

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Manusia melewati berbagai tahapan fase perkembangan yaitu, *prenatal*, *early childhood*, *middle childhood*, *adolescence*, *early adulthood*, *middle adulthood*, dan *older adults*. Namun, remaja merupakan fase yang memerlukan perhatian karena masa ini dipenuhi dengan konflik internal, dan perubahan. Perubahan yang terjadi mulai dari fisik, mental, sosial, dan emosional (Santrock, 2014). Menurut Hurlock ada tiga fase remaja yaitu, awal (*early adolescence*) yang dimulai dari usia 12-14 tahun, pertengahan (*middle adolescence*) mulai dari usia 15-18 tahun, dan akhir (*late adolescence*) mulai dari usia 18 - 21 tahun (Kumalasari dkk, 2012). Fase remaja akhir atau yang disebut *late adolescence* adalah tahap terakhir sebelum memasuki dewasa, biasanya terjadi pada usia 18 hingga 21 tahun. Setiap orang biasanya menjalani masa peralihan ke dewasa (*emerging adulthood*) mulai dari fase remaja akhir sampai berusia 25 tahun, sehingga pada usia tersebut banyak remaja akhir yang sudah memasuki dunia perkuliahan dan menjadi mahasiswa (Arnett, 2015). Pada usia tersebut, menjalin hubungan romantis atau pacaran merupakan hal yang harus terpenuhi dan memerlukan usaha dalam menyesuaikannya bagi setiap individu (Dinanty, 2016). Masa ini merupakan tahapan awal berkembangnya perubahan fisik yang muncul selama pubertas sampai menuju kematangan seksual (Nugroho & Gumantan, 2020), hal ini terjadi karena adanya perubahan hormon yang menyebabkan perubahan seksual dan dorongan terhadap sensasi baru (Ajhuri, 2019). Ketertarikan tersebut menyebabkan individu memiliki keinginan untuk menjalin hubungan pacaran.

Menurut Havighurst (dalam Wiyanti, 2014) Pacaran merupakan sebuah hubungan melibatkan laki – laki dan perempuan yang ditandai dengan kedekatan dimana keduanya merasakan cinta dan saling menganggap satu sama lain sebagai pasangan, serta mampu memenuhi kebutuhan yang kurang dari masing – masing. Hurlock (dalam Tacasily & Soetjiningsih, 2021) menyebutkan bahwa hubungan cinta yang berjalan baik akan membuat seseorang merasa senang, tetapi sebaliknya jika hubungan tersebut bermasalah akan menimbulkan kesedihan. Pada masa remaja muncul ketegangan dan masalah emosional yang membuat emosi remaja tidak stabil (Endrastuty & Setiawati, 2019). Hal ini kemudian menimbulkan konflik pada remaja yang menjadi penyebab berakhirnya hubungan atau putus cinta. Menurut Duck (dalam Apriliaawati, 2017) mengatakan bahwa

putus cinta itu hal normal yang terjadi dalam perkembangan hubungan, namun pada beberapa kasus, berakhirnya hubungan atau jalinan cinta berdampak buruk bagi individu. Menurut Reivich & Shatte (dalam Kalsum & Laksmitiati, 2023) mengutarakan seseorang yang mengalami putus cinta akan merasa marah, takut, sedih, cemas, malu, perasaan bersalah dan depresi.

Pada kasus yang terjadi di Palembang, Sumatera Selatan kepada seorang perempuan berinisial MR (21) yang mengalami penganiayaan dari mantan pacarnya berinisial MRK (20). Diduga penganiayaan dilakukan karena sang mantan merasa cemburu dengan korban yang sedang dekat dengan orang lain padahal statusnya sudah mantan. Karena tidak tahan dengan sikap mantannya yang tidak dapat dimaafkan, MR akhirnya melaporkan hal tersebut ke Mapolrestabes Palembang (www.detik.com).

Pada kasus kedua terjadi kepada seorang wanita berinisial DL (17) yang mengalami penganiayaan dari mantan pacarnya berinisial ART. Diduga penganiayaan dilakukan karena DL menolak ajakan dari ART untuk balikan sehingga terjadilah kekerasan. Karena perbuatan tersebut tidak dapat dimaafkan, DL beserta keluarganya melaporkan hal tersebut ke Mapolrestabes Medan (www.beritasatu.com).

Fenomena putus cinta ini juga dialami oleh salah satu mahasiswa Psikologi semester 5 di Universitas Prima Indonesia berinisial (H). H mengungkapkan pengalamannya setelah putus cinta akibat perbedaan agama. Pada awalnya, H merasa marah dan kecewa, bahkan enggan berbicara dengan mantan kekasihnya. Namun, setelah beberapa hari, ia merasa lelah dengan perasaannya dan mulai bertanya-tanya tentang kesulitan untuk *move on*. Dengan saran dari teman-temannya untuk memaafkan demi kebaikan diri sendiri, H mulai belajar mengenali perasaannya dan fokus untuk melepaskan amarah. Setelah tiga bulan berusaha, akhirnya H bisa memaafkan mantan kekasihnya dan merasa lebih lega serta bisa fokus pada kegiatan kampusnya.

McCullough (2008) berpendapat bahwa *forgiveness* (meminta maaf) adalah perubahan keinginan dari dalam diri seseorang berkaitan dengan cara mengambil keputusan untuk tidak membalas dendam atau menghindari orang yang telah menyakiti, namun dapat berdamai dengan keadaan dan kembali menjalin hubungan baik sehingga terhindar dari berbagai emosi negatif. Ada beberapa aspek *forgiveness* antara lain yaitu, motivasi untuk balas dendam (*revenge motivation*), motivasi untuk menghindar (*avoidance motivation*), dan motivasi untuk berbuat baik (*benevolence motivation*). Terdapat faktor

yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan *forgiveness* seperti, peristiwa, persepsi sosial, kualitas dalam hubungan, dan kepribadian (McCullough, 2000). Namun Worthington & Wade (dalam Purba dan Kusumawati, 2019) berpendapat bahwa kecerdasan emosi termasuk faktor yang juga mempengaruhi *forgiveness*.

Menurut Goleman (dalam Nova, 2014) Kecerdasan emosi (*Emotional Intelligence*) adalah kemampuan dalam diri seseorang untuk mengatasi rasa frustasi, mengendalikan keinginan hati, tidak mencari pelampiasan, mampu mengendalikan perasaan, memastikan stress tidak mempengaruhi cara berpikir dan berempati kepada orang lain. Kecerdasan emosi memiliki beberapa aspek yaitu, kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Seseorang dengan kualitas kecerdasan emosi yang tinggi dapat lebih mudah untuk merasa tenang ketika menghadapi masalah atau situasi sulit, hal ini membantu mereka untuk lebih mudah menerima, berdamai, dan melakukan *forgiveness* (Zuroida dkk, 2022).

Penelitian Jannah & Huroniyah (2025) dilaksanakan menggunakan metode kuantitatif korelasional. Pada populasi sebanyak 730 santriwati Pondok Pesantren Nurul Qur'an, Patokan, Kraksaan, Probolinggo. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, sampel berjumlah 43 santriwati Pondok Pesantren Nurul Qur'an Patokan Kraksaan Probolinggo. Skala kecerdasan emosi menggunakan modifikasi desain skala penelitian yang dilakukan oleh Fitri & Riri, skala *forgiveness* menggunakan *Transgression-Related Interpersonal Motivation* (TRIM-18). Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup kuat antara kecerdasan emosi dan *forgiveness* pada santriwati Pondok Pesantren Nurul Qur'an Patokan Kraksaan Probolinggo, hal tersebut terlihat dari hasil uji hipotesis menggunakan korelasi pearson dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien 0,589.

Penelitian yang ditulis oleh Rizkyani, dkk (2024) dilakukan dengan teknik pengambilan data *purposive sampling* dari populasi mahasiswa di perguruan tinggi daerah Bangka Belitung dan Jawa Tengah, jumlah subjek penelitian sebanyak 109 orang. skala *forgiveness* diukur menggunakan skala pemaafan Nashori , untuk skala kecerdasan emosi diukur menggunakan skala *Trait Emotional Intelligence Questionnaire ShortForm* (TEIQUE-SF). Berdasarkan hasil uji korelasi antara kedua variabel adalah positif, sehingga apabila semakin tinggi Tingkat kecerdasan emosi pada individu, maka tingkat *forgiveness*-nya juga akan semakin tinggi.

Berdasarkan dari hasil temuan penelitian terdahulu, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah “ adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kecenderungan *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia”, yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi kecenderungan *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah kecenderungan *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia.

Melalui temuan penelitian yang telah dijabarkan, peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu, “Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecenderungan *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecenderungan *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia.

Penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut,

1. Manfaat teoritis pada penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan pengetahuan terkait *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta, dan terkhususnya berhubungan dengan kecerdasan emosi. Kemudian hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bagian yang dapat dijadikan sebuah landasan untuk meningkatkan penelitian yang berikutnya, 2. Manfaat Praktis pada penelitian ini bagi remaja akhir diharapkan mampu mengetahui seberapa besar hubungan dari kecerdasan emosi yang dapat mempengaruhi perilaku *forgiveness* pada diri sendiri dan bagi orang tua diharapkan mampu menambah pengetahuan dalam membantu dan mengarahkan tentang pentingnya melakukan *forgiveness* saat mengalami fase putus cinta.