

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. *Forgiveness*

a. Pengertian *Forgiveness*

Setiap perjalanan perkembangan hidup manusia pasti terdapat banyak sekali pengalaman baik yang menyenangkan ataupun yang menyedihkan. Dalam hal tersebut banyak sekali hal hal yang dapat mengubah emosi negatif dalam diri seperti marah, dendam, dan kecewa. Ketika setiap individu merasakan emosi negatif tersebut muncullah kebutuhan bagi individu yang terluka batinnya (korban) untuk menyembuhkan luka dalam dirinya. Salah satu cara dalam mengatasi hal ini adalah dengan pemberian maaf atau dapat disebut juga *forgiveness*.¹⁹ *Forgiveness* muncul dan dapat terjadi ketika seseorang mempunyai kemampuan dan kesiapan untuk memaafkan orang lain yang dapat menimbulkan emosi negatif tersebut dan berdampak menurunkan emosi negatif agar diri menjadi lebih tenang dan damai. Ketika seseorang yang tersakiti tidak dapat menurunkan maupun mengontrol emosi negatifnya, maka yang muncul adalah dendam.²⁰

Orang yang telah memberikan maaf kepada orang lain akan mempengaruhi kesehatan mental, membuat emosi positif muncul dan

¹⁹ Ibid

²⁰ Nashori, F. "Psikologi Pemaafan" (Yogyakarta: Safiria Insania Press,2014), hlm. 45-46

penurunan kesedihan. Banyak faktor yang mempengaruhi keputusan untuk memaafkan, seperti penerimaan permintaan maaf atau pengakuan, yang menjadi titik beratnya seseorang dalam memberikan maaf salah satunya adalah niat dari pelaku, tingkat pemberian luka atau pelanggaran yang dirasakan, penerimaan permintaan maaf atau pengakuan, dan empati untuk pelaku.²¹

Definisi *forgiveness* ditemukan mempunyai perbedaan antar peneliti pada bidang *forgiveness*. *Forgiveness* mencakup harapan individu untuk melepaskan kebencian, evaluasi negatif, dan sikap acuh tidak acuh terhadap orang yg menyakiti, sehingga terbentuk dorongan berupa afeksi, kemurahan hati dan cinta terhadap orang yg menyakiti. *Forgiveness* artinya respon individu terhadap peristiwa menyakitkan dan hanya terjadi antar manusia, bukan antar manusia serta alam. Peneliti lain dibidang *forgiveness* mendefinisikan *forgiveness* sebagai proses mengurangi kebencian berdasarkan di emosi, motivasi, dan kognisi dan menjadi peningkatan emosi positif serta perspektif seperti ikut merasakan, asa, dan kasih sayang.²²

b. Faktor yang mempengaruhi pemberian *forgiveness*

- (1) Proses kognitif serta emosional yang meliputi ikut merasakan, dimana waktu individu mempunyai empati terhadap pasangan yg sudah menyakitinya, maka akan memunculkan harapan buat menolong yang lalu mengarahkan individu buat memaafkan pasangannya. Proses pemaafan berkaitan erat dengan adanya empati korban terhadap

²¹Ibid, 6

²² Freedman Suzanne, Enright Robert. "*Forgiveness As An Intervention With Incest Survivors*." (Consulting And Clinical Psychology: 1998), hlm. 102

pasangannya. ikut merasakan merupakan fasilitator primer yg mengakibatkan seorang dapat memberikan maaf,²³

- (2) Religiusitas, yaitu saat seseorang menjadikan tingkah laku sebagai dasar kehidupan sehari-hari dalam beragama dan dapat memberikan pemaafan
- (3) Empati, merupakan kemampuan dalam merasakan perasaan dan pengalaman orang lain menggunakan hati dan akal pikirannya.
- (4) Kemarahan, yaitu emosi yang bersifat negatif dan sering membuat seseorang untuk tidak memberikan maaf kepada orang lain.
- (5) Kualitas hubungan interpersonal, seseorang yang memiliki hubungan romantik akan lebih mudah dan bersedia memaafkan orang yang telah menyakitinya karena memiliki hubungan interpersonal yang kuat dengan orang yang telah menyakitinya.
- (6) Tingkat luka yang diberikan, semakin besar luka yang diberikan dan dihasilkan, maka kemungkinan besar juga semakin sulit seseorang dalam memberikan maaf.
- (7) Permintaan maaf, merupakan stimulasi emosi dalam diri seseorang yang terluka dan dapat menimbulkan empati kepada pelaku sehingga dapat memberikan maaf.²⁴

²³ McCullough Michael, *“Psychology Of Forgiveness”* (Oxford University Press, 2001), hlm. 78

²⁴ Worthington Everett L. *“Forgiving And Reconciling”* (IVP Book: 2003), hlm. 213

c. Aspek-aspek *Forgiveness*

Aspek-aspek pemaafan (*forgiveness*) pada diri seseorang terdiri dari 3 macam yaitu:

(1) *Avoidance Motivation* / motivasi menghindar

Semakin berkurangnya motivasi seseorang yang menjadi korban atau orang yang disakiti untuk menghindari pelaku yang telah menyakitinya. Membuang keinginan untuk menjaga jarak dengan seseorang yang sudah menyakitinya.

(2) *Revenge Motivation* / motivasi membalas dendam

Semakin berkurangnya motivasi seseorang untuk membalaskan dendamnya yang berhubungan dengan orang yang telah menyakitinya.

(3) *Benevolence Motivation* / motivasi mendekat

Semakin mendapatkan motivasi dengan nilai – nilai baik dalam dirinya dan berkeinginan untuk dapat berdamai dengan pelaku atau orang yang telah menyakitinya walaupun pelanggaran atau hal yang menyakitinya termasuk tindakan yang sangat fatal bagi korban. Keinginan untuk berdamai dengan pelaku dengan melihat sisi *well being* seseorang yang telah menyakitinya.²⁵

2. *Inner Child*

a. Pengertian *Inner Child*

Menurut Ikhsan Bella Persada M.Psi seorang psikolog *inner child* dapat mengalami luka dan dapat terbuka kembali ketika luka tersebut tidak diatasi dengan sesegera mungkin dan dapat menimbulkan berbagai masalah

²⁵ Ibid. 106

pada kemudian hari. Tercermin pada tingkat perceraian dalam sebuah pernikahan. Permasalahan ini harus diatur dan diperbaiki sejak dini sebelum hal-hal tersebut menjadi dendam yang terpendam sejak lama. Istilah luka batin menjadi hal yang sangat populer yang menjadi dasar dari banyak permasalahan yang timbul.

Dalam ruang lingkup psikologi, ada beberapa istilah yang sangat dekat dan akrab dengan luka batin seperti trauma, *primal wound*, *unfinished business*, dan lainnya. Jadi *inner child* yaitu kumpulan dari banyaknya peristiwa yang terjadi pada masa kecil baik itu peristiwa yang menimbulkan kesan baik maupun yang menimbulkan kesan buruk yang berdampak pada kepribadian anak kedepannya sehingga menyebabkan luka batin yang sebenarnya tidak banyak orang sadari dalam dirinya masing – masing.²⁶

Kejadian yang terjadi pada masa lalu akan mempengaruhi kedepannya, hal ini dapat dipicu oleh orang-orang yang berbeda. Adanya *inner child*. Adanya *inner child* tidak hanya menjadi indikator yang sudah terjadi pada masa yang lalu saja, namun *inner child* dapat muncul karena untuk menyeimbangkan, menjadi bahan evaluasi untuk diri sendiri, dan mengatur bagaimana diri kita memaknai sesuatu hal yang terjadi dalam diri sendiri. *Inner child* merupakan kumpulan dari peristiwa baik ataupun peristiwa buruk yang dialami pada masa anak – anak dan dapat membentuk kepribadian yang terbentuk hingga dewasa. Peristiwa pada masa lalu itu akan tertanam dan tertancap di dalam alam bawah sadar hingga tumbuh dewasa, tersimpan dalam *long term memory*. Sehingga *inner child* akan

²⁶ Donald A. Price, 1996. “*Inner Child Work: What Is Really Happening?*” (Scholars Bank University Of Oregon, Vol. 9, No. 1). hlm. 68.

mempengaruhi kepribadian seseorang pada masa dewasa serta cara seseorang menyikapi suatu hal dalam kehidupannya.

b. Ciri-ciri *inner child* yang terluka

Ada beberapa tanda *inner child* terluka, diantaranya yaitu:

- 1) Rendahnya sebuah harga diri seseorang
- 2) Suasana hati seseorang yang tidak stabil
- 3) Cenderung sering merasa emosional dan suka memiliki masalah dengan orang lain
- 4) Kurang bisa membedakan hal yang bersifat serius dan bercanda
- 5) Memiliki masalah identitas diri
- 6) Menjadi seorang yang memiliki sifat pemberontak atau penindas
- 7) Memiliki masalah terhadap komitmen
- 8) Kurang percaya terhadap diri sendiri dan mudah curiga terhadap orang lain
- 9) Kebohongan yang berlebihan
- 10) Menjadi sosok yang kompetitif tinggi dan tidak mau kalah,
- 11) Kurangnya teman dekat
- 12) Berperilaku obsesif, pasif, ataupun memiliki sifat yang agresif
- 13) Merasa dirinya ada yang salah, dan sering merasa bersalah jika memberi batasan dirinya terhadap orang lain
- 14) Selalu mengusahakan agar bisa menyenangkan dan memuaskan orang lain
- 15) Susah dan takut jika di tinggalkan
- 16) Susah untuk move on dari orang yang menyakitinya
- 17) Sering merasa cemas apabila dihadapkan oleh sesuatu yang baru

- 18) Selalu berusaha untuk menjadi yang paling depan dan yang terbaik
- 19) Memiliki sifat perfeksionis
- 20) Merasa kesulitan untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang ada
- 21) Sering sekali mengkritik diri sendiri
- 22) Tidak bisa mengungkapkan perasaannya sendiri
- 23) Merasa malu dengan dirinya sendiri baik secara fisik maupun psikisnya
- 24) Selalu berusaha untuk menghindari konflik dalam bentuk apapun²⁷

3. Kesiapan Menikah

a. Pengertian Kesiapan Menikah

Kesiapan menikah merupakan pemikiran seseorang yang sudah memiliki kesiapan dalam menjalankan peran serta tuntutan dalam kehidupan pernikahan. Di Dalam Al-Qur'an sudah dijelaskan bahwa setiap manusia di bumi sudah diciptakan berpasangan seperti dalam ayat yang berbunyi:

إِلَيْهَا لِنَسْكُنُوا أَزْوَاجًا أَنْفُسِكُمْ مِنْ لَكُمْ خَلَقَ أَنْ آيَاتِهِ وَمِنْ
لِقَوْمٍ لآيَاتٍ ذَلِكَ فِي إِنَّ ۖ وَرَحْمَةً مَوَدَّةً بَيْنَكُمْ وَجَعَلَ
يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: "Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan diantaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir."²⁸

Berdasarkan ayat diatas dapat dimaknai yaitu (Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan pasang-pasangan dari jenis

²⁷ Ibid.

²⁸ QS. Ar Rum (30:21)

kalian sendiri) yaitu Siti Hawa tercipta dari tulang rusuk Nabi Adam sedangkan manusia yang lainnya tercipta dari air mani laki-laki dan perempuan (supaya kalian cenderung dan merasa tenteram kepadanya) supaya kalian merasa betah dengannya (dan dijadikan-Nya di antara kamu sekalian) semuanya (rasa kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu) hal yang telah disebutkan itu (benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir) yakni yang memikirkan tentang ciptaan Allah swt.²⁹

Dalam menuju ke jenjang pernikahan sangat diperlukan kesiapan dalam menikah. Melihatnya dari berbagai aspek mulai dari pemilihan pasangan untuk dijadikan suami atau istri dan proses dalam perkembangan serta mempertahankan hubungan. Perubahan dari masa ke masa menyebabkan kesiapan menikah pada masa ahli mendefinisikan dan saat ini belum tentu sesuai dan sama. Karena kesiapan menikah yang dibutuhkan para calon pasangan suami istri tentunya berbeda. Kesiapan menikah dapat menentukan salah satu faktor yang dapat mengurangi resiko terjadinya perpisahan atau perceraian dalam hubungan suami istri dan dapat menyebabkan tercapainya kepuasan dan kesejahteraan dalam hubungan pernikahan.³⁰ Rasulullah Shallallahu Alaihi wasallam bersabda "Apabila seorang hamba menikah maka telah sempurna separuh agamanya, maka takutlah kepada Allah SWT untuk separuh sisanya".³¹

b. Faktor Kesiapan Menikah

²⁹ Jalaluddin AL-Mahali. "Tafsir al-jalalain" (880 H), hlm. 97.

³⁰ Sari, Fitri, And Euis Sunarti. "Kesiapan Menikah Pada Dewasa Muda Dan Pengaruhnya Terhadap Usia Menikah"(Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen 6.3: 2013), hlm.150

³¹ HR. Al Baihaqi Dalam Syu'abul Iman

Dalam menjalin kehidupan pernikahan memiliki beberapa pengaruh persepsi dalam kesiapan menikah yaitu:

1) Kemampuan empati

Mengetahui apa yang sedang dibutuhkan orang lain, bersedia untuk berkorban demi orang lain tanpa meminta balasan, mengetahui alasan penyebab timbulnya suatu perasaan, mampu membedakan perasaan yang sedang dirasakan dalam dirinya, dan tidak memotong atau menyela pembicaraan orang lain. Dalam hal sifat ini dapat berupa tidak suka dalam membesarkan masalah yang kecil, tidak memiliki sifat pendendam, tidak melampiaskan amarahnya jika merasa marah ke orang terdekat, tahu kelebihan dan kekurangan dalam dirinya sendiri, tidak mengeluarkan kata-kata kasar ketika marah, dan tidak minum-minuman beralkohol. Seseorang yang dapat mengelola emosi dengan baik dapat dikatakan sudah cukup dewasa dan memiliki kesiapan untuk menikah.

2) Keterampilan sosial

Dapat bekerja dalam tim karena akan menjalin hubungan bersama dalam pernikahan tidak dapat berjalan sendiri sendiri tetapi harus selalu beriringan, mudah bergaul dengan lingkungan sekitar baik lingkungan pasangan atau lingkungan dimana akan adanya tempat tinggal baru, senang dalam mengikuti kegiatan yang ada di masyarakat, berusaha menyelesaikan masalah dengan baik tidak lari dari masalah serta menanggapi masalah dengan sabar. Proses dalam berinteraksi dengan pasangan, kualitas menjalin komunikasi dan juga kesamaan pandangan serta pola pikir terhadap pasangan

3) Kesiapan dan Kematangan usia

Kesiapan seseorang dalam menjalin hubungan jangka panjang atau disebut dengan perkawinan tidak dapat dipatok atau diukur dengan usia. Kematangan usia normalnya antara laki – laki dan perempuan berbeda, perempuan cenderung lebih cepat dewasa dan lebih siap menikah, berbeda dengan kematangan usia laki – laki lebih lambat. Normalnya untuk laki laki berkisar antara 25 tahun keatas sedangkan perempuan 20 tahun keatas sudah memiliki kesiapan menikah³²

4) Kesiapan finansial

Seseorang yang memiliki pekerjaan, mempunyai tabungan untuk jangka panjang dan masa depan, mencari informasi tentang cara berumah tangga yang baik, memiliki tempat tinggal yang berbeda terpisah dari orang tua, dan tidak berketergantungan hidup dengan orang tua.

5) Kesiapan seksual

Salah satu tujuan menikah adalah untuk memenuhi kebutuhan seksual yang sah dan juga diberkahi oleh Allah, untuk melestarikan keturunannya juga. Untuk itu diperlukan wanita yang sudah siap dan mampu untuk hamil, laki-laki yang sudah siap untuk membuahi, siap untuk melakukan hubungan seksual.³³

6) Kemampuan komunikasi

³² Hurlock, Elisabeth. “Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan” (Erlangga:2002), hlm. 248

³³ Mustika, R. I. “Hubungan Antara Komunikasi Pranikah Dan Dukungan Sosial Dengan Kesiapan Menikah” (Doctoral Dissertation, University Of Muhammadiyah Malang: 2018), hlm. 45.

Menjalani hubungan pernikahan akan menjalin hubungan bersama antara 2 insan yang akan berjalan langsung terus menerus untuk hidup bersama, untuk itu perlu kemampuan menjadi seorang pendengar yang baik, mampu mendengar dan memahami orang lain, memberi saran atau kritikan dengan cara yang sesuai tidak menyakiti orang lain, dan memberikan respon positif saat sedang berkomunikasi.

7) Kesiapan peran

Dalam rumah tangga tidak jauh dari peran yang seharusnya saling melengkapi, yaitu peran dan tugas seorang suami dan istri, harus paham setiap apapun yang harus dikerjakannya dan harus bersedia saling ada dan saling membantu, mampu mengambil keputusan secara bersama tidak mengambil keputusan sendiri.

B. Variabel Penelitian

Adapun variabel yang saling berkaitan di dalam penelitian ini, yaitu:

1. Variabel *Independen* atau Variabel Bebas (X)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi perubahan atau munculnya variabel *dependen* (Terikat).³⁴ Variabel bebas yang ada di dalam penelitian ini adalah *Forgiveness the Inner Child*.

2. Variabel *Dependent* atau Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat yaitu variabel yang sedang dipengaruhi atau sebagai dampak akibat yang ditimbulkan oleh variabel bebas.³⁵ Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kesiapan menikah.

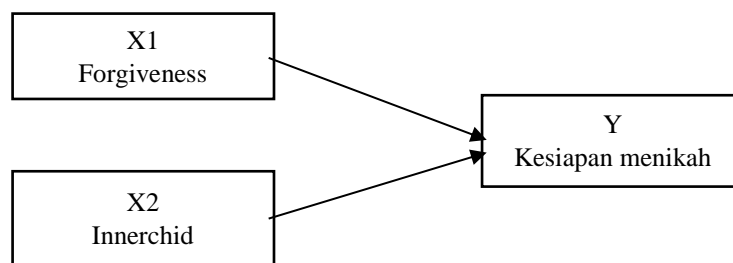
C. Kerangka Teoritis

³⁴ Saifuddin Azwar, "Metode Penelitian" (Pustaka Pelajar: Yogyakarta, 2011), hlm. 61-62.

³⁵ Ibid.

Kerangka teoritis merupakan model dari konseptual tentang bagaimana antar teori saling berhubungan dengan faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang akan diteliti.³⁶ Berdasarkan tujuan penelitian serta kajian teori yang telah dipaparkan di atas, maka akan diurai menjadi kerangka teoritis dari penelitian Pengaruh *forgiveness the inner child* terhadap kesiapan menikah pasangan calon suami istri pada komunitas whatsapp whatsapp kajian pranikah di kota Kediri. Kerangka teoritis pada penelitian ini sebagai berikut:

Bagan 2.1 Kerangka Teoritis



Keterangan:

—————> Berpengaruh

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara dari beberapa rumusan masalah yang telah disusun sebelumnya, dimana rumusan masalah yang telah dituliskan dalam bentuk pertanyaan dan jawaban yang akan diberikan secara relevan berdasarkan kajian teoritis. Sehingga hipotesis merupakan jawaban teoritis pada rumusan masalah dalam penelitian yang belum merupakan jawaban yang empirik.³⁷

³⁶ Sugiyono, "Cara Mudah Menyusun: Skripsi, Tesis Dan Disertasi", (Bandung : Alfabeta, 2016), hlm. 95

³⁷ Sugiyono, 2019, "Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D" (Bandung : Alfabeta), hlm. 99-100

Ha: terdapat pengaruh antara *Forgiveness the inner child* terhadap kesiapan menikah pasangan calon suami istri pada komunitas whatsapp whatsapp kajian pranikah di kota Kediri

Ho: tidak terdapat pengaruh antara *Forgiveness the inner child* terhadap kesiapan menikah pasangan calon suami istri pada komunitas whatsapp whatsapp kajian pranikah di kota Kediri