

Wife's Forgiveness For Husband's Affairs (Qualitative Study of Woman as Victims of Husband's Affairs in Maumere)

Mikhael de Fretes, Maria Nona Nancy, Sitti Angraini

Universitas Nusa Nipa

defretesmikhael@yahoo.co.id

Abstrak. *The Husband's infidelity committed by causing deep psychological hurt for family members and especially for his wife . Events during the historical record as possible as part of life and difficulties and a dark phase in one's life . This study aims to know more the depth and then to describe the process of forgiveness, done by the wife whose husband is having an affair and the factors that affect forgiveness wife whose husband is having an affair . The method used is qualitative method - a case study . Subjects in this study were 3 people that the victim's wife husband 's infidelity in Maumere . The result pointed that forgiveness is a long process. The hurted wives have to for being peace with situation that affect psychological condition . The factors that motivated the forgiveness toward of the husband having an affair is empathy , atribusi against perpetrators and guilt , wounded level , and the quality of relationships . The Wife's who experienced infidelity of the husband forgivene process in accordance with the ups and downs of emotions that accompany their feelings . Subjects 1 and 2 who have been able to forgive her husband's infidelity to deepening phase . They find meaning that by forgiving they feel calm and peaceful while subjects 3rd until hallow forgiveness is able to express appoligize concret through behavior , but have not been able to feel and appreciate their forgiveness in her.*

Keywords: *Forgiveness, Infidelity, Wife*

Pendahuluan

Pada umumnya, pembentukan keluarga dimulai dari perkawinan antara laki-laki dan perempuan dewasa. Pada tahap ini, relasi yang terjadi berupa relasi antara suami dan istri. Ketika kelahiran anak, muncul bentuk relasi yang baru yaitu relasi antara orang tua dan anak. Sebagai permulaan bagi relasi yang lain, relasi suami istri memberikan landasan dan menentukan warna bagi keseluruhan relasi dalam keluarga.

Dalam kehidupan perkawinan, ketegangan maupun konflik dengan pasangan atau antara suami dan istri merupakan hal yang wajar. Di balik kebahagiaan dan kenyamanan yang diperoleh dari hubungan dengan pasangan, perkawinan juga dapat menjadi sumber stres yang luar biasa. Kegagalan pasangan untuk saling menyesuaikan diri dan memecahkan masalah-masalah secara efektif dapat memicu konflik yang berkepanjangan (Sarafino, 2006). Dalam perkawinan modern, tantangan yang dihadapi pasangan dalam menjalani perkawinan semakin besar. Kondisi perkawinan yang tidak harmonis dapat memicu terjadinya perselingkuhan dalam pernikahan.

Menurut Bird dan Melville (1994) Perselingkuhan adalah hubungan yang dilakukan oleh salah satu pasangan yang telah menikah dengan orang lain yang bukan merupakan pasangan secara resmi. Kasus perselingkuhan marak terjadi di Indonesia, dan menjadi berita utama media. Di Jakarta, sejumlah 90% angka perselingkuhan dilakukan oleh suami, dan 10% dilakukan oleh istri. Berdasarkan data statistik tahun 2005 dari direktorat jenderal pembinaan peradilan agama, menunjukkan bahwa selingkuh telah menjadi virus keluarga nomor 4 di Indonesia. Berdasarkan data terakhir dari badan peradilan mahkamah agung (MA) pada tahun 2010, perselingkuhan sudah menjadi masalah kedua setelah masalah ekonomi yang memicu perceraian. Usia rawan perselingkuhan pada kaum pria adalah 40 tahun. Banyak hal yang menjadi faktor pemicu terjadinya perselingkuhan yang sebenarnya hal tersebut merupakan indikator ketidakharmonisan dalam keluarga. Data mengenai perselingkuhan di Maumere belum diungkapkan secara statistik, namun hasil penelitian kami menemukan bahwa terdapat pasangan yang melakukan perselingkuhan. Perselingkuhan yang dilakukan suami telah memberi luka psikologis pada istri apalagi perilaku tersebut telah dilakukan lebih dari satu kali. Penelitian kami mengungkap perselingkuhan yang dilakukan oleh suami dan melihat bagaimana dinamika istri dalam melakukan proses pemaafan untuk dapat mempertahankan relasi perkawinan mereka.

McCullough dan Worthhington (dalam Soesilo, 2006), menjelaskan bahwa pemaafan adalah fenomena yang kompleks yang berhubungan dengan emosi, pikiran dan tingkah laku sehingga dampak dan penghakiman yang negatif terhadap orang yang menyakiti dapat dikurangi. Dalam pemaafan, secara emosi orang yang disakiti mengubah emosi yang negatif menjadi emosi yang positif; seluruh orientasi emosinya juga berubah. Pemaafan adalah suatu perjalanan yang sangat kompleks termasuk kemampuan untuk mengubah sistem afektif, kognitif

dan tingkah laku kita. Affinito (dalam Umbreit & Fier, 2002, h.1) mendefinisikan pemaafan sebagai memutuskan untuk tidak membalas ketidakadilan yang dirasakan, mengambil tindakan atas keputusan itu dan mengalami kelegaan emosional.

Dalam kasus perselingkuhan, ternyata masih ada istri yang mau memaafkan suaminya dan ingin kembali membangun rumah tangganya secara utuh. Peristiwa yang pernah terjadi, menjadi catatan sejarah kehidupan mungkin sebagai bagian dan fase kesulitan dan masa kelam di dalam kehidupan seseorang. Sebuah luka psikologis akan dirasakan sakit pada

Saat luka tersebut diungkap kembali. Memberi maaf identik dengan menutup luka tetapi tidak berarti melupakan bahwa luka tersebut pernah ada. Dengan ataupun tanpa memberi maaf seseorang tidak akan mudah melupakan luka hatinya, karena memberi maaf sesungguhnya tidak bertujuan melupakan luka hati melainkan memberi kesempatan baik kepada orang lain maupun kepada diri sendiri untuk membangun hubungan yang lebih serasi. Sikap tidak memaafkan biasanya mengasah tumbuhnya kemarahan dan dendam. Dengan demikian berarti secara tidak langsung, istri telah melakukan proses pemaafan.

Kajian Pustaka

Pemaafan

Enright and the Human Development Study Group, 1991 dan North, 1987 (dalam Enright, dkk, 1998, h.47) mendefinisikan bahwa pemaafan adalah kesediaan untuk meninggalkan kebencian, penilaian negatif dan perilaku acuh tak acuh atas seseorang yang melukai kita dengan mengembangkan kasih sayang, kemurahan hati bahkan cintai terhadap orang yang melukai. Fincham (1998), menjelaskan bahwa pemaafan adalah sebuah respon terhadap yang berbuat salah yang memerlukan perubahan hati di mana kemarahan, kekesalan, atau kekecewaan diubah dengan sikap dan perilaku yang baik terhadap pelaku kesalahan. Selanjutnya, McCullough & Witvliet (2002), mendefinisikan pemaafan sebagai suatu respon, sebagai suatu karakteristik pribadi dan sebagai karakteristik dari unit sosial. Sebagai suatu respon, pemaafan dimengerti sebagai suatu perubahan prososial dalam diri orang yang disakiti dalam bentuk emosi dan atau perilaku terhadap kesalahan orang yang menyakiti. Sebagai suatu karakter kepribadian, pemaafan dimengerti sebagai kecenderungan untuk memaafkan orang lain di berbagai macam situasi interpersonal dan sebagai karakteristik dari unit sosial, pemaafan dimengerti sebagai sebuah atribut yang sama dengan keintiman, kepercayaan dan komitmen.

Faturochman & Wardhati (2006), menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan adalah Empati, Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, tingkat kelukaan, karakteristik kepribadian dan kualitas hubungan

Enright & Coyle (1998) mengembangkan suatu model proses dari pemaafan. Model tersebut meliputi aspek kognitif, afektif, dan perilaku yang terjadi dalam proses memaafkan. Proses tersebut dibagi kedalam empat fase yaitu: fase membuka kembali (*uncovering phase*), fase memutuskan (*decision phase*), fase bekerja (*work phase*), dan fase pendalaman (*deepening phase*). Secara rinci Enright & Coyle (1998) menjelaskan dalam bentuk tabel:

Tabell.

UNIT	COGNITIF, BEHAVIORAL DAN AFFECTICE PHASES
1	Fase membuka kembali
2	Pemeriksaan terhadap mekanisme pertahanan diri
3	Konfrontasi dengan kemarahan; intinya adalah bukan menyembunyikannya melainkan disalurkan
4	Menerima rasa malu
5	Menyadari adanya katarsis
6	Kesadaran bahwa korban berulang kali memikirkan peristiwa yang menyakitkan
7	Menyadari akan adanya perubahan yang permanen akibat dari perbuatan menyakitkan tersebut
8	Korban menyadari bahwa pandangannya tentang keadilan telah berubah
Fase memutuskan	
9.	Perubahan dalam hati, adanya <i>insight</i> baru bahwa strategi yang lama untuk mengatasi masalahnya tidak membawa hasil yang diharapkan.
10	Keinginan untuk mempertimbangkan pemaafan sebagai suatu pilihan
11	Komitmen untuk memaafkan pelaku
Fase bekerja dalam pemaafan	

12	<i>Reframing</i> , mulai mengambil peran, dengan pemaknaan terhadap peristiwa menyakitkan yang dialami dengan memposisikan dirinya yang telah menyakiti
13	Mengembangkan empati terhadap pelaku
14	Penerimaan terhadap luka (peristiwa yang menyakitkan) yang dialami
15	Pemaafan sebagai hadiah moral bagi pelaku
Fase pendalaman	
16	Menemukan makna baru dalam diri dengan melakukan pemaafan
17	Menyadari bahwa dirinya memiliki kebutuhan untuk dimaafkan pada masa yang lalu
18	Menyadari bahwa dirinya tidak sendiri
19	Penemuan tujuan hidup yang baru karena peristiwa ini
20	Kesadaran bahwa perasaan negatif yang dimiliki digantikan dengan perasaan positif, perasaan positif tersebut membebaskan, menguntungkan bagi korban

Perselingkuhan

Menurut Ginanjar (2009), Perselingkuhan adalah suatu hubungan antara dua orang yang bukan merupakan pasangan sahnya, yang dapat terjadi baik secara emosional maupun seksual, yang dilakukan secara sembunyi-sembunyi karena merupakan perbuatan yang melanggar komitmen terhadap pasangan sebenarnya.

Faktor Penyebab Perselingkuhan

Faktor Internal: Konflik dalam perkawinan secara terus menerus disebabkan oleh perbedaan latar belakang pendidikan; perkembangan kepribadian, subkultur, serta pola hidup, yang menyebabkan ketidakserasian relasi antarpasangan; Kekecewaan dengan adanya perbedaan: sifat yang berbeda, cara berkomunikasi berbeda; Ketidakpuasan dalam kehidupan seksual oleh disfungsi seksual atau penyimpangan perilaku seksual lainnya; Problema finansial; Persaingan antarpasangan baik dalam karier dan perolehan penghasilan.

Faktor Eksternal: Lingkungan pergaulan yang mendorong seseorang untuk mengambil keputusan berselingkuh,; Kedekatan dengan teman lain jenis ditempat kerja yang berawal dari saling mencurahkan kesusahan dan kekecewaan dalam rumah tangga, membentuk kedekatan emosi dan berlanjut dengan kontak fisik intim; Godaan erotis-seksual dari berbagai pihak, rekan kerja dan teman dengan motif tertentu.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan adalah metode kualitatif – studi kasus. Teknik pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang yaitu para istri korban perselingkuhan suami di Maumere dengan karakteristik istri yang pernah mengalami perselingkuhan suami, istri yang pernah atau sedang melakukan proses pemaafan, bersedia untuk menjadi partisipan dalam penelitian dan bersedia diwawancarai.

Hasil Dan Pembahasan

Penelitian ini melakukan wawancara terhadap 3 orang wanita korban perselingkuhan seperti kriteria yang telah ditetapkan. Adapun gambaran subyek penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 2

	Subyek 1	Subyek 2	Subyek 3
Nama	MCV	NN	SA
Umur	29	31	58
Agama	Katolik	Katolik	Islam

Hasil penelitian diuraikan berdasarkan factor penyebab dan proses pemaafan masing-masing subyek sebagai berikut

Faktor Penyebab Pemaafan

Tabel 3

Subyek 1	Keterangan
Empati	Ketika pelaku meminta maaf kepada pihak yang disakiti maka hal itu bisa membuat korban lebih berempati dan kemudian termotivasi untuk memaafkannya.
Atribusi terhadap pelaku dan	Pelaku menangis keras-keras sambil mencium ujung kaki subyek dengan

kesalahannya	mengatakan sangat-sangat menyesal, rasa bersalah yang besar, dan minta-minta maaf dan ampunan dari subyek
Tingkat kelukaan	-
Karakteristik kepribadian	Faktor ini tidak dominan pada subjek pertama.
Kualitas hubungan	Subyek memahami bahwa pemaafan dapat merekonstruksi hubungannya dengan suami. Subyek mempertahankan hubungan karena masih ada cinta dan demi masa depan anak.
Subyek 2	
keterangan	
Empati	Pelaku meminta maaf kepada korban dan memohon subyek untuk memaafkannya. Subyek luluh dan akhirnya kembali membaik.
Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya	Pelaku meminta maaf, bersumpah, tobat, dsb terhadap subyek sehingga subyek berusaha untuk memaafkan. Subyek juga berpikir bahwa pelaku akan berubah dan tidak mengulangi kejadian tersebut.
Tingkat kelukaan	Menyembunyikan luka kepada orang tua karena ingin membuktikan bahwa suaminya adalah yang terbaik baginya.
Karakteristik kepribadian	Faktor ini tidak dominan pada subjek kedua
Kualitas hubungan	Demi anak dan cinta, subyek tetap mempertahankan hubungan suami istri.
Subyek 3	
Keterangan	
Empati	Pelaku berupaya meminta maaf pada subyek, subyek merasakan apa yang dirasakan oleh suaminya.
Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya	Menurut subyek, jika suatu saat nanti ia melakukan kesalahan, pelaku juga pasti memaafkan dengan ikhlas, sehingga hidup bisa lebih tenang dan nyaman
Tingkat kelukaan	Tidak ada
Karakteristik kepribadian	Tidak ada
Kualitas hubungan	Demi anak, subyek tetap mempertahankan rumah tangganya

Proses Pemaafan

Tabel 4.

Subyek 1	Keterangan
Fase Membuka Kembali	subyek mengingat kembali kejadian yang pernah dia alami dulu ketika suaminya berselingkuh dengan sesama jenis, mengingat kembali saat suaminya tidak mengakui perbuatannya. Subyek marah dan kecewa namun karena ingin berdamai, subyek menyalurkan kemarahan dengan menceritakan kepada keluarga pelaku sehingga bisa dimediasi oleh keluarga. subyek meyakini bahwa suaminya akan berubah, subyek yakin suaminya juga mencintainya.
Fase Memustuskan	Pelaku meminta maaf, menyesali perbuatannya. Subyek menyadari bahwa kemarahan tidak menyelesaikan masalah. Subyek berupaya menyelesaikan masalah dengan mencari tahu sendiri kapan, dimana dan mengapa terjadinya perselingkuhan hingga subyek berupaya untuk menyelesaikan peristiwa menyakitkan itu bersama keluarga.
Fase Bekerja dalam Pemaafan	Subyek menyadari bahwa ia perlu memaafkan suaminya agar hubungannya kembali harmonis. Penerimaan terhadap luka (peristiwa yang menyakitkan) yang dialami.
Fase Pendalaman	Karena suami berjanji bahwa tidak akan mengulangi perbuatan dan atas komitmen bersama, subyek merasa tenang. Subyek lega telah memaafkan suaminya. Ketika mengingat-ingat masa lalu, subyek merasa bahwa itu adalah tantangan dalam pernikahan mereka. Subyek senang karena hubungan bersama suami telah membaik. Mereka berkomitmen untuk saling menjaga kepercayaan.
Subyek 2	
Keterangan	
Fase Membuka Kembali	Pemeriksaan terhadap mekanisme pertahanan diri ; subyek mengingat kembali kejadian yang pernah dia alami dulu ketika suaminya berselingkuh, mengingat kembali saat seorang wanita menggugat suaminya ketika usia pernikahan baru berumur kira-kira 2 minggu. Korban berulang kali memikirkan peristiwa perselingkuhan kemudian membandingkan diri dengan pelaku yaitu berpikir bahwa perbuatan suaminya adalah karena pembalasan atas apa yang dilakukan oleh korban. Menyadari adanya katarsis, pura-pura bahagia dan tetap melayani suami walaupun hatinya sakit. Korban meyakini bahwa pelaku akan berubah

Fase Memustuskan		Pelaku meminta maaf, subyek berpikir bahwa semua dapat diperbaiki dan subyek masih mencintai suaminya dan pandangannya tentang arti dari pernikahan adalah untuk kebahagiaan. Subyek merasakan adanya keinginan untuk mempertimbangkan pemaafan sebagai suatu pilihan. Jika mengingat kejadian perselingkuhan, subyek langsung berdoa, sehingga tidak membuatnya terluka dan berpikiran negative. Hal ini menunjukkan adanya komitmen subyek untuk memaafkan pelaku
Fase Bekerja Pemaafan	dalam	Subyek meyakini bahwa pelaku pasti berubah. Jika mengingat peristiwa yang menyakitkan, langsung berdoa dan meyakini bahwa semua pasti akan berlalu, penerimaan terhadap luka yang dialami. ada harapan untuk memperbaiki dan memaknai peristiwa menyakitkan yang dialami dengan memposisikan dirinya yang telah menyakiti.
Fase Pendalaman		Tidak ada lagi pertengkaran, pelaku dan korban berupaya memperbaiki rumah tangga. Mereka menyadari bahwa peristiwa yang menyakitkan hanyalah sebuah masa lalu. Subyek menemukan makna baru dalam diri yaitu melalui peristiwa yang menyakitkan subyek menjadi sangat mengenal suami, dan belajar untuk berkomunikasi lebih baik dengan suami. Subyek merasa tenang dan ikhlas melepas masa lalu.
Subyek 3		
Keterangan		
Fase Membuka Kembali		subyek mengingat kembali kejadian yang pernah dia alami dulu ketika suaminya menikah lagi dengan sahabat karibnya, betapa sakit hati membuka luka lama yang berusaha dia tutup tutupi selama ini karena dia berusaha baik terhadap suami tetapi dia tidak bisa memaafkan suami maupun sahabat karibnya.
Fase Memustuskan		Subyek merasa harus mengambil suatu keputusan untuk mempertahankan keharmonisan rumah tangga yang sudah lama berjalan kaku, Berjanji kepada diri sendiri untuk memaafkan suaminya untuk kehidupan yang lebih baik.
Fase Bekerja Pemaafan	dalam	Subyek merasa perlu memaafkan suami, karena apabila subyek melakukan suatu kesalahan akan mudah juga dimaafkan oleh suaminya, Subyek membandingkan jika dirinya berada di posisi pelaku.
Fase Pendalaman		-

Perselingkuhan yang dilakukan oleh suami dari subyek 1 adalah perselingkuhan dengan sesama jenis. Suami subyek 1 menyukai seorang laki-laki dan membina hubungan selama kurang lebih 6 bulan. Berbeda dengan subyek 1, suami subyek 2 melakukan perselingkuhan dengan banyak wanita dan diketahui istrinya sebanyak 3 kali. Hal ini dilakukannya sejak ia dan subyek belum menikah secara sah. Pada subyek yang ke-3, perselingkuhan yang dilakukan adalah perselingkuhan terhadap sahabat dari subyek sendiri. Subyek baru mengetahuinya setelah suaminya memberitahu bahwa telah menikahi sahabat dari subyek.

Istri yang mengalami perselingkuhan, tentunya mengalami luka psikologis yang dalam. Banyak faktor yang mempengaruhi seseorang terutama istri untuk memaafkan suaminya yang berselingkuh. Proses pemaafan akan terlihat berbeda-beda pada masing-masing individu karena perbedaan nilai, budaya, agama maupun lingkungan dan kepribadian. Wardhati & Faturachman (2006) menjelaskan bahwa pemaafan yang dilakukan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu empati, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, Tingkat kelukaan, Karakteristik kepribadian dan kualitas hubungan. Subyek 1, dan 2 mau memberi maaf untuk suaminya yang berselingkuh karena suaminya meminta maaf kepadanya secara berulang-ulang. Pelaku menyesali perbuatan mereka dan merasa bersalah. Adanya permintaan maaf suami diiringi dengan perubahan perilaku adalah hal yang mendorong korban melakukan pemaafan. Secara teoritis, McCullough dkk, (1997) menjelaskan Ketika pelaku meminta maaf kepada pihak yang disakiti maka hal itu bisa membuat korban lebih berempati dan kemudian termotivasi untuk memaafkannya.

Faktor yang juga mendorong adanya pemaafan dari istri adalah Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya. Baik subyek 1 maupun 2 meyakini bahwa pelaku akan berubah dan tidak mengulang peristiwa yang menyakitkan tersebut. Subyek 3 berupaya melakukan pemaafan karena subyek meyakini bahwa jika suatu saat nanti ia melakukan kesalahan, pelaku juga pasti memaafkan dengan ikhlas. (Takaku, 2001) menyatakan bahwa Perubahan penilaian terhadap peristiwa yang menyakitkan ini memberikan reaksi emosi positif yang kemudian akan memunculkan pemberian maaf terhadap pelaku

Widyarini (2009,h.24) menyatakan bahwa memaafkan merupakan pertanda *self esteem* positif meskipun memerlukan kerja keras sebelum akhirnya dapat dicapai. Baik subyek 1 maupun subyek 2 memiliki karakteristik

yang cukup fleksibel. Karakter yang hangat, kooperatif, tidak mementingkan diri, menyenangkan, jujur, dermawan, sopan dan fleksibel juga cenderung menjadi empatik dan bersahabat. Walaupun faktor ini tidak dominan, tetapi turut berkontribusi dalam pemberian maaf dari korban terhadap pelaku sedangkan subyek 3, memiliki kepribadian yang introvert sehingga faktor ini tidak mendukung adanya proses pemaafan.

Rasa sakit membuat mereka takut seperti orang yang dikhianati dan diperlakukan secara kejam. Mereka merasa takut mengakui sakit hatinya karena dapat mengakibatkan mereka membenci orang yang sangat dicintainya, meskipun melukai. Subyek 2 Menyembunyikan luka kepada orang tua karena ingin membuktikan bahwa suaminya adalah yang terbaik baginya.

Seseorang yang memaafkan kesalahan pihak lain dapat dilandasi oleh komitmen yang tinggi pada relasi mereka. Subyek 1 dan 2 memahami bahwa pemaafan dapat merekonstruksi hubungannya dengan suami. Subyek mempertahankan hubungan karena masih ada cinta dan demi masa depan anak. McCullough, dkk (1998) kemudian memberikan alasan-alasan pasangan memberi maaf. *Pertama*, pasangan yang mau memaafkan pada dasarnya mempunyai motivasi yang tinggi untuk menjaga hubungan. *Kedua*, dalam hubungan yang erat ada orientasi jangka panjang dalam menjalin hubungan di antara mereka. *Ketiga*, dalam kualitas hubungan yang tinggi kepentingan satu orang dan kepentingan pasangannya menyatu. *Keempat*, kualitas hubungan mempunyai orientasi kolektivitas yang menginginkan pihak-pihak yang terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan di antara mereka.

Berbeda dengan subyek 1 dan 2, subyek ke-3 ternyata belum memaafkan suaminya secara total. Luka dan kekecewaan yang dirasakan cukup mendalam. Subyek sakit hati karena ketidakadilan yang dirasakan akibat suaminya berpoligami. Hal lain yang juga menghalangi pemberian maaf dari subyek ke 3 adalah ketiadaan permohonan maaf dari istri kedua suaminya yang juga adalah sahabatnya sendiri. Faturochman & Wardhati (2006) menyatakan bahwa seseorang akan sulit memaafkan jika orang yang besalah tidak meminta maaf dan berupaya memperbaikinya. Kecenderungan subyek 3 mengingat-ingat peristiwa perselingkuhan yang dilakukan oleh suami dan juga sahabatnya sendiri pun turut menghalangi subyek untuk melakukan pemaafan. Meski belum memaafkan sepenuhnya, upaya memaafkan terus dilakukan dengan alasan bahwa usianya sudah tidak mudah lagi, sakit yang diderita suami dan juga demi kebaikan anak-anak. Subyek ke-3 dapat menampilkan perilaku memaafkan secara konkrit dengan mengunjungi suaminya yang sedang sakit. Pemaafan yang dilakukan oleh subjek dapat digolongkan dalam *Hollow Forgiveness* yaitu terjadi saat orang yang disakiti dapat mengekspresikan pemaafan secara konkret melalui perilaku, namun orang yang disakiti belum dapat merasakan dan menghayati adanya pemaafan didalam dirinya. orang yang disakiti masih menyimpan rasa dendam dan kebencian meskipun ia telah mengatakan kepada pelaku "saya memaafkan kamu".

Pemaafan adalah suatu perjalanan panjang yang sangat kompleks termasuk kemampuan untuk mengubah system afektif, kognitif dan tingkah laku. Dalam kasus perselingkuhan, seringkali istri berupaya mengubah perasaan dendam dan amarah mereka dengan mengubahnya menjadi emosi positif seperti lebih mempedulikan, lebih memperhatikan pasangan yang telah menyakiti mereka. Upaya tersebut berdampak pada resolusi konflik yang positif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek 1 dan 2 merasakan kedamaian hati dan tenang ketika memaafkan suami. Memaafkan menurut subyek 1 dan 2 dapat memulihkan luka-luka yang pernah ada dan dapat memperbaiki hubungan yang retak dalam relasi perkawinan yang mereka jalani. Karremans, dkk (2003) menyatakan bahwa pemaafan dalam hubungan interpersonal berpengaruh terhadap kebahagiaan dan kepuasan hubungan. Kombinasi komitmen yang kuat dan tidak adanya pemaafan memberikan kontribusi untuk tekanan psikologis, yang mungkin menurunkan tingkat kesejahteraan psikologis. Subyek 3 menyadari keharusan mengambil keputusan mempertahankan rumah tangganya. Subyek merasa perlu memaafkan suami, karena apabila subyek melakukan suatu kesalahan akan mudah juga dimaafkan oleh suaminya, merasa kasihan terhadap suaminya, Subyek membandingkan jika dirinya berada di posisi pelaku.

Dalam pemaafan, secara emosi orang yang disakiti mengubah emosi yang negatif menjadi emosi yang positif; seluruh orientasi emosinya juga berubah. Jika dikaitkan dengan kasus perselingkuhan, artinya istri yang tersakiti berupaya melepas emosi negatif dan mengubahnya menjadi emosi positif terhadap pasangan yang menyakitinya. Upaya tersebut nantinya akan berdampak pada resolusi konflik yang positif dan usaha mempertahankan keutuhan keluarga.

Proses pemaafan tidak selalu berjalan seperti apa yang diharapkan. Turun naiknya kondisi emosional turut mempengaruhi para istri dalam melakukan pemaafan terhadap suami. Enright & Coyle (1998) mengembangkan suatu model proses dari pemaafan. Model tersebut meliputi aspek kognitif, afektif, dan perilaku yang terjadi dalam proses memaafkan. Proses tersebut dibagi kedalam empat fase yaitu: fase membuka kembali (*uncovering phase*), fase memutuskan (*decision phase*), fase bekerja (*work phase*), dan fase pendalaman (*deepening phase*).

Pada fase membuka kembali, seluruh subyek mengingat kembali kejadian yang pernah dia alami dulu. Kemarahan justru lebih banyak terungkap dari subyek ke-3. Subyek benar-benar mengatakan tidak akan memaafkan suami juga sahabatnya saat sedang tidak berada di depan suaminya. Subyek 1 dan 2 meyakini bahwa suaminya akan berubah, dan tidak akan mengulang perbuatannya.

Keyakinan subyek 1 dan 2 kemudian memberikan kesadaran bahwa mereka tidak seharusnya menyimpan kemarahan dalam jangka waktu yang lama. Subyek 1 menyadari bahwa kemarahan tidak menyelesaikan masalah. Subyek berupaya menyelesaikan masalah dengan mencari tahu sendiri kapan, dimana dan mengapa terjadinya perselingkuhan hingga subyek berupaya untuk menyelesaikan peristiwa menyakitkan itu bersama keluarga. subyek 2 merasakan adanya keinginan untuk mempertimbangkan pemaafan sebagai suatu pilihan. Jika mengingat kejadian perselingkuhan, subyek langsung berdoa, sehingga tidak membuatnya terluka dan berpikiran negatif. Hal ini menunjukkan adanya komitmen subyek untuk memaafkan pelaku. Pada subyek 3, Subyek merasa harus mengambil suatu keputusan untuk mempertahankan keharmonisan rumah tangga yang sudah lama berjalan kaku, berjanji kepada diri sendiri untuk memaafkan suaminya untuk kehidupan yang lebih baik.

Kesadaran dan komitmen dari subyek 1,2 dan 3 kemudian mendorong subyek mengembangkan peran, dengan pemaknaan terhadap peristiwa menyakitkan yang dialami dengan memposisikan dirinya yang telah menyakiti. Subyek 1 menyadari bahwa ia perlu memaafkan suaminya agar hubungannya kembali harmonis. Penerimaan terhadap luka (peristiwa yang menyakitkan) yang dialami. Subyek 2 meyakini bahwa suaminya pasti berubah. Subyek menerima luka yang dialami. Ketika mengingat peristiwa yang menyakitkan, langsung berdoa dan meyakini bahwa semua pasti akan berlalu. Subyek memaknai peristiwa menyakitkan yang dialami dengan memposisikan dirinya sebagai pelaku. Subyek 3 merasa perlu memaafkan suami, karena apabila subyek melakukan suatu kesalahan akan mudah juga dimaafkan oleh suaminya, merasa kasihan terhadap suaminya, Subyek membandingkan jika dirinya berada diposisi pelaku

Pada tahap akhir, subyek menemukan makna baru dalam diri dengan melakukan pemaafan. subyek 1 dan 2, merasa tenang dan lega dan ikhlas melepas masa lalu. Ketika mengingat-ingat masa lalu, subyek 1 merasa bahwa itu adalah tantangan dalam pernikahan mereka. Subyek senang karena hubungan bersama suami telah membaik. Mereka berkomitmen untuk saling menjaga kepercayaan. Subyek 2 menemukan bahwa melalui peristiwa yang menyakitkan subyek menjadi sangat mengenal suami, dan belajar untuk berkomunikasi lebih baik dengan suami. Subyek merasa tenang dan ikhlas melepas masa lalu. Berbeda dengan subyek 1 dan 2, subyek 3 belum sampai pada tahap ini, karena subyek belum menemukan makna baru dalam dirinya. Subyek belum secara total menghilangkan perasaan marah dan kecewa. Hubungan antara korban dan pelaku pun masih hanya diwujudkan melalui perilaku. Subyek belum merasakan kelegaan karena masih menyimpan dendam dan kebencian terutama kepada sahabatnya sedang terhadap suaminya subyek mengatakan memberi maaf karena suaminya sedang sakit dan ingin melihatnya sembuh.

Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemaafan merupakan proses yang panjang dan membutuhkan perjuangan dari pihak yang disakiti untuk berdamai dengan situasi yang mengganggu kondisi psikologisnya. Beberapa faktor yang mempengaruhi pemaafan terhadap suami yang melakukan perselingkuhan adalah empati, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, tingkat kelukaan, dan kualitas hubungan. Istri yang mengalami perselingkuhan melakukan proses pemaafan sesuai dengan turun naiknya emosi yang menyertai perasaan mereka. Mereka berupaya mengubah emosi negatif dan menggantinya dengan emosi positif terhadap pasangan yang telah menyakiti mereka. Subyek 1 dan 2 yang mengalami perselingkuhan telah dapat memaafkan suaminya sampai pada fase pendalaman. Mereka menemukan makna bahwa dengan memaafkan mereka merasa tenang dan tega. Selain itu, subyek 1 dan 2 memaafkan suaminya dengan alasan anak dan masih ada perasaan cinta, sedangkan subyek ke-3 baru mencapai *hallow forgiveness* yaitu dapat mengekspresikan pemaafan secara konkret melalui perilaku, namun belum dapat merasakan dan menghayati adanya pemaafan didalam dirinya

Daftar Pustaka

- Baswardono, D. (2003). *Antara Cinta, Sex dan Dusta (Memahami Perselingkuhan)*. Yogyakarta: Galang Press
- Enright, R.D., & Coyle, C.T. (1998)., Researching The Process Model Of Forgiveness Within Psychological Interventions. In E.L. Worthington Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*. Hal.139-161. Philadelphia: Templeton Foundation Press
- Enright, R.D.,Susanne,F.; and Rique,J.,(1998). The Psychology of Interpersonal Forgiveness. *Exploring Forgiveness*. Wisconsin: The University of Wisconsin Press
- Faturochman & Wardhati,L.T.,(2006). The Psychology of Forgiveness. *Buletin Psikologi*.Vol 4. No. 1

- Fincham, F.D.; Beach, S.R.H.; Davila, J., (2008). Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Forgiveness: a sampling of research results*. Washington Dc: American Psychological Association
- Karremans, J.C.; Van Lange, P.A.M; and Ouwerkerk, J.W., (2003). When Forgiving Enhances Psychological Well-Being: The Role of Interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.84.No.5:1011-1026
- Larocco, S., (2010). Forgiveness: A Quiet Assault on the Malicious. *Forgiveness in Perspective*. Volume 66. A volume in the Probing the Boundaries series 'Forgiveness'. Netherlands: Radopi
- McCullough, M.E., (2000). Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*. Vol. 19: 43-55
- McCullough, M.E., (2008). *Beyond Revenge: The Evolution of The Forgiveness Instinct*. San Fransisco: Jossey-Bass
- McCullough, M.E and Witvliet, C.V., (2002). The Psychology of Forgiveness. *Handbook of Positif Psychology*: New York: Oxford University Press, Inc
- Moleong, L.J. (2001). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Philpot, C., (2006). Intergroup Apologies and Forgiveness. *Forgiveness: a Sampling of Research Resultistri kedua suaminya* American Psychological Association: Washington Dc
- Poerwandari, E. K. (2001). *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Ransley, C., (2004). *Forgiveness and the Healing Process*. New York: Brunner Routledge
- Soegiyono. (2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R& D*. Bandung: Alfabeta
- Soesilo, V.A. (2006). Mencoba Mengerti Kesulitan untuk Mengampuni: Perjalanan Menuju Penyembuhan Luka Batin yang Sangat Dalam. *Veritas: Jurnal Teologi dan Pelayanan*. Vol 7. No 1: 117-127
- Toussaint, L & Webb, J.R. Gender Differences in the Relationship Between Empathy and Forgiveness. *Journal of Social Psychology*. Vol. 145.No.6: 673–685
- Umbreit, M.S. and Fier, J., (2002). *Forgiveness: An Annotated Bibliography. An International Resource Center in Support of Restorative Justice Dialogue, Research and Training*: University of Minnesota
- Wisnuwardhani, D & Mashoedi, S.F. (2012). *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika