

PEMAAFAN PADA REMAJA: BAGAIMANA PERAN RELIGIUSITAS DAN EGO DALAM PEMAAFAN?

^{1*}Ivan Muhammad Agung, ²Nurul Fadlah Fajar

Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

*Email Penulis Korespondensi: ivan.agung@uin-suska.ac.id

Abstrak

Pemaafan merupakan salah satu aspek penting dalam membangun hubungan interpersonal. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran religiusitas dan ego terhadap pemaafan pada remaja. Subjek penelitian berjumlah 305 remaja (141 pria dan 164 wanita). Pengukuran yang digunakan pada penelitian ini dengan tiga alat ukur, yaitu skala religiusitas, ego dan pemaafan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa religiusitas dan ego memiliki kontribusi signifikan pada pemaafan. Religiusitas berhubungan positif dengan pemaafan. Hal ini berarti semakin individu memiliki religiusitas, semakin tinggi pemaafan individu, sementara ego berhubungan negatif dengan pemaafan, artinya individu yang memiliki ego rendah, akan cenderung lebih mudah memaafkan daripada individu yang memiliki ego tinggi. Hasil penelitian dan implikasi akan dibahas dalam artikel ini.

Kata kunci: religiusitas, ego dan pemaafan

Abstract

Forgiveness is one of the crucial aspects in building interpersonal relationships. This study aims to examine the role of religiosity and ego on forgiveness among adolescents. The research subjects consisted of 305 adolescents (141 males and 164 females). The measurement in this study used three measuring instruments: religiosity scale, ego scale, and forgiveness scale. The results showed that religiosity and ego have significant contributions to forgiveness. Religiosity is positively correlated with forgiveness. This means that the higher an individual's religiosity, the higher their level of forgiveness. Meanwhile, ego is negatively correlated with forgiveness, meaning that individuals with low ego tend to forgive more easily compared to individuals with high ego. The research results and implications will be discussed in this article.

Keywords: religiosity, ego, forgiveness

Pendahuluan

Pemaafan merupakan salah satu konsep yang banyak diteliti di ilmu psikologi. Pemaafan memiliki peran penting dalam hubungan interpersonal. McCullough, Worthington dan Rachal (1997) juga menyatakan bahwa pemaafan merupakan motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk melakukan rekonsiliasi dengan pelaku.

Istilah pemaafan bukanlah hal yang asing dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun begitu, menurut Thorensen, Luskin dan Harris (dalam Worthington, 1998:163) masyarakat umumnya tahu mengenai memaafkan namun tidak tahu bagaimana cara memaafkan. Pemaafan atau *transgresi* terjadi karena adanya pertikaian dengan pihak lain. Pemaafan sering dikatakan memiliki suatu proses kompleks yang melibatkan berbagai macam komponen. Pemaafan: upaya untuk mengurangi atau menghilangkan emosi negatif (balas dendam dan menghindar) dan berbuat baik kepada *offender* (McCullough, dkk, 1997; Rye., dkk, 2001). Pemaafan : suatu proses transformasi afektif, kognitif, penilaian dan motivasi dari negatif ke netral atau positif terhadap *offender* (Thompson & Snneyder; Denham, 2005).

Memaafkan dalam rangka memperbaiki hubungan interpersonal memerlukan tindak lanjut yang sesuai dengan tujuan kemas depan, tidak berhenti pada sekedar mengatakan maaf tetapi merupakan suatu momentum awal untuk melangkah lebih jauh ke masa depan secara bersama-sama untuk membina kembali suatu hubungan yang sebelumnya telah renggang (Smedes, 1991). McCullough dan Worthington (1995) mengatakan bahwa pemaafan terdiri dari komponen tingkah laku, afektif dan kognitif, dimana pada saat seseorang memaafkan menyebabkan penurunan emosi negatif dan penilaian terhadap pelaku *transgresi* tetapi bukan penyangkalan atau penghilangan emosi atau penilaian terhadap suatu situasi. Ketika pemaafan diberikan, emosi-emosi negatif yang timbul dari *transgresi* seperti marah dan benci akan berangsur-angsur berkurang. Pada saat yang sama berkembanglah emosi positif seperti belas kasih, simpati dan cinta.

Enright dan Coyle (2003) mengatakan bahwa pemaafan merupakan sebuah proses interpersonal yaitu sebuah proses yang paling sering kali muncul dalam hubungan antar individu daripada dengan sebuah objek atau kejadian. Pemaafan diberikan oleh orang yang mengalami *transgresi* (korban) kepada pelaku *transgresi*. Pada saat memaafkan hubungan antara korban dan pelaku *transgresi* dapat diperbaiki. Korban tidak akan menjauhi pelaku ataupun memutuskan hubungan dengan pelaku.

Pemaafan sendiri telah banyak digunakan untuk penyelesaian konflik, salah satunya seperti yang telah dilakukan Uskup Desmond Tutu, dimana merupakan orang yang gigih dalam menekankan pentingnya sikap memaafkan agar tercapainya perdamaian di Afrika Selatan. Dengan adanya pemaafan maka lahirlah kesempatan untuk memulihkan suatu hubungan dari pihak-pihak yang pernah bertikai. Desmond Tutu menyatakan, "*without forgiveness there is no future...*" hal ini berarti walaupun saat memaafkan kita tidak dapat mengubah masa lalu tetapi kita dapat mengubah masa depan (Grasiana, 2004).

Pemaafan membawa suatu harapan baru yang lebih baik dan memfasilitasi terciptanya perdamaian. Kesuksesan penyelesaian konflik di Afrika Selatan telah memberikan bukti bahwa pemaafan adalah solusi untuk mencapai perdamaian yang pantas untuk dipertimbangkan

(Grasiana, 2004:3). Kasus yang serupa dimana pemaafan digunakan sebagai penyelesaian konflik juga terjadi di Indonesia seperti konflik antara Dayak-Madura, kasus Ambon, Aceh dan Poso (Rahardjo, 2010:1).

Pendekatan pemaafan tidak hanya berguna dalam meredakan konflik tetapi juga memberikan banyak dampak positif dalam kehidupan manusia. Enright dan Cole (1998:78) mengatakan bahwa individu yang tidak mampu memaafkan akan berpengaruh buruk atau memiliki masalah dalam kehidupan sosialnya. Sedangkan menurut Thoresen, Luskin dan Harris (1998:79) memaafkan dapat mempengaruhi kesehatan fisik maupun mental seseorang. Memaafkan dapat membantu seseorang mengatasi rasa marah dan stress yang dapat berpengaruh pada fisik seperti penyakit kardiovaskular, darah tinggi, kanker dan penyakit psikosomatis lainnya (Harnden dalam <http://www.leaderu.com>).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pemaafan seperti kepribadian, tingkat kesalahan, dan religiusitas. Pada penelitian fokus pada religiusitas dan ego. Religiusitas adalah keyakinan atau sikap beragama (Dezutter, Soenens, & Hutsebaut, 2006), dan aspek perilaku yang meliputi perilaku menghadiri kegiatan keagamaan, atau bersifat personal seperti sholat, dan lainnya (Poloma & Pendleton, 1990; Maltby, Lewis, & Day, 1999). Religiusitas berperan penting pada kesejahteraan psikologis individu. Religiusitas menjadi sumber inspirasi, nilai dan motivasi untuk melakukan kebaikan pada orang lain. Hasil studi menunjukkan bahwa orang yang memiliki religiusitas cenderung memaafkan orang lain.

Selain itu faktor kepribadian juga berperan penting dalam pemaafan, salah satunya adalah ego. Istilah ego dipopuler oleh Freud lewat teori kepribadian psikoanalisis, yang mengatakan bahwa struktur kepribadian terdiri dari id, ego dan superego. id berkaitan dengan naluri yang bersifat biologis, fisiologis dan kesenangan, sementara ego bicara tentang diri, yang menjembatani keinginan id dan superego. sementara, superego berkaitan dengan norma sosial. Egoisme adalah melihat sesuatu dari perspektif kepentingan personal (Weigel et al., 1999). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ego berkaitan dengan pemaafan (Zhou, dkk 2021; Strelan. 2007). Individu yang memiliki ego tinggi cenderung memiliki sifat kurang pemaaf. Ego tinggi biasanya berkaitan dengan harga diri tinggi. Individu cenderung fokus pada dirinya bukan pada kepentingan orang pada umumnya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran religiusitas dan ego terhadap pemaafan pada remaja. Individu yang religius dan memiliki ego rendah cenderung memiliki sifat pemaaf pada orang lain.

Metode

Partisipan

Penelitian dilakukan di salah satu SMA negeri di Pekanbaru Subjek penelitian berjumlah 305 remaja (141 pria dan 164 wanita), umur ($M = 15,94$, $SD = 0.91$). Teknik sampling non random sampling, yaitu *convenience sampling*.

Pengukuran

Pemaafan diukur dengan skala pemaafan, yang terdiri dari 3 dimensi kognitif, emosi dan interpersonal), jumlah aitem 29 aitem. Contoh aitem :Saya sangat membenci teman yang melukai hati saya. Religiusitas diukur dengan modifikasi skala religiusitas dari Bixter (2015) .Jumlah aitem sebanyak 4 aitem .Contoh aitem: "menghadiri kegiatan keagamaan"Ego diukur dengan dengan skala ego dengan model rating scale. Jumlah aitem : 9 aitem Contoh aitem : "Sulit menerima masukan dari teman"

Analisis data

Analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan analisis korelasi pearson atau regresi dengan menggunakan program SPSS.

Hasil

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa religiusitas dan ego berperan signifikan dalam pemaafan $F(2,10.22)$, $p = 0.000$, hipotesis diterima. Dilihat lebih rinci, religiusitas berhubungan positif dengan pemaafan $r = 0.207$, ($p < 0.01$).artinya semakin tinggi religiusitas individu, maka akan cenderung memaafkan orang lain. Sementara ego berhubungan dengan negatif dengan pemaafan $r = -0.156$, ($p < 0.01$). Artinya,individu yang memiliki ego tinggi cenderung memiliki pemaafan rendah. *Adjusted square* sebesar 5, 7%, artinya religiusitas dan ego hanya dapat menjelaskan pemaafan sebesar 5,7 % (kecil), sedangkan sisanya 94,3% dijelaskan oleh faktor lain.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran bahwa religiusitas dan ego terhadap pemaafan pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara bersama-sama religiusitas dan ego berpengaruh terhadap pemaafan pada remaja. Religiusitas berhubungan positif dengan pemaafan, artinya individu yang memiliki religiusitas tinggi cenderung lebih memaafkan orang lain. Hasil ini sesuai dgn beberapa hasil penelitian sebelumnya (Escher, . 2013; Ayten & Ferhan, 2016; Amini, dkk 2014; Fox & Thomas, 2008)

Religiusitas merupakan hal penting bagi remaja. Religiusitas memberikan panduan, arahan dan kesejahteraan psikologis bagi individu. Ada dua hal yang penting dalam religiusitas, yaitu keyakinan dan perilaku. Keyakinan berkaitan kepercayaan kepada Allah selaku yang menciptakan manusia, dan mengikuti segala peraturan yang ada dalam agama , seperti perilaku dalam menjalankan perintah agama (sholat, puasa, dan sebagainya). ketika individu, mengalami

konflik interpersonal, maka ada dua pilihan respon memaafkan atau tidak memaafkan. Religiusitas memberikan panduan bagaimana membangun hubungan interpersonal, salah satunya memaafkan ketika mengalami konflik. Individu yang memiliki religiusitas, akan cenderung mengadopsi nilai-nilai yang diajarkan agama, dan akan cenderung lebih memaafkan dibandingkan yang memiliki religiusitas yang rendah.

Sementara ego berhubungan negatif dengan pemaafan. Individu yang memiliki ego rendah, akan cenderung lebih mudah memaafkan daripada individu yang memiliki ego tinggi. Individu yang memiliki ego tinggi (low empathy & pro sosial) berimplikasi pada rendahnya pemaafan (Karremans, dkk, 2008; McCullough, dkk, 1997; Zhou, dkk 2021). Individu yang memiliki ego tinggi cenderung memandang segala sesuatu dari perspektif diri sendiri dan cenderung memiliki harga diri tinggi, sehingga ketika terjadi konflik, individu cenderung kurang memaafkan orang lain. Individu yang memiliki ego rendah, cenderung mudah menerima masukan orang lain, cenderung lapang dada, dan mudah memaafkan orang lain.

Beberapa keterbatasan dari penelitian ini, pertama, jumlah dan heterogen subjek dalam penelitian tidak beragam sehingga belum dapat gambaran yang utuhnya hubungan antara religiusitas dan ego terhadap pemaafan, kedua, metode penelitian diperlukan pengujian lebih lanjutnya, seperti menggunakan metode eksperimen dalam pengujian variabel. Ketiga, religiusitas dan ego belum dapat menjelaskan pemaafan secara maksimal, oleh karena itu perlu menambahkan variabel lain untuk dapat menjelaskan varians pemaafan lebih baik. Sesuai saran Murken, dan Shah, (2002) dalam meneliti pengaruh religiusitas terhadap kesehatan mental harus memperhatikan variabel tingkat pendidikan, sosial ekonomi, self esteem dan yang lainnya.

Kesimpulan

Religiusitas dan Ego berperan signifikan dalam pemaafan pada remaja. Namun memiliki kontribusi relatif kecil dalam menjelaskan pemaafan. Implikasinya perlu melakukan penelitian yang lebih komprehensif melibatkan beberapa faktor *personality*, dan sosial seperti tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, dan faktor situasional dalam memahami pemaafan.

Referensi

- Baumeister, R. F., Exline, J. J., & Sommer, K. L. (1998). *The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness*. Dalam E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of Forgiveness* (hal 79-104). Philadelphia.
- Burns, R.B. (1998). *Konsep Diri: Teori, pengukuran, perkembangan dan perilaku* (Edisi Bahasa Indonesia) Jakarta: Arcan.
- Dayakisni, T. & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Desmita. (2007). *Psikologi Perkembangan*. PT Remaja Rosdakarya: Bandung.
- Elfida, Diana, dkk (2012). *Pedoman Penulisan Skripsi*. UIN Suska: Psikologi.

- Enright, R.D. (2001) *Forgiveness Is A Choice: A Step-By-Step Process For Resolving Anger And Restoring Hope*. APA Life Tools. Washington DC.
- Ficham, Frank D., Hall, Julie dan Beach, Steven R.H. (2006). *Forgiveness in marriage: Current Status and Future Direction*. Journal of Family Relation. Vol 55, No 4.
- Gani, Asep H. (2011). *Forgiveness Therapy*. Yogyakarta ; Kanisius.
- Hadi, Sutrisno. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta; ANDI.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Lima)*. Jakarta: Erlangga.
- McCullough, M, E., Worthington, E. L., Rachal, K. C. (1997). *Interpersonal Forgiving In Close Relationship*. Journal of Personality and Social Psychology, 73, (2), 321- 336.
- McCullough, Michael E. Rachal, K Chris. Sandage, Steven J. Worthington, Everett L. Brow, Susan Wade, dan Hight, Terry L. (1998). *Interpersonal forgiving in close relationship II: Theoretical Elaboration and Measurement*. Journal of Personality and Social Psychology. 75, 1586-1603.
- McCullough, Michael E. (2000). *Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well-Being*. Journal of Social and Clinical Psychology. 19, 43-55.
- McCullough, Michael E. Tsang, Jo-Ann. Fincham, Frank D. (2003) *Forgiveness, Forbearance, and Time: The Temporal Unfolding of Transgression-Related Interpersonal Motivations*. Journal of Personality and Social Psychology. Amerika.
- Murken, S & Shah, A.A.(2002). Naturalistic and Islamic Approaches to Psychology, Psychotherapy, and Religion: Metaphysical Assumptions and Methodology—A Discussion. *THE International Journal For The Psychology Of Religion*, 12(4), 239–25
- Nashori, H. F. (2008) *Psikologi Sosial Islami*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Nashori, H.F. (2012). *Meningkatkan Kualitas Hidup Dengan Pemaafan*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII.
- Papalia, D. E. Olds, S. W., & Feldman. Ruth, D. (2009). *Human development*. Perkembangan Manusia. Salemba Humanika. Jakarta
- Robins, dkk. (2002). *Global Self Esteem Across The Life Span*. Psychology and Aging Journal. 17 (3), 423-434.
- Susanti, Muchlis & Yuli.(2005). *Hubungan antara citra diri pada remaja akhir (studi pada siswa siswi MAN 2 Model pekanbaru)*. Jurnal Psikologi Vol 3 No 1. Fakultas Psikologi. Uin Suska Riau.
- Strelan, P. (2007). Who forgives others, themselves, and situations? The roles of narcissism, guilt, self-esteem, and agreeableness. *Personality and Individual Differences*, 42, 259-269. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2006.06.017>.
- Tsang, J. A., McCullough, M. E., & Fincham, F. D. (2006) *The longitudinal association between forgiveness and relationship, closeness and commitment*. Journal of Social and Clinical Psychology, 25, (4), 448-472.
- Wardhati, L, T. Faturochman. (2006). *Psikologi pemaafan (The psychology of forgiveness)*. Buletin Psikologi.
- Worthington, Everett L (Ed).(1998). *Dimension of Forgiveness*. USA: Templeton Foundation Press.

- Worthington, Everett L (Ed).(2005). *Handbook of Forgiveness*. Newyork: Routledge
- Younger, Jarred W. Rachel, L. Jobe, Rebecca L. dan Lawler, Kathleen A. (2004). *Dimensions of forgiveness: The views of laypersons*. Journal of Social and Personal Relationships. 21(6): 837–855.
- Zhou, Y., Zhao, L., Yang, Y., & Liu, X. (2021). Influence of Ego Depletion on Individual Forgiveness in Different Interpersonal Offense Situations. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.631466>.