

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pemaafan (*Forgiveness*)

1. Pengertian pemaafan

Pengertian pemaafan adalah sebuah kuasa untuk memperbesar kapasitas emosi dan memperkaya kekayaan spiritual dan juga mental. Dengan memaafkan berarti telah memberikan suatu kesempatan kepada diri sendiri untuk menghapus rasa kesal dan dendam terhadap orang lain. Sehingga perasaan marah dan tekanan-tekanan terhadap orang lain memudar. Karena secara ilmiah, memaafkan kesalahan orang lain dapat bermanfaat baik bagi kesehatan fisik maupun mental. Sedangkan secara sosial, memaafkan orang lain merupakan sebuah wujud dari kebesaran jiwa dan perilaku yang dianggap baik.⁹

2. Faktor-faktor yang menyebabkan pemberian maaf (*interpersonal forgiving*)

Menurut beberapa penelitian, dapat mengategorikan faktor-faktor penyebab pemaafan menjadi dua, diantaranya yaitu ;

a) Faktor personal

Faktor personal atau faktor-faktor internal ini yang ada dalam diri korban. Dimana faktor ini termasuk pada faktor afektif-kognitif, kepribadian dan norma atau pada nilai yang pada diri korban tersebut.

⁹ Lailatul Nuronyah, *The Power Of Forgiveness*, (Harfeey;Yogjakarta), April, 2013, Hal. 19.

b) Faktor situasional

Faktor situasional atau faktor-faktor di luar dari diri si korban. Dimana kondisi situasi saat serangan itu terjadi, sifat serangan (apakah berat atau ringan, di luar kendali pelaku atau tidak) dan perilaku pelaku tersebut seperti menunjukkan sebuah penyesalan, meminta maaf.¹⁰

3. Aspek-aspek pemaafan

Menurut Enright, orang memaafkan karena ada beberapa aspek, diantaranya yaitu :

- 1) Merubah pikiran destruktif menjadi pikiran yang lebih jernih dan sehat.
- 2) Ingin bertindak lebih beradab kepada seseorang yang telah menyakiti.
- 3) Membantu untuk berinteraksi lebih baik dengan orang lain.
- 4) Dapat memperbaiki atau meningkatkan hubungan dengan seseorang yang telah menyakiti.¹¹

4. Dimensi Pemaafan

Menurut Baumister, Exline, & Sommer, ia mengatakan bahwa ada 2 dimensi dalam pemaafan (*forgiveness*) diantaranya yaitu:

¹⁰ Tri Dayakisni, Hudaniah, Psikologi Sosial, (UMMPress;Malang), 2015, Hal.178.

¹¹ Tri Dayakisni, Hudaniah, *Psikologi Sosial*, (UMMPress;Malang), September, 2015, Hal. 176.

a) Dimensi Intrapsikis

Dimana dimensi ini melibatkan adanya keadaan dan proses atau terjadi dalam diri seseorang yang telah disakiti baik itu secara emosional, pikiran dan perilaku yang dapat menyertainya.

b) Dimensi Interpersonal

Pada dimensi ini, merupakan sebagai suatu tindakan sosial yang dapat melibatkan orang lain misalnya, keluarga, teman, dan juga rekan kerja dan lainnya.¹²

Dari dua dimensi pemaafan diatas, keduanya saling berinteraksi pada kondisi sosial seorang dimana forgiveness bisa untuk dipahami sebagai pada kondisi yang pernah dialami oleh seseorang yang telah disakiti atau menjadi salah satu korban ataupun dari korban dan pelaku yang bersangkutan.

5. Langkah-langkah untuk memaafkan orang lain

Ada beberapa cara untuk dapat memaafkan orang lain, berikut ini adalah langkah-langkahnya, yaitu :

a. Membayangkan sebuah pengampunan

Jika memaafkan orang lain, kehidupan kita akan menjadi lebih tenang. Tidak ada rasa dendam yang terus membakar hati. Dan yang terpenting adalah kita juga akan mendapatkan pengampunan dari orang lain, dan terutama pengampunan dari Tuhan.

¹² Ika Wahyu Pratiwi, Dinamika *Forgiveness* Pada Anak Korban Perceraian, Jurnal P3SDM, Vol. 8, No. 2, 2019.

b. Menerima situasi

Harus mengerti, jika apa yang telah terjadi di masa lalu tidak bisa di ubah lagi, jadi terimalah fakta tersebut.

c. Belajar dari pengalaman

Harus mempelajari sesuatu dari ketidak beruntungan diri dan bukan meratapi nasib yang telah dirugikan. Dan berjanji kepada diri sendiri untuk melepaskan diri dari situasi di mana emosi menjadi buruk dan tidak terkendali tetapi juga untuk mencegah dan menghindari situasi yang sama ke depannya.

d. Memberikan kesempatan untuk memaafkan

Harus membiasakan diri untuk memaafkan orang lain sebelum berada dalam suatu posisi yang sebaliknya.¹³

6. Manfaat memaafkan orang lain

Suatu perasaan benci yang kronis pada dasarnya akan mempunyai efek melemahkan seseorang. Dimana akan dapat menimbulkan kemarahan, rasa bersalah, permusuhan, dan terluka dari waktu ke waktu. Tetapi dalam belajar untuk memaafkan dapat memberikan manfaat yang banyak, diantaranya yaitu :

- a. Kemarahan akan mudah meredah
- b. Dapat mengurangi stress pada diri sendiri
- c. Tekanan darah jadi lebih normal
- d. Tekanan pada jantung akan menurun

¹³ Lailatul Nuroniyah, *The Power Of Forgiveness*, (Harfeey;Yogyakarta), April, 2013, Hal. 90-98.

- e. Lebih mudah bersahabat dengan siapa pun
- f. Hubungan dengan orang lain menjadi lebih sehat
- g. Meningkatkan kesehatan jiwa dan raga
- h. Memiliki keterampilan mengelola kemarahan yang lebih baik
- i. Mengurangi kecemasan dan depresi
- j. Mementingkan harga diri kita di mata orang lain
- k. Memberikan ketenangan dalam pemikiran
- l. Terpenting kita akan menjadi hamba yang disayang oleh Allah¹⁴

B. Keluarga *Broken home*

1. Pengertian *Broken home*

Broken home merupakan suatu kondisi dimana adanya perselisihan diantara keluarga terutama pada suami dan istri. Sehingga perselisihan tersebut dapat mengantarkan kepada keluarga yang tidak harmonis. *Broken home* juga dapat dikatakan sebagai hilangnya sebuah fungsi-fungsi dalam keluarga yang dapat menyebabkan rapuhnya suatu keluarga yang dapat menyebabkan rapuhnya pada suatu keluarga. Jika rasa kasih sayang dan rasa cinta mulai memudar diantara mereka maka bangunan keluarga tersebut akan melemah dan akhirnya dapat menimbulkan permasalahan yang tak kunjung selesai misalnya seperti perceraian dan poligami. Jadi, *broken home* ini dalam rumah tangga yang disebabkan oleh kedua suami istri yang mengalami berbagai masalah misalnya perbedaan

¹⁴ Lailatul Nuroniyah, *The Power Of Forgiveness* (Yogyakarta;Harfeey), 2013, Hal.37.

pendapat, tidak ada lagi kecocokan satu sama lain, berkurangnya rasa kasih sayang dan juga cinta dalam hubungan yang dijalaninya.¹⁵

2. Faktor-faktor Keluarga *Broken home*

Secara sistematis ada beberapa sebab-sebab keretakan dalam rumah tangga atau pada keluarga, diantaranya yaitu :

- a. Faktor internal, yakni adanya beban psikologis kedua orang tua ayah atau ibu yang berat (*psychological overloaded*) seperti ada tekanan ditempat kerja, keseulitan pada keuangan keluarga. Adanya tafsiran dan perlakuan terhadap perilaku marah-marahan sebagainya. Adanya kecurigaan diantara suami atau istri bahwa dari salah satu diantara mereka diduga berselingkuh dan lainnya. Adanya sikap egoistis dan kurang demokratis salah satu orang tua misalnya suka mengatur suami atau istri, adanya pemaksaan pendapat terhadap anak-anak. Merasa menjadi yang paling berkuasa (otoriter). Kurang suka berdialog atau berdiskusi tentang masalah keluarga.
- b. Faktor eksternal, yakni adanya campur tangan pihak ketiga dalam masalah keluarga terutama pada hubungan suami-isteri dalam bentuk issue-issue negatif yang dihempuskan secara sengaja atau tidak. Adanya pergaulan yang negatif pada anggota keluarga karena dalam hal ini, perilaku dari luar dapat dikembangkan atau berdampak negatif terhadap keluarga seperti halnya kecanduan narkoba, seringnya mencuri uang dan harta orang tua. Adanya berbagai

¹⁵ Dr. Rida Hesti Ratnasari, M.Si., *Broken Home : Pandangan dan Solusi Dalam Islam Mengubah Broken Home Menjadi Sweet Home*, (Amzah;Jakarta), 2018, Hal. 12.

penyakit yang diidap kepala keluarga seperti *AIDS*, kebiasaan istri yang suka menggunjing di rumah orang lain, hal tersebut akan membawa issue negatif ke dalam keluarganya. Sehingga dampaknya mungkin akan terjadi sebuah pertengkaran suami-isteri sebagai hasil dari bertandang kerumah orang lain. Kebiasaan berjudi akan berakibat kekacauan keluarga.¹⁶

3. Aspek-aspek *Broken Home*

Menurut George Levinger, ada beberapa aspek keluarga yang mengajukan permohonan cerai, diantaranya yaitu :

- a. Pasangan senantiasa mengabaikan tugas-tugasnya terhadap rumah tangga dan anak-anak.
- b. Minimnya pendapatan dalam keluarga yang berwujud pada masalah keuangan.
- c. Terjadinya penyiksaan fisik terhadap pasangannya
- d. Tidak menghargai pasangannya dengan cara berteriak dan berkata kasar yang menyebabkan sakit hati bagi yang lainnya.
- e. Tidak memiliki kesetiaan terhadap pasangannya, seperti memiliki pacar gelap atau berselingkuh.
- f. Sering cemburu dan curiga terhadap pasangannya.
- g. Kurrangnya komunikasi dengan pasangan karena sudah tidak adanya cinta dan perhatian dari satu sama lainnya.¹⁷

¹⁶ Prof. Dr. H. Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)*, (Alfabet;Bandung), 2009, Hal. 155-156.

¹⁷ Dr. H . Hendi Suhendi, M.Si., Ramdani Wahyu, S.Ag., *Pengantar Studi Sosiologi Keluarga*, (PustakaSetia;Bandung), 2001, Hal. 134-135.

4. Ciri-ciri Keluarga *Broken home*

Menurut Blair dan Joner, ada beberapa ciri-ciri keluarga *broken home* atau alasan keluarga yang melakukan perceraian, diantaranya yaitu :

- a. Pasangan senantiasa mengabaikan tugas-tugasnya terhadap rumah tangga dan anak-anak.
- b. Minimnya pendapatan dalam keluarga yang berwujud pada masalah keuangan.
- c. Terjadinya penyiksaan fisik terhadap pasangannya.
- d. Tidak menghargai pasangannya dengan cara berteriak dan berkata kasar yang menyebabkan sakit hati bagi yang lainnya.
- e. Tidak memiliki kesetiaan terhadap pasangannya, seperti memiliki pacar gelap atau perselingkuhan.
- f. Sering adanya cemburu dan curiga terhadap pasangannya.
- g. Kurang adanya komunikasi dengan pasangan karena ketiadaan cinta dan perhatian satu sama lain.
- h. Sering adanya perdebatan dan tidak ada rasa hormat.¹⁸

5. Cara mengatasi perceraian atau keluarga *Broken Home*

Dalam proses dalam pencegahan suatu perceraian dapat dilihat dari suatu pemaknaan dari sebuah perkawinan, sebagai berikut :

- 1) Tidak terlalu menekankan cinta dalam sebuah perkawinan. Artinya dimana pada dasarnya dalam mencintai seseorang tidak boleh

¹⁸ Drs. H. Hendi Suhendi, M.Si., Ramdani Wahyu, S.Ag., *Pengantar Studi Sosiologi Keluarga*, 2001, (Bandung:VCPustakaSetia), Hal.134-135.

berlebihan karena jika ekspektasi tidak sesuai dengan realitanya maka perasaan kecewa akan selalu muncul terhadap pasangan.

- 2) Memisahkan cinta dan perkawinan. Dimana cinta akan selalu berkaitan terhadap masalah suka atau tidak suka terhadap seseorang, sedangkan untuk perkawinan merupakan bagian dari luar itu. Pada dasarnya pasangan suami istri akan memisahkan cinta dan juga perkawinan karena berupaya sekuat tenaganya bahwa perkawinan hanyalah sebuah ikatan kerja antara seorang pasangan suami istri dengan statusnya yang sah. Perkawinan tersebut dapat mewujudkan ikatan kerja sama yaitu termasuk hubungan seksual, sedangkan dalam urusan cinta secara tegas dalam sebuah rangkaian kerja sama tersebut.
- 3) Masyarakat dituntut untuk mensosialisasikan pada para anggota keluarganya untuk dapat memiliki kepribadian dan juga harapan yang hampir sama bahwasannya semua perkawinan akan selalu tetap terjaga.
- 4) Kepentingan terhadap keluarga dan perkawinan adalah harus menjadi yang paling utama. Dimana perceraian tersebut bisa diterima dikalangan masyarakat, karena sebanyak mungkin kepentingan dalam kehidupan seseorang memutuskan untuk bercerai berarti mereka akan memutuskan seluruh segi kehidupannya.¹⁹

¹⁹ Dr. H. Hendi Suhendi, M. Si., Ramdani Wahyu, S. Ag., Pengantar Study Sosiologi Keluarga, (Bandung:PustakaSetia), 2001, Hal. 136-138.

6. Pengalaman psikologis anak *broken home*

Pada dasarnya perceraian merupakan sesuatu yang di takutkan oleh semua orang yang sudah berkeluarga terutama oleh seorang anak, dinamakan perceraian memiliki beberapa dampak psikologis bagi korban yang mengalaminya karena dalam hal tersebut anak sebagai salah satu korban paling utama dan paling tersakiti, menurut Nasri yang mengatakan bahwa atau remaja yang menghadapi perceraian orangtuanya akan mengalami pengalaman secara psikologis atau gejala gangguan kesehatan mental, yaitu:²⁰

- a.) Stres
- b.) Depresi
- c.) Kecemasan

7. Faktor-faktor penyebab gangguan psikologis anak *broken home*

Dampak atau faktor-faktor terjadinya penyebab gangguan psikologis pada anak akibat dari perceraian orang tua memiliki beberapa faktor, yaitu, sebagai berikut:

- a) Peran orang dewasa menjadi hilang untuk diikuti oleh anak-anaknya
- b) Hilangnya kasih sayang, rasa aman dan persahabatan²¹

²⁰ Desi Wulandri, Nailul Fauziah, Pengalaman Remaja Korban Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologi), Jurnal Empati, Vol. 8, No. 1, 2019, Hal. 2-3.

²¹ Drs. H. Hendi Suhendi, M.si, Ramdani Wahyu, S.Ag., Pengantar Pstudi Sosiologi Keluarga, (Bandung:PustakaSetia), 2001, Hal. 138-139.