

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Penelitian

Manusia tercipta sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial manusia senantiasa membutuhkan orang lain, selalu berinteraksi, saling bersosialisasi maupun bertukar pengalaman. Sebagai makhluk pribadi, manusia mempunyai beberapa tujuan, kebutuhan dan cita-cita yang ingin dicapai, dimana masing-masing individu memiliki tujuan dan kebutuhan yang berbeda dengan individu lainnya. Sedangkan sebagai makhluk sosial, individu selalu ingin berinteraksi dan hidup dinamis bersama orang lain. Saat berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain, individu memiliki tujuan, kepentingan, cara bergaul, pengetahuan ataupun suatu kebutuhan yang berbeda antara satu dengan yang lain dan semua itu harus dicapai untuk dapat melangsungkan kehidupan.

Karena perasaan terkait dengan sikap seseorang, maka kepuasan hidup dapat didefinisikan sebagai sebuah sikap individu yang timbul berdasarkan penilaian terhadap situasi dimana mereka hidup atau tinggal. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa individu yang lebih puas menyukai situasi hidupnya daripada yang tidak menyukainya. Individu yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi adalah individu yang memiliki tujuan penting dalam hidupnya dan berhasil untuk mencapai tujuan tersebut. Orang yang mendapat skor tinggi pada kepuasan hidup biasanya memiliki keluarga dekat dan

dukungan dari teman-teman, memiliki pasangan romantis (meskipun hal ini tidak mutlak diperlukan), memiliki pekerjaan atau kegiatan bermanfaat, menikmati rekreasi, dan memiliki kesehatan yang baik (Diener, 2009).

Kompasiana melansir, Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan Indeks Kebahagiaan Indonesia tahun 2013 Sebesar 65,11 pada Skala 0-100. Artinya jika dibuat nilai tengah sebesar 50, maka Indonesia dalam kategori “cenderung” bahagia (http://www.kompasiana.com/suchaini/mengukurtingkatkebahagiaan_54f6f66aa33311f30c8b4583). Jika diartikan, rakyat Indonesia masih belum bisa dikategorikan bahagia, karena masih mendekati angka 50. Setiap orang memaknai kebahagiaan hidup dengan cara yang berbeda. Ada yang memaknainya dengan membandingkan banyak kejadian menyenangkan dan kejadian menyedihkan. Ada yang menilai sudah terpenuhi atau belum kebutuhan dan keinginan. Ada juga yang memaknai dari tujuan hidup atau cita-cita yang sudah tercapai. Jika makna kebahagiaan dinilai menurut persepsi masing-masing individu, akan muncul paradoks orang miskin lebih bahagia dari orang kaya karena banyak hal yang mempengaruhi kebahagiaan, tidak sekedar dari sisi materi. Kebahagiaan merupakan refleksi dari berbagai kepuasan hidup terhadap kondisi kehidupan pribadi, sosial, serta dampak yang dihasilkan dari lingkungannya. Secara pribadi, seseorang akan cenderung puas ketika mudah memperoleh akses kebutuhan dasar. Sehat, mudah menjalani pekerjaan, memperoleh penghasilan yang layak, yang akhirnya mudah memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari.

Ketidakpuasan mahasiswa yang ada di lingkungan sekitar peneliti disinyalir datang dari hubungan interpersonal, meskipun di antaranya terdapat ketidakpuasan terhadap dirinya terkait nilai-nilai mata kuliah. Ada juga dari pelayanan kampus yang menurut sebagian mahasiswa mengecewakan, dengan statusnya yang sekarang merantau juga terkadang kurang merasa puas ketika membandingkan saat ada di rumah sendiri. Peneliti menawarkan solusi yaitu pemaafan sebagai penawar terhadap ketidakpuasan yang ada, menurut Diener (2009) salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup adalah spiritualitas. Dari spiritualitas tersebut, pemaafan sebagai jalan untuk mendapatkan kepuasan hidup yang lebih baik.

Menurut Hurlock (1990), beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup pada seorang individu antara lain adalah kesehatan, jenis pekerjaan, status kerja, kondisi kehidupan dan keseimbangan antara harapan dan pencapaian. Kebahagiaan juga dipengaruhi oleh kehidupan keluarga dan sosialnya, seperti keluarga yang harmonis, hubungan dengan tetangga, sahabat, serta orang lain yang terjalin dengan baik, tidak memiliki musuh, serta selalu menghargai orang lain. Termasuk lingkungan yang aman dan nyaman juga mempunyai andil dalam membuat hidup menjadi lebih meningkatkan kepuasan dalam menjalani hidup. Rasa aman dari tindak kejahatan, perilaku sosial yang buruk, seperti terjadinya aksi kriminalitas, perkelahian massal, dan sejenisnya, serta dampak dari polusi dan bencana alam.

Menentukan kepuasan hidup pada remaja akhir dipengaruhi oleh beberapa aspek, menurut Hurlock (1990) aspek kepuasan hidup antara lain

adalah menerima, kasih sayang dan prestasi. Seluruh tugas perkembangan pada masa remaja akhir dipusatkan pada penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa, pada tahap ini individu dapat melihat sistem sosial secara keseluruhan. Individu mau diatur secara ketat oleh hukum-hukum umum yang lebih tinggi. Alasan mematuhi peraturan bukan merupakan ketakutan terhadap hukuman atau kebutuhan individu, melainkan kepercayaan bahwa hukum dan aturan harus dipatuhi untuk mempertahankan tatanan dan fungsi sosial. Remaja sudah mulai memilih prinsip moral untuk hidup, individu melakukan tingkah laku moral yang dikemukakan oleh tanggung jawab batin sendiri. Remaja mulai menyadari bahwa keyakinan religius penting bagi mereka, nilai-nilai yang dimiliki juga akan menuntun remaja untuk menjalin hubungan sosial. Selain itu, individu juga mulai merasa bahwa hidupnya tidak akan dapat secara terus-menerus bergantung pada orang tua sehingga individu mulai memikirkan mengenai pekerjaan atau jenjang pendidikan yang lebih tinggi yang dapat dipilih untuk masa depannya. Dalam hal ini, pemaafan adalah salah satu bentuk penerimaan yang disebutkan oleh Hurlock dan harapannya pemaafan dapat menjadi solusi untuk mencapai kepuasan hidup yang tinggi pada remaja akhir.

McCullough (1999) mengemukakan bahwa memaafkan dapat dijadikan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan

dengan pihak yang menyakiti. Kenyataannya tidak semua orang bersedia memaafkan orang lain, bahkan dirinya sendiri pun sukar dimaafkan. Ketika orang lain meminta maaf, belum tentu juga seseorang dengan rela hati memaafkan. Sikap seperti itu terkadang juga terjadi di dalam hidup lingkungan pertemanan, di tengah-tengah lingkungan keluarga, orang-orang yang seharusnya terdekat di hati, orang yang seharusnya tanpa dimintapun sudah memaafkan. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengajukan pertanyaan seberapa kuat kesediaan memaafkan dari individu dan seberapa besar keterkaitannya dengan kepuasan hidup mereka.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dengan kepuasan hidup pada mahasiswa.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat secara praktis maupun secara teoritis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi sebuah penelitian yang bermanfaat sehingga berguna untuk menambah informasi dan wawasan bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu psikologi klinis dan psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi dan pemahaman bagi masyarakat terutama bagi individu tentang hubungan pemaafan dengan kepuasan hidup. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan keinginan untuk memaafkan rekan-rekan, keluarga, atau orang-orang terdekat di sekitar sehingga tercipta kebahagiaan dalam menjalani hidup.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian terkait dengan pemaafan dimulai sejak McCullough (1999) mulai melakukan penelitian tentang pemaafan dalam close relationship. Di Indonesia sendiri penelitian terkait pemaafan juga bermunculan seiring dengan mulai diminatnya psikologi positif, seperti pada Dewi (2006), Hakam dkk. (2012) dan Puri (2013). Namun beberapa penelitian ini tidak menghubungkan pemaafan dengan kepuasan hidup, sedangkan penelitian ini sendiri melihat keterkaitan forgiveness dengan perilaku agresi khususnya pada remaja yang pendekatannya menggunakan analisis kuantitatif. Dengan demikian, penelitian yang mengkaitkan antara forgiveness dengan perilaku agresi sepengetahuan peneliti belum pernah dilakukan.

Susanti (2012) melakukan penelitian dengan judul “Pemaafan dan *Psychological Wellbeing* pada Narapidana Wanita” pengumpulan data penelitian menggunakan skala pemaafan dan *psychological wellbeing* dengan hasil uji validitas skala pemaafan berkisar 0,271 sampai 0,763. Sedangkan skala *psychological wellbeing* diperoleh hasil uji validitas 0,261 hingga 0,674.

Berdasarkan uji reliabilitas diperoleh koefisien reliabilitas skala pemaafan sebesar 0,829 dan skala *psychological wellbeing* sebesar 0,817. Data berdistribusi normal dan linier dan diperoleh koefisien korelasi r sebesar 0,387 dengan taraf signifikansi 0.000 ($p < 0.001$). Kontribusi pemaafan terhadap *psychological wellbeing* sebesar 15%. Dengan demikian hipotesis yang diajukan terdapat hubungan antara pemaafan (*forgiveness*) dengan *psychological wellbeing* pada narapidana wanita diterima. Pemaafan berkaitan dengan kesejahteraan dengan cara mengubah pikiran, emosi dan perilaku yang negatif kepada respon positif.

Sementara itu Rachman (2013) melakukan penelitian kepuasan hidup dengan judul “Perbedaan Kepuasan Hidup Lansia pada Kelompok Pensiunan Dosen UNNES Anggara Kasih dan non-Anggara Kasih” hasil analisis data yang dilakukan menggunakan t-test for Equality of Means Equal variances assumed menunjukkan hasil 0,267 ($p > 0,05$). Hal ini berarti tidak ada perbedaan kepuasan hidup lansia pada pensiunan Dosen Unnes Anggara Kasih dan Non-Anggara Kasih. Kepuasan Hidup Lansia berdasarkan jenis kelamin pada kedua kelompok menunjukkan cenderung tinggi untuk jenis kelamin laki-laki yaitu 70% untuk kelompok Anggara Kasih dan 80% untuk kelompok Non-Anggara Kasih. Sedangkan berdasarkan usia kepuasan hidup lansia pada kedua kelompok menunjukkan cenderung tinggi pada usia 60-74 tahun yaitu 90% untuk Kelompok Anggara Kasih dan 93,33% untuk kelompok Non-Anggara Kasih.

Adapun Rinasti (2012) melakukan penelitian dengan judul "Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan *Subjective Well-being* pada Remaja Awal" penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara tingkat religiusitas dengan *subjective well being* pada remaja awal. Penelitian ini menggunakan skala religiusitas dan skala pembentuk *subjective well being*, yaitu skala kepuasan hidup (*Satisfaction With Life Scale*) dan skala afek positif afek negatif (*Positif Affect Negative Affect Schedule*) dengan bentuk skala Likert. Koefisien korelasi antara tingkat religiusitas dengan *subjective wellbeing* sebesar 0,274 dengan taraf signifikansi sebesar 0,006 ($p \leq 0,01$). Skala SWLS dengan mean empirik 5,66, skala PAS dengan mean empirik 37,20, skala NAS dengan mean empirik 21,96 dan skala religiusitas dengan mean empirik 96,43. Masing-masing dari hasil tersebut, terlihat adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara tingkat religiusitas dengan *positive affect* (PAS), dan tidak ada hubungan antara tingkat religiusitas dengan *negative affect* (NAS) maupun *life satisfaction* (SWLS). Berdasarkan beberapa penelitian di atas peneliti menjabarkan beberapa perbandingan sebagai berikut:

1. Keaslian Topik

Penelitian ini menggunakan topik tentang hubungan pemaafan dengan kepuasan hidup. Topik penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2012), yaitu mengangkat topik tentang pemaafan dan *psychological wellbeing* pada narapidana wanita.

2. Keaslian Teori

Teori pemaafan yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah teori dari McCullough. Teori ini sama dengan teori yang digunakan pada penelitian Susanti (2012) dan Rachman (2013). Adapun teori kepuasan hidup yang menjadi acuan peneliti adalah teori Diener.

