

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Remaja

1. Definisi Remaja

Masa remaja adalah masa transisi sebagai peralihan dari masa anak-anak menjadi dewasa, dalam setiap masa peralihan status individu tidaklah jelas, serta terdapat keraguan akan peran yang akan dilakukan (Hurlock, 2000). Monks (2006), menyatakan bahwa fase remaja berlangsung antara umur 12 dan 21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun: masa remaja awal, 15-18 tahun: masa remaja pertengahan, 18-21 tahun: masa remaja akhir.

Remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang penuh dengan ketidakmenentuan sikap karena pengaruh dari perkembangan intrinsik; biologis, kognitif, sosioemosional, ataupun ekstrinsik; lingkungan, teman, yang selalu dinamis. Pengertian ini diperkuat oleh Santrock (2003) yang mengutarakan bahwa masa remaja adalah masa pergolakan yang dipenuhi oleh konflik dan perasaan yang fluktuatif.

Banyak orang tua yang melihat remaja mereka berubah dari seorang yang selalu menurut menjadi seseorang yang tidak mau menurut, melawan, dan menentang standar-standar orang tua, maka orang tua cenderung berusaha mengendalikan dengan keras dan memberi lebih banyak tekanan kepada remaja agar menaati standar-standar orang tua.

Monks (2006) menyatakan bahwa sistem hubungan orang tua anak dalam keluarga berubah dari regulasi oleh orang tua anak yang terjadi antara usia 8 sampai 12 tahun menjadi *coregulasi* (menentukan bersama) dimana orang tua makin memberikan kebebasan menentukan sendiri pada anak dalam situasi regulasi diri (*self-regulation*). Hal ini tidak menghalangi adanya interaksi yang koperatif antara ibu dan anak dalam masa remaja.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah periode perkembangan transisi dari masa anak-anak hingga masa awal dewasa bermula dengan perubahan fisik yang cepat, pemikiran semakin logis, abstrak, idealistis, dan pada masa remaja muncul adanya konflik.

2. Ciri-Ciri Remaja

Menurut Hurlock (2000), masa remaja memiliki ciri-ciri yang terdiri dari:

1. Masa remaja sebagai periode perubahan fisik. Remaja mengalami perubahan penting dalam hidupnya baik dari segi fisik maupun mentalnya untuk menuju kedewasaan diri.
2. Masa remaja sebagai periode peralihan. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan perannya yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa.
3. Masa remaja sebagai periode perubahan psikis. Ada empat perubahan yang hampir bersifat universal. Pertama, meningginya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan

oleh kelompok sosial, menimbulkan masalah baru, bagi remaja masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri menyelesaikannya menurut kepuasannya. Ketiga, berubahnya nilai-nilai, apa yang di masa anak-anak dianggap penting sekarang setelah hampir dewasa tidak penting lagi. Keempat, sebagian besar remaja bersifat ambivalen terhadap setiap perubahan, mereka menginginkan perubahan dan menuntut kebebasan, tetapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah. Masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi masalah membuat banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.
5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas. Pada periode ini remaja melakukan identifikasi dengan tokoh atau orang yang dikaguminya.
6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. Adanya stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang berperilaku merusak, mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri dan akhirnya membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit.
7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik. Remaja cenderung melihat kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa. Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status kedewasaan, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan seks bebas.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri remaja adalah sebagai periode perubahan fisik, periode peralihan, periode perubahan psikis, sebagai usia bermasalah, masa mencari identitas, usia yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistis, dan remaja sebagai ambang masa dewasa.

3. Aspek-aspek perkembangan remaja

Ada beberapa aspek perkembangan remaja menurut Hurlock (1993) yaitu:

a. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik adalah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensoris dan keterampilan motorik. Perubahan pada tubuh ditandai dengan penambahan tinggi dan berat tubuh, pertumbuhan tulang dan otot, kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Tubuh remaja mulai beralih dari tubuh kanak-kanak yang cirinya adalah pertumbuhan menjadi tubuh orang dewasa yang cirinya adalah kematangan.

Perubahan fisik otak sehingga strukturnya semakin sempurna meningkatkan kemampuan kognitif. Aspek perkembangan fisik remaja yang banyak mendapatkan perhatian adalah tinggi dan berat badan, pertumbuhan kerangka tubuh, fungsi reproduksi, dan perubahan hormonal (Santrock, 2003)

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa. Piaget mengemukakan bahwa pada masa remaja terjadi kematangan kognitif, yaitu interaksi dari struktur otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas untuk eksperimentasi memungkinkan remaja untuk berpikir abstrak. Piaget menyebut tahap perkembangan kognitif ini sebagai tahap operasional formal. Tahap formal operations adalah suatu tahap dimana seseorang sudah mampu berpikir secara abstrak. Seorang remaja tidak lagi terbatas pada hal-hal yang aktual, serta pengalaman yang benar-benar terjadi. Tahap operasi formal remaja dapat berpikir dengan fleksibel dan kompleks. Seorang remaja mampu menemukan alternatif jawaban atau penjelasan tentang suatu hal, berbeda dengan seorang anak yang baru mencapai tahap operasi konkret yang hanya mampu memikirkan satu penjelasan untuk suatu hal. Hal ini memungkinkan remaja berpikir secara hipotetis.

c. Perkembangan kepribadian dan sosial

Perkembangan kepribadian adalah perubahan cara individu berhubungan dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik, sedangkan perkembangan sosial berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain. Perkembangan kepribadian yang penting pada masa remaja adalah pencarian identitas diri. Pencarian identitas diri adalah proses menjadi seorang yang unik dengan peran yang penting dalam hidup.

Perkembangan sosial pada masa remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibanding orang tua. Dibanding pada masa kanak-kanak, remaja lebih banyak melakukan kegiatan di luar rumah seperti kegiatan sekolah, ekstra kurikuler dan bermain dengan teman. Dengan demikian, pada masa remaja peran kelompok teman sebaya adalah besar.

Pada diri remaja, pengaruh lingkungan dalam menentukan perilaku diakui cukup kuat, walaupun remaja telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang memadai untuk menentukannya sendiri, namun penentuan diri remaja dalam berperilaku banyak dipengaruhi oleh tekanan dari kelompok teman sebaya.

Monks (2006) menyatakan bahwa dalam perkembangan sosial remaja dapat dilihat adanya dua macam gerak, yaitu memisahkan diri dari orang tua dan gerak menuju ke arah teman-teman sebaya. Remaja juga akan berusaha untuk melepaskan diri dari orang tua dengan maksud untuk menemukan dirinya, Erikson menamakan proses tersebut sebagai proses mencari identitas ego.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perkembangan remaja meliputi perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan kepribadian dan sosial.

4. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan remaja difokuskan pada upaya meningkatkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai sikap dan berperilaku dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan remaja menurut Hurlock (2000) adalah:

- a. Mencari relasi baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik wanita maupun pria.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
- c. Menerima perubahan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
- f. Mempersiapkan karier dan ekonomi.
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
- h. Menumbuhkan peringkat nilai dan etika sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Kay (dalam Jahja, 2011) mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja sebagai berikut:

- a. Mencapai keterampilan emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
- b. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal.
- c. Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.
- d. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
- e. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri).
- f. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan remaja adalah mencari relasi baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik wanita maupun pria, mencapai peran sosial pria dan wanita, menerima perubahan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya, mempersiapkan karier dan ekonomi, mempersiapkan perkawinan dan keluarga, menumbuhkan peringkat nilai dan etika sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

B. *Forgiveness*

1. Pengertian *Forgiveness*

Enright (dalam Schimmel, 2002) mengatakan *forgiveness* sebagai suatu bentuk kesiapan melepas hak yang dimiliki seseorang untuk meremehkan, menyalahkan, dan membalas dendam terhadap pelaku yang telah bertindak tidak benar terhadapnya, dan di waktu yang bersamaan mengembangkan kasih sayang dan kemurahan hati. McCullough, Root, & Cohen (dalam Christina, 2014) mengatakan bahwa *forgiveness* adalah perubahan emosi dan tingkah laku untuk tidak lagi menghindar (*avoidance*) ataupun mencari pembalasan (*revenge*) terhadap orang yang telah menyakitinya melainkan memiliki peningkatan motivasi untuk berbuat baik (*benevolence*) terhadap orang yang telah menyakitinya.

Menurut Hargrave dan Sells (dalam Hadriami, 2008) *forgiveness* merujuk pada terlepasnya seseorang dari kemarahan terhadap panca indera, serta kesembuhan terhadap luka-luka hati dan tidak ada balas dendam. Ada unsur melepaskan diri dari kemarahan (afeksi) dan tercipta kembali hubungan, yang berarti adanya rekonsiliasi

dengan munculnya kepercayaan, sembuhnya luka, dan kehilangan motivasi balas dendam, yang berarti *forgiveness* tidak hanya terjadi di tahap afeksi, tetapi juga di tahap perilaku dimana korban berani membangun kembali hubungan dengan situasi yang positif.

Seseorang tidak mungkin *forgive* (memafkan) kecuali jika *unforgive* (tidak memafkan) telah terjadi. *Forgiveness* baru dapat muncul setelah adanya *unforgiveness*, namun orang yang mengalami *unforgiveness* bukan berarti pasti akan mengalami *forgiveness*. *Forgiveness* merupakan suatu cara untuk mengatasi *unforgiveness*. Affinito (dalam Christina, 2014) mengatakan bahwa mau tidaknya seseorang untuk mempraktikkan *forgiveness* akan tergantung dari jenis pelanggarannya.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan *forgiveness* adalah adanya unsur melepaskan diri dari kemarahan (afeksi) dan tercipta kembali hubungan, yang berarti adanya rekonsiliasi dengan munculnya kepercayaan, sembuhnya luka, dan kehilangan motivasi balas dendam.

2. Proses *Forgiveness*

Proses *forgiveness* adalah proses yang berjalan perlahan dan memerlukan waktu, semakin parahnya sakit hati, semakin lama pula waktu yang diperlukan untuk memafkan, terkadang seseorang melakukannya dengan perlahan-lahan sehingga melewati garis batas tanpa menyadari bahwa dia sudah melewatinya.

Proses *forgiveness* juga dapat terjadi ketika pihak yang disakiti mencoba mengerti kenapa hal itu terjadi bersama-sama dengan upaya meredakan kemarahan.

Enright dan Red (2001) mengungkapkan adanya empat fase untuk memberikan *forgiveness* yaitu:

- a) Fase pengungkapan (*uncovering phase*), yaitu ketika seseorang merasa sakit hati dan dendam.
- b) Fase keputusan (*decision phase*), yaitu seseorang mulai berfikir rasional dan memikirkan kemungkinan untuk *forgiveness*. Pada fase ini individu belum *forgiveness* sepenuhnya.
- c) Fase tindakan (*work phase*), yaitu adanya tindakan secara aktif memberikan *forgiveness* kepada orang yang bersalah.
- d) Fase pendalaman (*outcome atau deepening phase*), yaitu internalisasi kebermaknaan dari proses *forgiveness* pada fase inilah individu memahami bahwa dengan *forgiveness* maka dirinya akan memberi manfaat untuk diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa proses *forgiveness* terdiri dari fase pengungkapan, fase keputusan, fase tindakan, dan fase pendalaman.

3. Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap *Forgiveness*

Menurut Worthington dan Wade (1999) faktor-faktor yang mempengaruhi *forgiveness* adalah:

- a) Kecerdasan Emosi.

Yaitu kemampuan untuk memahami keadaan emosi diri sendiri dan orang lain, mampu mengontrol emosi, memanfaatkan emosi dalam membuat keputusan, perencanaan dan memberikan motivasi.

b) Respon Pelaku

Respon pelaku meminta maaf dengan tulus atau menunjukkan penyesalan yang dalam. Permintaan maaf yang tulus berkorelasi positif dengan *forgiveness*.

c) Munculnya Empati

Empati adalah kemampuan untuk mengerti dan merasakan pengalaman orang lain tanpa mengalami situasinya. Empati menengahi hubungan antara permintaan maaf dengan *forgiveness*. Munculnya empati ketika si pelaku meminta maaf sehingga mendorong korban untuk memaafkannya.

d) Kualitas Hubungan

Forgiveness paling mungkin terjadi pada hubungan yang dicirikan oleh kedekatan, komitmen dan kepuasan. *Forgiveness* juga berhubungan positif dengan seberapa penting hubungan tersebut antara pelaku dan korban.

e) *Rumination* (Merenung dan Mengingat)

Semakin sering individu merenung dan mengingat-ingat tentang peristiwa dan emosi yang dirasakan akan semakin sulit *forgiveness* terjadi. *Rumination* dan usaha menekan dihubungkan dengan motivasi penghindaran (*avoidance*) dan membalas dendam (*revenge*).

f) Komitmen Agama

Pemeluk agama yang komitmen dengan ajaran agamanya akan memiliki nilai tinggi pada *forgiveness* dan nilai rendah pada *unforgiveness*.

g) Faktor Personal

Sifat pemaarah, pencemas, *introvert* dan kecenderungan merasa malu merupakan faktor penghambat munculnya *forgiveness*, sebaliknya sifat pemaaf, *extrovert* merupakan faktor pemicu terjadinya *forgiveness*.

Sedangkan menurut McCullough (1999) ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap *forgiveness* yakni :

a) Empati

Empati adalah kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Kemampuan untuk empati ini erat kaitannya dengan pengambilalihan peran melalui empati terhadap pihak yang menyakiti, seseorang dapat merasa bersalah dan tertekan akibat perilakunya yang menyakitkan.

b) Atribusi terhadap Pelaku dan Kesalahannya

Penilaian akan mempengaruhi setiap perilaku individu, artinya bahwa setiap perilaku itu ada penyebabnya dan penilaian dapat mengubah perilaku individu.

c) Tingkat Kelukaan

Beberapa orang menyangka sakit hati yang mereka rasakan untuk mengakuinya sebagai sesuatu yang sangat menyakitkan. Mereka merasa takut mengakui rasa sakit hatinya karena dapat mengakibatkan mereka membenci orang yang sangat dicintainya, meskipun melukai. Hal ini sering kali menimbulkan kesedihan yang mendalam maka pemaafan tidak bisa atau sulit terwujud.

d) Karakteristik Kepribadian

Ciri kepribadian tertentu seperti *ekstrovet* menggambarkan beberapa karakter seperti bersifat sosial, keterbukaan, ekspresi dan *asertif*. Karakter yang hangat, kooperatif, tidak mementingkan diri sendiri, menyenangkan, jujur, dermawan, sopan, fleksibel dan cenderung menjadi empati serta bersahabat.

e) Kualitas Hubungan

Seseorang yang memaafkan kepada pihak lain dapat dilandasi oleh komitmen yang tinggi pada relasi mereka. Ada empat alasan mengapa kualitas hubungan berpengaruh terhadap perilaku memaafkan dalam hubungan interpersonal yaitu: pertama, mempunyai motivasi yang tinggi untuk menjaga hubungan; kedua, adanya orientasi jangka panjang dalam menjalin hubungan; ketiga, dalam kualitas hubungan yang tinggi masing-masing individu adanya kepentingan satu orang dan kepentingan menyatu; keempat, kualitas hubungan mempunyai orientasi kolektivitas yang menginginkan pihak-pihak yang terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan di antara mereka.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi *forgiveness* adalah : kecerdasan emosi, respon pelaku, munculnya empati, kualitas hubungan, *ruminaton*, komitmen agama, faktor personal, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, tingkat kelukaan, dan karakteristik kepribadian.

4. Manfaat *Forgiveness*

Worthington & Wade (1999) *forgiveness* secara kesehatan memberikan keuntungan secara psikologis dan merupakan terapi yang efektif dalam intervensi yang membebaskan seseorang dari kemarahannya dan rasa bersalah, selain itu juga dapat mengurangi rasa marah, depresi dan cemas.

Sedangkan menurut Fincham (2002) *forgiveness* dalam hubungan interpersonal yang erat memberikan pengaruh terhadap kebahagiaan dan kepuasan hubungan, *forgiveness* dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis karena dengan *forgiveness* seseorang dapat melepaskan perasaan marah, mengubah pemikiran destruktif menjadi pemikiran yang lebih baik terhadap orang yang telah menyakitinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan manfaat *forgiveness* secara kesehatan memberikan keuntungan secara psikologis dan merupakan terapi yang efektif dalam intervensi yang membebaskan seseorang dari kemarahannya dan rasa bersalah. Selain itu juga dapat mengurangi rasa marah, depresi dan cemas.

5. Aspek-aspek *Forgiveness*

Menurut McCullough (1999), aspek-aspek *forgiveness* yaitu :

a. *Avoidance Motivation*

Semakin menurun motivasi untuk membalas dendam terhadap suatu hubungan mitra, membuang keinginan untuk membalas dendam terhadap orang yang telah menyakiti.

b. *Revenge Motivation*

Semakin menurun motivasi untuk menghindari pelaku, membuang keinginan untuk menjaga kerenggangan (jarak) dengan orang yang telah menyakitinya.

c. *Benevolence Motivation*

Semakin termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku meskipun pelanggarannya termasuk tindakan berbahaya, keinginan untuk berdamai atau melihat *well being* orang yang menyakitinya.

Sedangkan menurut Ransley (2004) dalam *forgiveness* memiliki 3 aspek yaitu :

a. Proses intra subyektif.

Meliputi partisipasi yang utuh dari dua pihak secara aktif mencari dan disambut baik oleh kedua pihak.

b. Pilihan untuk melepaskan kemarahan, melepaskan energi negatif yaitu kemarahan.

c. Melepaskan balas dendam

Meskipun sebenarnya korban punya hak untuk melakukan balas dendam tetapi korban memilih memberikan hadiah berupa belas kasihan yang sebenarnya tidak berhak diterima panca indera.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan aspek-aspek *forgiveness* adalah *avoidance motivation*, *revenge motivation* dan *benevolence motivation*.

C. Perselingkuhan

1. Pengertian Perselingkuhan

Torsina (2009), perselingkuhan menurut para ahli adalah suatu tindakan diam-diam dengan membagi cinta atau seks yang dilakukan dengan pasangan barunya atas korban pasangan lamanya (yang telah lebih dulu ada komitmen), tempat ia biasa mendapatkan cinta atau seks dengan setia, dengan mengambil tindakan termasuk meninggalkan pasangan lamanya dengan alasan-alasan yang tidak jujur.

Subotnik dan Harris (2005) mengemukakan terdapat tiga komponen dari perselingkuhan emosional, yaitu keintiman emosional, kerahasiaan, dan *sexual chemistry*, jadi walaupun tidak diwarnai dengan hubungan seks namun tetap membahayakan keutuhan perkawinan karena hubungan ini dapat menjadi lebih penting daripada perkawinan itu sendiri. Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa perselingkuhan adalah suatu hubungan emosional maupun seksual pada orang yang sudah menikah dengan orang lain di luar pernikahannya.

2. Tipe-tipe Perselingkuhan

Subotnik dan Harris (2005) mengemukakan bentuk-bentuk perselingkuhan sebagai berikut:

- a. *Serial Affair*. Tipe perselingkuhan ini paling sedikit melibatkan keintiman emosional tapi terjadi berkali-kali. Hubungan yang terbentuk dapat berupa perselingkuhan semalam atau sejumlah *affair* yang berlangsung cukup lama. Pada *serial affair* tidak terlibat hubungan emosional, hubungan yang terjadi hanya memperoleh kenikmatan dan petualangan sesaat. Inti dari perselingkuhan ini adalah untuk memperoleh seks dan gairah. Ada sensasi perselingkuhan yang

membuat pelakunya ketagihan karena tidak merasakannya lagi dalam pernikahan yang penuh dengan rutinitas dan tanggung jawab, tidak adanya komitmen dengan pasangan selingkuh, juga menunjukkan tidak adanya komitmen dalam perkawinan. Hubungan dengan pasangan yang berganti-ganti juga berbahaya terkena penyakit menular seksual.

- b. *Fling*. Mirip dengan *serial affair*, *flings* juga ditandai oleh minimnya keterlibatan emosional. Hubungan yang terjadi bisa hanya satu malam atau bahkan berbulan-bulan, tapi hanya terjadi satu kali saja. Dibandingkan dengan tipe perselingkuhan yang lain *flings* yang paling tidak serius dampaknya.
- c. *Romantic Love Affair*. Perselingkuhan ini melibatkan hubungan emosional yang mendalam, pihak yang berselingkuh merasa jatuh cinta lagi dan menemukan hubungan yang lebih memuaskan dengan pasangan selingkuh baik fisik maupun emosional. Hubungan yang terjalin menjadi amat penting dalam keseluruhan kehidupan pasangan. Sering kali pasangan berfikir untuk melepaskan perkawinan dan menikahi kekasihnya. Jika perceraian tidak memungkinkan, perselingkuhan akan berlangsung dalam jangka waktu yang panjang secara rahasia.
- d. *Long Term Affair*. Perselingkuhan jangka panjang merupakan hubungan yang menyangkut keterlibatan emosional paling mendalam. Hubungan dapat berlangsung bertahun-tahun bahkan sepanjang kehidupan perkawinan, karena perselingkuhan sudah berlangsung lama, tidak jarang hubungan ini diketahui pihak istri atau pihak keluarga. Pada sejumlah pasangan tertentu, seolah ada perjanjian tidak tertulis bahwa perselingkuhan boleh terus berjalan asalkan suami tetap memberikan kehidupan yang layak bagi istri maupun anak.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tipe-tipe perselingkuhan adalah *Serial Affair*, *Fling*, *Romantic Love Affair*, dan *Long Term Affair*.

3. Faktor-faktor Penyebab Perselingkuhan

Menurut Harley (2002), ada beberapa faktor yang melatarbelakangi mengapa seseorang melakukan perselingkuhan. Faktor-faktor tersebut yaitu :

1. Kurang Perhatian

Kurangnya perhatian dari salah satu pasangan yang dapat menyebabkan seseorang mencari perhatian dari pihak ketiga. Dari hal tersebut maka timbullah perselingkuhan. Hal yang sangat berbahaya dapat terjadi bila pihak ketiga memberikan apa yang sebelumnya tidak seseorang dapatkan dari pasangannya.

2. Pengaruh Lingkungan

Lingkungan dan teman-teman disekitarnya banyak mempengaruhi pola pikir seseorang, bila ada seorang teman yang mempunyai pasangan selingkuh. Seseorang juga akan mencoba untuk mendapatkan pasangan selingkuh seperti yang dilakukan oleh temannya untuk meyakinkan bahwa dirinya juga bisa seperti mereka.

3. Jenuh

Banyak diantara pasangan yang mempunyai sifat jenuh. Bosan dengan hubungan yang terkesan monoton dan itu-itu saja. Maka seseorang cenderung untuk mencari pasangan baru dan mengabaikan pasangan sebelumnya.

4. *Hyper Sex*

Ini masalah tabiat seseorang yang tidak pernah puas dengan satu pasangan. Faktor ini memang sangat kecil, tetapi tidak sedikit orang yang menginginkan mempunyai lebih dari satu pasangan. Bahkan ia merasa bangga bila sudah dicintai dan disayangi oleh dua orang atau lebih lawan jenisnya dan kebanggaannya pun bertambah bila dirinya dijadikan bahan rebutan oleh orang-orang yang dicintainya.

5. Kesempatan

Kesempatan tidak akan datang dua kali, maka jika kesempatan untuk melakukan perselingkuhan itu ada maka seseorang tidak akan menyia-nyiakannya.

Penyebab perselingkuhan sangat beragam dan biasanya tidak hanya disebabkan oleh satu hal saja, ketidakpuasan perkawinan merupakan kondisi yang umum menyebabkan perselingkuhan, tapi ada pula faktor-faktor lain yang menyebabkan masuknya orang ketiga dalam suatu hubungan.

Berdasarkan berbagai sumber yang dirangkum oleh Ginanjar (2009) ada sejumlah alasan terjadinya perselingkuhan yaitu:

- a. Kecemasan menghadapi masa transisi, seperti memiliki anak pertama, anak memasuki usia remaja, anak mulai dewasa dan meninggalkan rumah, dan memasuki masa pensiun.
- b. Pasangan muda menimbulkan gairah baru, menjadi semacam pelarian dari perkawinan yang tidak memuaskan.

- c. Tidak tercapainya harapan-harapan, yang ternyata diperoleh dari pasangan selingkuh
- d. Perasaan kesepian
- e. Suami atau istri memiliki ide tentang perkawinan yang tidak realistis.
- f. Kebutuhan yang besar akan perhatian
- g. Terbukanya kesempatan untuk melakukan perselingkuhan
- h. Kebutuhan seks yang tidak terpenuhi dalam perkawinan
- i. Ketidakhadiran pasangan baik fisik maupun emosional.
- j. Perselingkuhan yang sudah sering terjadi dalam keluarga besar, sehingga memudarnya nilai-nilai kesetiaan.

Berdasarkan beberapa uraian di atas dapat di simpulkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi perselingkuhan, seperti tidak bisa menguasai diri dan kurangnya ketentraman dalam rumah tangga.

D. Dampak Perselingkuhan Orang Tua Terhadap Anak

Graber (dalam Santrock, 2012) menyatakan bahwa orang tua yang mengalami konflik perkawinan merupakan salah satu faktor yang membuat remaja beresiko mengalami depresi. Konflik perkawinan yang muncul disebabkan oleh masalah ekonomi, kurangnya keharmonisan, dan adanya pihak ketiga atau perselingkuhan. Anak yang hidup dalam sebuah keluarga yang bermasalah rata-rata memiliki perilaku yang negatif, anak-anak tersebut lebih menentang, agresif, sangat bergantung dan menunjukkan sikap anti sosial, malu, bermasalah dalam perilaku yang hiperaktif, kehilangan kontrol diri, mengganggu, banyak menuntut dan mencari perhatian

banyak masalah di sekolah, dan tidak patuh di rumah maupun di sekolah, meningkatnya sensitivitas, dimana remaja akan lebih mudah untuk marah atau menangis. Di sisi lain, ketegangan serta perubahan rutinitas keluarga yang disebabkan perselingkuhan bisa membuat anak merasa tidak sejahtera di rumah, anak yang mengetahui ayahnya berselingkuh dominan memiliki emosi marah, kecewa, tertekan, malu, menarik diri, sakit hati selama periode waktu tertentu dan akan mengekspresikannya dengan cara menunjukkan sikap bermusuhan kepada pihak yang menimbulkannya (Sadarjoen dalam Nahareko, 2009).

E. *Forgiveness* Remaja Terhadap Perilaku Selingkuh Ayah

Orangtua mempunyai peranan penting dalam pembentukan kepribadian anak serta memberikan pengaruh yang sangat besar dalam perkembangan sikap dan mental anak. Orang tua juga merupakan sosok yang pertama kali dikenal oleh anak, dan orangtua menjadi panutan bagi anak, sehingga perilaku orang tua tidak hanya memberi dampak bagi dirinya dan pasangannya saja, tetapi berdampak juga pada anak (Santrock, 2012).

Harmonis tidaknya hubungan dalam suatu keluarga sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak. Salah satu penyebab ketidakharmonisan dalam keluarga adalah perselingkuhan yang dilakukan oleh salah satu pasangan, yang akan menimbulkan masalah dalam keluarga. Anak yang hidup dalam sebuah keluarga yang bermasalah rata-rata memiliki perilaku yang negatif yang akan menyulitkan bagi remaja untuk mengembangkan kepribadian yang sehat, munculnya rasa kurang percaya diri yang intens, yang membuat mereka sering mengalami kegagalan dalam meraih prestasi sosial yang optimal, dan anak menjadi agresif.

Perselingkuhan orangtua dapat memberikan berbagai dampak pada anak, baik dampak jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek, khususnya bagi anak usia sekolah dan remaja yang pertama adalah perasaan bersalah. Mereka belum paham betul apa yang terjadi pada orangtua mereka, yang anak lihat adalah bahwa hubungan orangtua menegang dan bisa jadi anak mengatribusikan ketegangan yang terjadi sebagai kesalahan mereka. Di sisi lain, ketegangan serta perubahan rutinitas keluarga yang disebabkan perselingkuhan bisa membuat anak merasa tidak sejahtera di rumah (Sadarjoen dalam Nahareko, 2009).

Mereka juga mengalami kesulitan dalam bergaul, sering diliputi kecurigaan yang berlebih terhadap lingkungan, mudah memaki dan mencaci lingkungan. Ayah merupakan model dalam hubungan cintanya di masa depan, resiko yang tinggi dimana mereka memiliki orang tua yang berselingkuh adalah cara pandang mereka yang cenderung menolak ide untuk menikah.

Sebagaimana yang telah dijelaskan di atas bahwasanya anak yang mengetahui ayahnya berselingkuh dominan memiliki emosi marah, kecewa, tertekan, malu, menarik diri, sakit hati selama periode waktu tertentu dan akan mengekspresikannya dengan cara menunjukkan sikap bermusuhan kepada pihak yang menimbulkannya. Untuk mengatasi kemarahan kepada pihak ayah yang berselingkuh, dapat dilakukan melalui proses memaafkan (*forgiveness*). *Forgiveness* dapat menjadi salah satu cara untuk memfasilitasi penyembuhan luka dalam diri seseorang dan antar pribadi yang bermusuhan dan menyakiti (Setyawan dalam Ghuzairoh, 2015).

Tindakan untuk membangun hubungan yang lebih baik dari arah negatif ke arah yang lebih positif terhadap orang yang membuat kesalahan atas kesadaran diri

sendiri dan keinginan untuk menciptakan kedamaian. Berdasarkan uraian di atas, maka *forgiveness* atau memaafkan adalah salah satu cara yang dilakukan seorang anak atau remaja dalam mengatasi tekanan, kemarahan maupun kekecewaan yang dirasakan seorang anak terhadap perilaku perselingkuhan yang dilakukan oleh ayahnya.



F. Paradigma Penelitian

