

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu tahap pertumbuhan seseorang yang paling rumit adalah masa remaja. Perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang signifikan terjadi selama masa ini, mempersiapkan seseorang untuk masa dewasa. Remaja awal (10–13 tahun), remaja pertengahan (14–16 tahun), dan remaja akhir (17–21 tahun) adalah tiga tahap masa remaja, menurut Santrock (2019). Remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan selama tahap ini, seperti menciptakan rasa diri, beradaptasi dengan lingkungan sosialnya, dan mengembangkan regulasi emosi yang lebih matang. Remaja yang gagal menyelesaikan tugas-tugas perkembangan ini berisiko mengalami konflik internal dan eksternal yang dapat menghambat kemampuan mereka untuk berkembang lebih lanjut di semua tingkatan—secara kognitif, sosial, dan emosional.

Deskripsi umum lainnya tentang masa remaja adalah bahwa ini adalah periode yang penuh gejolak yang ditandai dengan pergolakan emosi dan perubahan psikososial. Orang-orang mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang besar sepanjang era ini, yang dapat menyebabkan sejumlah masalah dalam hubungan interpersonal. Perselisihan dengan keluarga, teman, dan kelompok sosial lainnya sering terjadi. Perbedaan nilai, pencarian jati diri yang kuat, serta kurangnya pengendalian emosi dan komunikasi yang baik merupakan penyebabnya. Penanganan perselisihan yang tidak tepat dapat berdampak buruk pada pertumbuhan sosial dan pribadi remaja. (Santrock, 2019).

Seorang guru honorer berinisial RP (39) melaporkan ke polisi tentang dugaan penyerangan terhadap seorang siswa kelas 9 yang sedang melaksanakan salat subuh pada akhir Agustus, seperti dalam contoh kasus yang terjadi di salah satu SMP swasta di Dampit, Kabupaten Malang. Teman-teman sekelasnya mengolok-olok siswa tersebut ketika ia maju ke depan kelas atas permintaan RP, sehingga ia melontarkan hinaan secara spontan. RP pun murka dan menampar siswa tersebut. Pada akhir September, korban melaporkan kejadian tersebut ke Polres Malang. Setelah beberapa kali mediasi yang melibatkan kuasa hukum, pemerintah desa, dan Dinas Pendidikan, akhirnya kasus ini diselesaikan dengan prinsip *restorative justice*. Pihak pelapor menyatakan telah memaafkan pelaku, Pihak pelapor menyatakan telah memaafkan pelaku, meskipun sempat ada permintaan ganti rugi yang dipengaruhi emosi pada awalnya (www.detik.com).

Pada kasus lain, artis Indonesia Cinta Laura pernah menjadi korban perundungan verbal sejak usia 12 tahun, yang sempat membuatnya ingin meninggalkan dunia hiburan. Namun, ia memilih memaafkan karena percaya *forgiveness* penting untuk melepaskan kesedihan dan kemarahan. Dalam wawancaranya, Cinta menegaskan bahwa memaafkan

bukan kelemahan, melainkan cara menciptakan hidup yang lebih bermakna. Meskipun kenangan pahit tetap ada, setelah proses panjang delapan tahun, ia mampu melangkah maju dan fokus pada masa depan tanpa membiarkan pengalaman buruk menghambat kariernya (m.tribunnews.com).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMP Negeri 19 Medan, Kecamatan Medan Petisah, pada tanggal 8 Januari 2025 terhadap dua puluh siswa berusia 15 tahun, ditemukan bahwa mereka memiliki cara berbeda dalam menghadapi perlakuan menyakitkan dari teman. Dua siswa mengaku sulit memaafkan ejekan atau hinaan meski teman yang bersangkutan telah meminta maaf. Mereka merasa kesal dan cenderung menyimpan dendam karena kesulitan melupakan kejadian tersebut. Sebaliknya, beberapa siswa lain memilih untuk memaafkan, dengan alasan bahwa memaafkan dapat mencegah masalah menjadi lebih besar dan menjaga hubungan pertemanan. Salah satu siswa berkomentar, “Kalau marah terus, nanti malah capek sendiri. Lebih baik memaafkan saja.” Namun, masih ada siswa yang mengaku kesulitan mengendalikan emosi, terutama ketika merasa ejekan yang diterima sangat menyakitkan. Beberapa dari mereka memilih untuk menyimpan dendam, bahkan sulit melupakan perlakuan buruk tersebut. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh informasi siswa-siswi di SMP Negeri 19 Medan memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi konflik, faktanya terdapat sekitar 6 dari 10 siswa yang sulit dalam memaafkan ketika mendapatkan perlakuan yang menyakitkan, dan sisanya sudah bisa memaafkan situasi yang dialaminya.

Fenomena yang ditemukan di SMP Negeri 19 Medan ini menggambarkan bagaimana *forgiveness* menjadi respons yang kompleks terhadap perlakuan menyakitkan. Sikap ini tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman individu, tetapi juga berbagai faktor psikologis yang membentuk kemampuan seseorang untuk memaafkan. Untuk memahami lebih dalam, *forgiveness* dapat didefinisikan dan dianalisis berdasarkan aspek-aspek yang mendasarinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, *forgiveness* merupakan kemampuan seseorang untuk mengatasi emosi negatif seperti rasa marah, dendam, atau kebencian, dan menggantikannya dengan penerimaan, pemahaman, serta niat baik terhadap pihak yang telah menyakitinya. Menurut Akisan., dkk (2025) menyatakan bahwa *forgiveness* adalah proses yang melibatkan pengurangan motivasi untuk membalas dendam dan peningkatan motivasi untuk berdamai dengan pelaku yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Forgiveness tidak hanya berdampak pada hubungan interpersonal, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan mental individu.

Adapun aspek *forgiveness* menurut Akisan., dkk (2025) yaitu, 1) *Avoidance Motivation*, yaitu kecenderungan untuk menghindari pelaku atau situasi yang berkaitan dengan pelaku sebagai cara melindungi diri dari luka emosional lebih lanjut, 2) *Revenge Motivation*, yaitu dorongan untuk menyakiti atau membalas perbuatan pelaku sebagai bentuk ekspresi dari rasa marah atau kecewa, 3) *Benevolence Motivation*, yaitu keinginan untuk menunjukkan kebaikan hati, empati, dan niat untuk berdamai dengan pelaku, meskipun telah disakiti.

Dampak dari tingginya *forgiveness* dalam diri seseorang adalah terciptanya hubungan sosial yang lebih sehat dan kualitas hidup yang lebih baik. Sebaliknya, rendahnya *forgiveness* dapat menyebabkan individu terjebak dalam emosi negatif, seperti dendam dan kebencian, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kesejahteraan psikologisnya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *forgiveness* adalah kematangan emosi. Kematangan emosi berperan penting dalam membantu individu mengelola gejala emosional yang muncul akibat konflik. Menurut Singh dan Bhargava (2020), kematangan emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan dan memahami emosi dalam proses perkembangan menuju kedewasaan, sehingga dapat meredam dorongan agresi dan mengendalikan emosi dengan baik.

Adapun aspek-aspek kematangan emosi menurut Singh dan Bhargava (2020) yaitu, 1) *Emotional Stability*, yaitu kemampuan untuk tetap tenang dan tidak bereaksi berlebihan dalam situasi menekan, 2) *Emotional Progression*, yaitu menunjukkan kedewasaan dalam menghadapi perubahan dan tantangan emosional, 3) *Social Adjustment*, yaitu kemampuan menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial dengan sehat dan konstruktif, 4) *Personality Integration*, yaitu menyatukan berbagai aspek kepribadian dalam keselarasan yang harmonis, 5) *Independence*, yaitu tidak mudah terpengaruh tekanan eksternal dan memiliki kontrol atas perasaan.

Hubungan antara kematangan emosi dan *forgiveness* menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kematangan emosi yang tinggi cenderung lebih mampu melepaskan emosi negatif seperti dendam dan kebencian. Hal ini membuat mereka lebih mudah memaafkan dan membangun hubungan sosial yang sehat. Dengan demikian, kematangan emosi menjadi salah satu kunci utama dalam meningkatkan kemampuan *forgiveness* seseorang (Widasuri, dkk., 2018).

Penelitian terkait kematangan emosi dengan *forgiveness* telah banyak diteliti sebelumnya. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Fitriany, R., dkk (2022) pada siswa SMAN 1 Lembah Gumanti. Berdasarkan temuan penelitian, terdapat hubungan positif yang substansial antara kematangan emosi dan sikap memaafkan, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,452 pada tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Widasuri dan Laksmiwati (2018) juga mengidentifikasi korelasi yang positif antara sikap memaafkan dan kematangan emosi dalam penelitian mereka terhadap mahasiswa psikologi di Universitas Negeri Surabaya.

Penelitian ini menemukan bahwa kecenderungan untuk memaafkan meningkat seiring dengan kematangan emosi. Selain itu, dengan nilai koefisien korelasi lebih besar dari 0,559 dan tingkat signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p < 0,00$), penelitian Dwityaputri dan Sakti (2015) terhadap siswa SMA Islam Cikal Hope di BSD-Tangerang Selatan menunjukkan bahwa regulasi emosi berperan signifikan dalam memengaruhi kondisi ini. Kondisi ini menyiratkan bahwa manajemen emosi dan kematangan emosi berperan signifikan dalam menumbuhkan sikap memaafkan. Orang yang pandai mengendalikan emosi juga cenderung lebih pemaaf, yang memungkinkan mereka untuk mempertahankan hubungan sosial yang lebih baik. Kematangan emosi bukanlah satu-satunya komponen yang berkontribusi pada munculnya sikap memaafkan; berbagai keadaan memengaruhi tingkat kemampuan memaafkan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun anak-anak memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi, keberadaan elemen-elemen tambahan, termasuk masalah budaya, sosial, psikologis, dan pribadi, juga dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk memaafkan. Peneliti tertarik untuk melihat "Hubungan antara Kematangan Emosional dan Sikap Memaafkan pada Siswa SMP Negeri 19 Medan" berdasarkan pernyataan tersebut. Hipotesis penelitian ini adalah bahwa siswa di SMP Negeri 19 Medan memiliki korelasi yang positif antara sikap memaafkan dan perkembangan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa kapasitas seseorang untuk memaafkan meningkat seiring dengan tingkat kematangan emosinya. Di sisi lain, kapasitas seseorang untuk memaafkan menurun seiring dengan perkembangan emosinya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada siswa-siswi?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada siswa-siswi

D. Manfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat dari penelitian ini: manfaat teoretis dan manfaat praktis. Penjelasan kedua manfaat ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pemahaman kita tentang pengampunan manusia. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat mendukung penelitian lebih lanjut, khususnya psikologi, khususnya psikologi sosial dan kepribadian.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk Siswa: Memberikan pemahaman tentang pentingnya *forgiveness* dan mengelola emosi untuk meningkatkan hubungan interpersonal.
- b. Untuk Pihak Sekolah: Sebagai acuan dalam mengembangkan program pengelolaan emosi dan budaya *forgiveness*, seperti pelatihan pengendalian emosi, simulasi konflik interpersonal, atau workshop pengembangan diri.
- c. Untuk Orang Tua: Memberikan panduan praktis bagi orang tua untuk mendukung anak dalam mengelola konflik interpersonal, misalnya melalui strategi komunikasi efektif dan pemberian dukungan emosional di rumah.