengenai Penyerang

1. *Attachment Model of Other*

Jika seseorang memiliki model negatif terhadap oranglain, ia akan berusaha mempersepsikan oranglain secara generalisir, khususnya ketika mereka telah lama diasuh, mereka akan cenderung merasa diabaikan. Orang yang dengan negatif model pun akan cenderung membenci seseorang dan selalu merasa curiga. Mereka akan mempersepsikan penyerangan sebagai sesuatu yang mengancam, meskipun penyerang tak pernah bermaksud demikian. Model Negatif membuat seseorang berperilaku penuh prasangka, kurangnya kepercayaan, dan pengharapan atas pengabaian.

2. *Defense Projection*

Salah satu *defense* yang mengarahkan individu menjadi *maladjustment* adalah *defense* proyeksi. Dalam proyeksi, seseorang sebetulnya sedang merasakan internal konflik kemudian memproyeksikan dengan melemparkan kesalahan pada orang lain. Seseorang yang merasa kesal dan marah pada

seseorang, akan memproyeksikan bahwa orang lainlah yang sebetulnya marah dan kesal pada dia, sehingga ia akan lebih mudah merasa menjadi korban.

2.3.6.4 *Victim Offender Relationship-Oriented Disposition*

1. Kecerdasan Emosi

Orang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi dapat memprediksi dampak-dampak *Unforgiveness* dan solusi yang lebih cepat untuk dilema interpersonal akibat disonansi emosi. Selain itu, kecerdasan emosi juga penting jika dilihat dari perspektif *transgressor*. *Transgressor* yang memiliki kecerdasan emosi tinggi memiliki kapasitas yang besar untuk mengerti dan memahami keadaan emosi korban, dengan begitu akan memicu *transgressor* meminta maaf, mengganti rugi, atau mendiskusikan masalah dengan korban (Worthington & Wade, 1999).

2. *Marital Social Values* dan Komitmen Pernikahan

Orang yang menjaga perjanjian atau memiliki nilai “sehidup semati” dengan pasangan, akan lebih mudah untuk memberikan maaf atau meminta maaf. Fincham (2002) juga menemukan bahwa orang yang secara positif menjaga komitmen mereka, memiliki motivasi besar untuk menghadapi permasalahan rumah tangga. Sehingga perilaku yang tampak adalah usaha mereka merekonsiliasi hubungan agar lebih baik dan juga saling memaafkan.

3. *Willingness to Sacrifice for the Relationship*

Jika kekerasan terjadi dalam hubungan pernikahan, keinginan untuk berkorban memiliki dampak pada hubungannya melalui bagaimana individu

melakukan *coping* yang adaptif terhadap pasangannya. Individu akan menilai pasangan bukan sebagai seseorang yang mengancam, jika *coping* yang dilakukannya baik. Setelah mereka memiliki keinginan untuk berkorban mereka akan berusaha untuk mencari pengampunan, meminta maaf ataupun memberikan maaf.

2.3.6.5 *Victim Perception of and Relationship to the Divine*

1. *Religious Commitment*

Semua agama mengajarkan *Forgiveness*, namun tidak menjamin semua pemeluknya akan memberikan maaf. Pemeluk agama yang *commit* dengan ajaran agamanya akan memiliki nilai tinggi pada *Forgiveness* dan nilai rendah pada *Unforgiveness* (Worthington & Wade, 1999).

2. *Perception of Having Forgiven by God*

Angyal (1952) meyakini bahwa ketika seseorang mengutarakan dosanya pada Tuhan, maka akan menghasilkan perasaan bebas dan hal ini akan ia coba aplikasikan kepada oranglain. Perasaan bebas yang mendorong seseorang untuk memberikan maaf atau meminta maaf dengan mudah pada oranglain. Sebuah penelitian juga menemukan bahwa perasaan telah diampuni oleh Tuhan lebih banyak ditemukan pada orang yang lebih dewasa dibanding dengan anak muda.

2.3.6.6 *Perception of Relationship of the Offender to the Divine*

1. *Similiarity or Difference of Relationship*

Individu akan lebih mudah untuk memaafkan oranglain dikarenakan adanya kesamaan antara dirinya dan oranglain tersebut, hal ini mencakup *social belief*, *community*, ataupun ras. Persepsi bahwa oranglain sama dalam konteks sosial, lebih mudah untuk bertoleransi. Sedangkan orang yang berada diluar grup (*out group*) akan dipersepsikan lebih negatif, sehingga menimbulkan prasangka dan perasaan sulit untuk memaafkan.

2. Karma

Karma merupakan keyakinan relijius (*religious belief*). Ketika seseorang meyakini bahwa karma adalah sesuatu yang pasti terjadi, maka ia akan mempersepsikan bahwa orang yang telah menyakitinya harus mendapatkan hal serupa kemudian. Hal ini memicu perasaan *injustice* pada diri korban, dan akan lebih sulit bagi korban mengembangkan *Forgiveness* pada penyerang.

2.3.7 **Manfaat *Forgiveness***

Forgiveness merupakan hal yang penting karena *Forgiveness* membantu meningkatkan kualitas hubungan, mengobati luka dalam suatu hubungan, selain itu, *Forgiveness* juga membantu hubungan untuk terjadinya rekonsiliasi. (Arthur, 1999; Hayner, 1999; Lederach, 1998; Shriver, 1995; Staub, 2004; Staub & Bar-Tal, 2003; Staub & Pearlman, 2001). Ketika pasangan memutuskan untuk terus bersama (*continuing relationship*) setelah terjadinya kekerasan, rekonsiliasi merupakan

pencegahan kekerasan. Tanpa rekonsiliasi, kekerasan sangat mungkin terjadi kembali. (de la Rey, 2001; de Silva & Samarasinghe, 1993; Staub, 2004).

Rasa marah kronis dan permusuhan (*chronic emotional Unforgiveness*) dihubungkan dengan penurunan fungsi kekebalan tubuh, depresi, penyalahgunaan zat, status kesehatan yang buruk (Zechmeister, 2004), tingginya tekanan darah, dan masalah jantung (Enright, 2005). Worthington (dalam Lucia, 2005) juga mengatakan bahwa setiap kali seseorang merasa tidak memaafkan, ia menjadi lebih beresiko terkena masalah kesehatan.

Di sisi lain, *Forgiveness*, dapat menurunkan *anxiety* dan depresi, serta bermanfaat bagi kesehatan fisik (Enright, 2005; Zechmeister, 2004). *Forgiveness* dapat mengurangi resiko terkena masalah jantung serta mengurangi permusuhan dan *distress* yang dirasakan seseorang (Lucia, 2005). *Forgiveness* juga bermanfaat sebagai mekanisme penyembuhan dan resiliensi terhadap trauma (Orcutt dalam Worthington, 1999).

Orang yang *forgive* lebih mungkin mempunyai hubungan romantis dan persaudaraan yang stabil daripada orang yang *unforgive* (Worthington, 1998). Perasaan dendam dan sakit hati dalam suatu hubungan intim atau hubungan dekat dengan orang lain dapat mengganggu hubungan tersebut. Melepas rasa tidak senang dan usaha untuk *forgive* merupakan satu hal yang penting untuk mempertahankan kedekatan dan hubungan intim dengan orang lain (Corey&Corey, 2006).

Memiliki fisik, emosi, dan sosial yang sehat menuntun seseorang ke arah hidup yang lebih bahagia seperti yang dikemukakan oleh Konstam (2000) bahwa

selain dapat memperbaiki hubungan interpersonal, *Forgiveness* dapat meningkatkan kesejahteraan (*well-being*).

Forgiveness berperan sebagai mekanisme *coping* dalam mengurangi stress. *Coping* berkorelasi dengan *Forgiveness* termasuk tingginya tingkat *social support* dan fungsi adaptif dalam perkawinan (Thoresen, 1999; Worthington, Berry & Parrot, 2001), tipe B dari trait kepribadian, dan gaya *coping* aktif untuk selanjutnya bermanfaat dalam kesehatan mental. (Worthington & Scherer, 2004)

Mekanisme *Forgiveness* sebagai manfaat dalam kesehatan mental dan fisik dibagi kedalam dua mekanisme, mekanisme langsung (*direct*) dan mekanisme tidak langsung (*indirect*) terhadap kesehatan seseorang.

2.3.7.1 *Direct Mechanism 1 : Forgiveness dan Permusuhan*

Asumsi bahwa *Forgiveness* dapat mengurangi kebencian dan permusuhan dikarenakan kebencian atau permusuhan adalah bagian terpenting dari *Unforgiveness*. (Thoresen et al., 2000) Kebencian juga ditemukan sebagai bagian dari perilaku tipe A dimana secara langsung mempengaruhi kesehatan seseorang.

Hal ini menjelaskan bahwa *Unforgiveness* memicu kebencian, dimana hal ini mempengaruhi resiko gangguan kardiovaskular dan berbagai masalah kesehatan lainnya. Berry dan Worthington (2001) menemukan bahwa hubungan romantis yang penuh dengan *Unforgiveness* dicirikan dengan permusuhan. Seperti dijelaskan sebelumnya, sifat *hostility* adalah disposisi negatif dari *Forgiveness*.

2.3.7.2 *Direct Mechanism 2 : Forgiveness dan Sistem Imun*

Asumsi bahwa *Forgiveness* memiliki hubungan dengan sistem kekebalan tubuh adalah karena *Forgiveness* merupakan *emotion coping* dalam menghadapi *stress*. Hal ini memicu berkurangnya kemarahan dan kebencian seseorang. Kiecot-Glaser et al (2002) menemukan bahwa kondisi stres dari *Unforgiveness* mempengaruhi langsung *immune system*, karna stres dan emosi negatif dapat memicu *cytokines*. *Cytokines* adalah protein yang mudah terinfeksi ketika seseorang merasa sakit hati atau saat merasa stress.

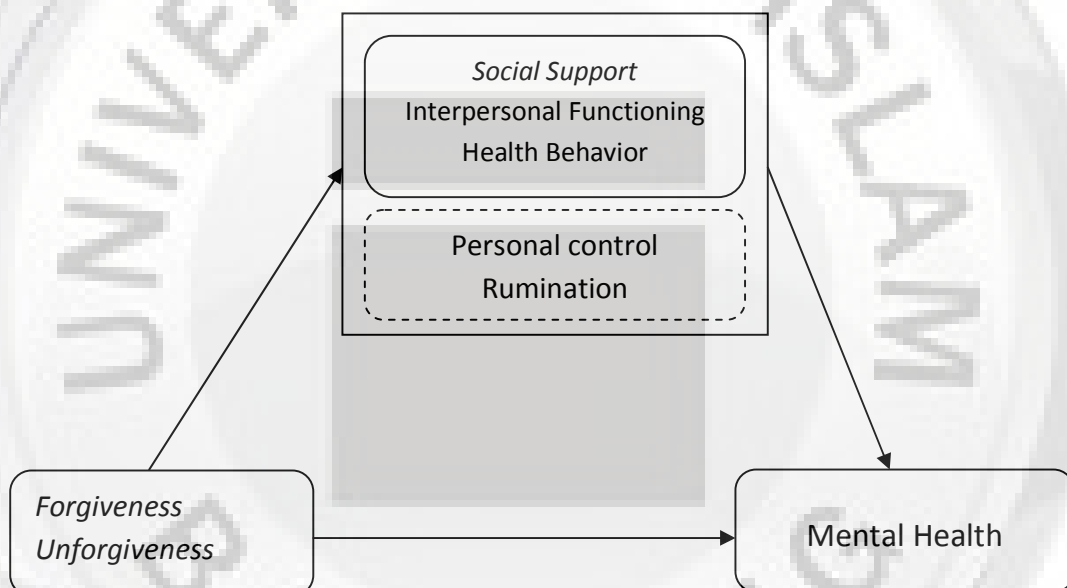
Worthington (2006) juga menjelaskan kondisi “*Pseudoforgiveness*”, dimana seseorang yang yakin bahwa ia telah memaafkan, tetapi sebenarnya dia masih menghindar atau menjauhi pelaku sehingga individu secara emosional belum merasakan emosi positif dari *Forgiveness* tersebut. Kesalahpahaman ini berujung pada *emotional stress* yang menyebabkan bahaya kesehatan.

2.3.7.3 Indirect Mechanism 1 : *Forgiveness* dan *Social Support*

Asumsi ketiga bahwa *Forgiveness* berhubungan dengan *Social Support* adalah seseorang yang telah merasakan *Forgiveness* akan memiliki jaringan sosial yang lebih banyak atau akan memiliki jaringan *support* yang lebih emosional. *Forgiveness* dapat mengarahkan rekonsiliasi dimana individu yang tinggi *Forgiveness*-nya akan lebih mudah untuk memperbaiki hubungannya dibanding orang yang rendah *Forgiveness*-nya.

Worthington & Schere (2004) mengemukakan bahwa arah kausalitas dari *Forgiveness* dan *Social Support*, tidak dapat ditentukan pasti. Tetapi Worthington meyakini bahwa memaafkan memiliki kontribusi terhadap banyaknya *Social Support*

melalui perbaikan relasi. Oleh karena itu, orang yang memiliki jaringan sosial yang sehat, adalah orang yang memiliki kepercayaan diri sehingga merasa tidak mudah merasa disakiti, dan mereka lebih sulit untuk mengembangkan *Unforgiveness*, atau, walaupun *Unforgiveness* tetap berkembang, individu tersebut akan lebih mudah memutuskan untuk memaafkan. Korelasi keduanya belum dapat dibuktikan secara empiris begitupun dengan kontribusi dari masing masing variabel terhadap sebab akibat masih perlu diteliti lebih lanjut. (lihat bagan 2.4)



Bagan 2.4 *Effect Of Forgiveness in Mental Health* (Worthington et al, 2001)

2.3.7.4 Indirect Mechanism 2 : *Forgiveness dan Relationship Skill*

Asumsi selanjutnya, Worthington (2004) menjelaskan bagaimana *Forgiveness* memiliki korelasi dengan kemampuan berelasi, bahwa seseorang yang memaafkan memiliki berbagai variasi *coping* yang dapat ia gunakan untuk menghadapi *stressor*

dari emosi negatif, memiliki kemampuan untuk meningkatkan strategi regulasi emosi (Gross, 1998), lebih cenderung untuk tidak melawan *transgressor* dimana hal ini mengarahkan pada rendahnya perasaan bersalah dan malu (Enrghith, 1996), memiliki kapasitas untuk menjalin komitmen pada suatu hubungan, dan keinginan untuk berkorban dalam suatu hubungan.

2.3.7.5 Indirect Mechanism 3 : *Forgiveness* dan *Stressful Marriage*

Perkawinan memiliki korelasi dengan kesehatan fisik. Orang yang memaafkan dihipotesakan menjadi lebih sedikit untuk mengembangkan konflik perkawinan dan lebih mudah untuk menghadapi konflik dibanding orang yang *unforgiving*. Beberapa bukti menyebutkan bahwa *Forgiveness* meningkatkan kekuatan stabilitas dalam perkawinan.

2.4 Kerangka Pikir

Ibu-ibu korban KDRT di Komunitas Bale Istri pernah mengalami penyiksaan dan penelantaran ekonomi oleh suami selama bertahun-tahun. Kekerasan yang dialami korban menyisakan trauma psikis dan ketakutan dalam kehidupan berumah tangga. Perasaan sakit hati dan kecewa atas perilaku suami pada korban tidak dapat dengan mudah dihilangkan, korban merasa selama ini dirinya sebagai seorang istri sangat diperlakukan tidak adil oleh suami sehingga membuatnya menderita (*appraisal of threat*).

Selama korban mengalami kekerasan dari suami, korban memendam perasaan tidak berdaya dan ketakutan seorang diri, karena lingkungan terdekat, seperti keluarga korban dirasa tidak ada yang membantu korban untuk dapat menghadapi

masalah serta membantu korban keluar dari kekerasan. Selain itu korban merasa enggan untuk bergaul dengan lingkungan sekitar karena merasa malu atas statusnya sebagai korban KDRT. Pikiran dan perasaan sakit hati semakin hari semakin besar, kebencian dan keinginan untuk membalas dendam telah korban pendam selama ini.

Setelah Bale Istri berdiri, korban tertarik untuk mengikuti kegiatan-kegiatan Bale Istri karena merasa ada orang yang mempunyai pengalaman yang sama, mau berbagi bersama sehingga korban sering meluapkan perasaannya dalam pertemuan rutin di Bale Istri. Pertemuan dan pendampingan rutin dari teman teman Bale Istri telah membantu korban memahami persoalan dan bagaimana sebaiknya bersikap terhadap suami korban.

Penyuluhan tentang KDRT-pun rutin diberikan, sehingga kekerasan yang dilakukan suami berkurang. Korban merasa tertolong dengan adanya bantuan dari Bale Istri ketika permasalahan rumah tangga tampak menekan (*stress*) akibat korban tidak menginginkan perceraian. Menurut Skinner (2001), korban berusaha mencari bantuan (*seeking support*) dari lingkungan yang telah menyediakan bantuan, yaitu teman-teman Bale Istri untuk membantu korban menghadapi permasalahan bersama-sama.

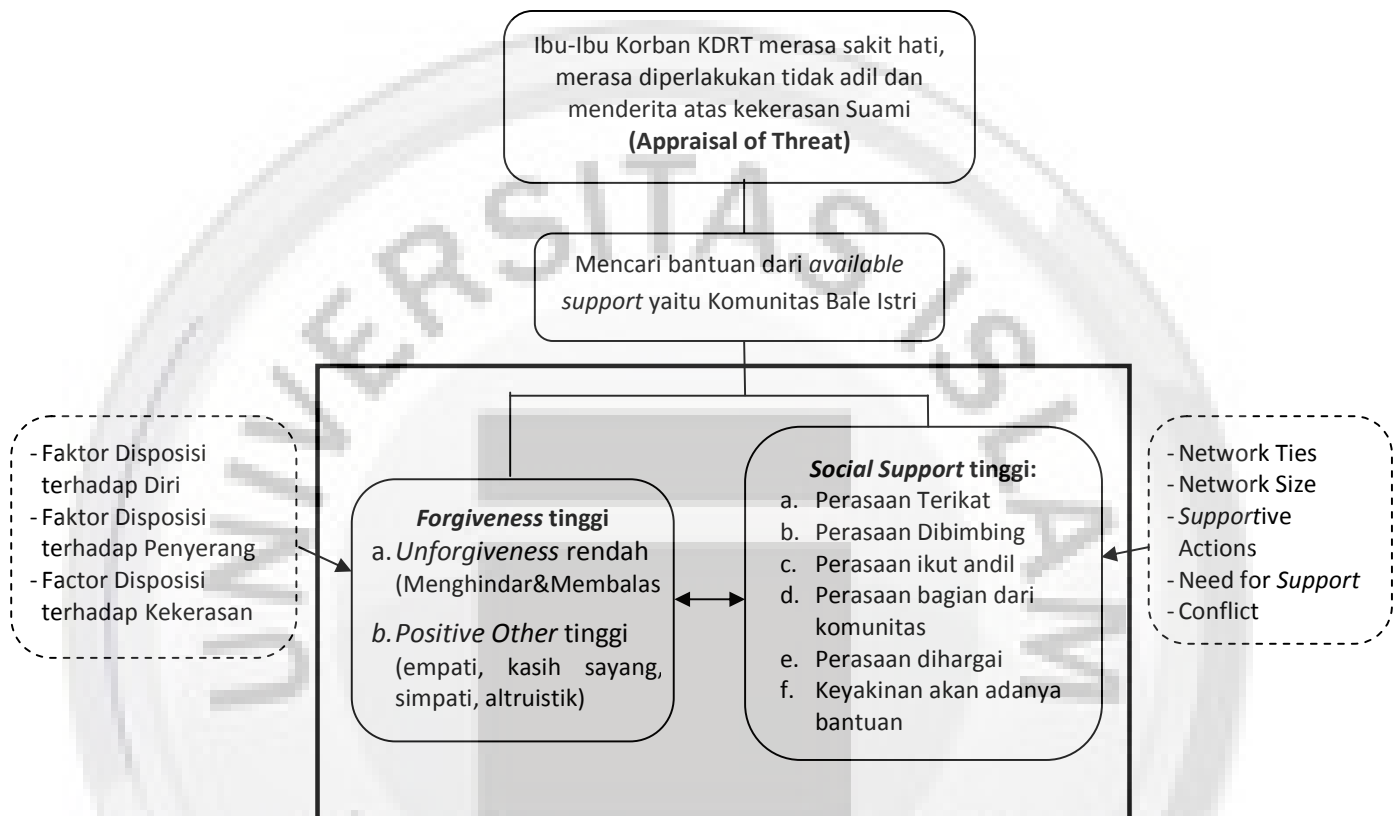
Dengan adanya Bale Istri sebagai penyedia *emotional support*, korban mendapatkan kesempatan untuk berbagi pengalaman (*share experiences*) serta mencurahkan perasaan untuk dimengerti dan dihargai (*understanding & validating*), Bale istri juga sebagai wadah agar korban sedikit demi sedikit dapat belajar melupakan rasa sakit hatinya di masa lalu, dan tidak kembali memendam emosi negatif (*Unforgiveness*) kepada suami.

Korban memahami bahwa ia perlu melakukan *coping* yang adaptif karena dengan hanya memendam kebencian dan keinginan membalas dendam, korban tidak akan bahagia (*well-being*), sehingga korban difasilitasi Bale Istri untuk memulai berwirausaha dan membantu teman-temannya yang mengalami hal serupa. Anggota yang sering mengikuti pertemuan rutin, tampak adanya perbedaan dengan kondisi sebelum dia bergabung. Adanya saling ketergantungan dengan anggota Bale Istri dan keinginan beraktivitas bersama sama membuat korban merasakan kehangatan (*social integration*), kepedulian, dan kepercayaan diri (*self esteem*).

Perasaan dihargai (*self esteem*) yang meningkat sebagai salah satu disposisi penentu keinginan korban untuk *Forgiveness*, mengarahkan korban untuk melihat dirinya sebagai diri yang positif, bukan sebagai seseorang yang tidak berdaya dan tidak bahagia, ketika korban bersikap positif dengan lingkungan sekitar, korban menilai lingkungannya (*social world*) pun positif. Beck (1990) dalam pandangan *social constructionist* menjelaskan bahwa menghayati lingkungan sosial yang positif (*appraisal of challenge*) adalah implikasi dari menghayati diri dengan positif.

Fungsi Bale Istri selain sebagai tempat mengekspresikan perasaannya, juga untuk menyalurkan keeterampilan korban lewat program pemberdayaan wanita. Dalam waktu 5 tahun berdirinya Bale Istri, ibu-ibu mulai berpartisipasi aktif dalam kegiatan Bale Istri seperti pelatihan wirausaha, kampanye kesetaraan gender, atau kegiatan yang berkoordinasi dengan pihak pemerintah, ibu-ibu tersebut tampak lebih *sociable* atau mau bersosialisasi dengan oranglain, ibu-ibu tersebut tidak malu untuk menceritakan masalah mereka kepada oranglain, dan semakin berkurang pikiran

negatif tentang suami. Berikut peneliti sajikan mengenai gambaran kerangka pikir dari fenomena diatas.



Bagan 2.5 Skema berpikir

2.5 Hipotesa Penelitian

Hipotesa dalam penelitian ini adalah terdapat korelasi yang kuat antara *Social Support* dengan *Forgiveness* pada istri korban KDRT di komunitas Bale Istri Kecamatan Paseh. Semakin tinggi *Social Support* dari Komunitas Bale Istri maka semakin rendah *Unforgiveness* dan semakin tinggi *Positive Other*, sehingga semakin mudah Istri Korban KDRT memaafkan suaminya.