

Memaafkan dan Komitmen Pernikahan Pada Istri Setelah Diselingkuhi Oleh Suami

Nur Dewi Rahayu¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *One of the reasons why the life of marriage not harmony was infidelity. Infidelity which has known by husband, wife or either may give big impact and occurs in long term because the commitment which contain trust on each other has broken. In order that the impact of infidelity not really took seriously, a forgiveness became the most important choice to deal with infidelity which done by one of mate. The aim of this study was to determine the forgiveness of a wife and the commitment of a marriage of a wife after her husband having affair. Researcher on this study used qualitative research with phenomenology approach. Purposive sampling technique was used to get corresponding subject of this research and the method of data collection which used is in-depth interview and observation related to four subjects of the wife who was surrounded by the husband. The first subject, H could not forgive her husband's infidelity fully in cognitive, affective and behavioral aspect, so that the commitment after her husband having affair was less strong. The second subject, S could not forgive her husband in cognitive and affective aspect, so that the commitment after her husband having affair was less strong. The third subject, MR could forgive her husband in cognitive and behavioral aspect, so that the commitment of marriage after her husband having affair was strong. The fourth subject, NB could not forgive her husband's infidelity in cognitive, affective and behavioral aspect, so that the commitment of marriage after her husband having affair was less strong.*

Keywords: *forgive, commitment of marriage*

ABSTRAK. Salah satu alasan mengapa kehidupan pernikahan tidak harmonis adalah perselingkuhan. Perselingkuhan yang telah diketahui oleh suami, istri atau keduanya dapat memberikan dampak besar dan terjadi dalam jangka panjang karena komitmen yang mengandung kepercayaan satu sama lain telah rusak. Agar dampak perselingkuhan tidak terlalu serius, pengampunan menjadi pilihan paling penting untuk menghadapi perselingkuhan yang dilakukan oleh salah satu pasangan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengampunan seorang istri dan komitmen pernikahan seorang istri setelah suaminya berselingkuh. Peneliti pada penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengambilan sampel Purposive sampling digunakan untuk mendapatkan subjek penelitian yang sesuai dan metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam dan observasi terkait dengan empat subjek istri yang dikelilingi oleh suami. Subjek pertama, H tidak bisa memaafkan perselingkuhan suaminya sepenuhnya dalam aspek kognitif, afektif dan perilaku, sehingga komitmen setelah suaminya berselingkuh kurang kuat. Subjek kedua, S tidak bisa memaafkan suaminya dalam aspek kognitif dan afektif, sehingga komitmen setelah suaminya berselingkuh kurang kuat. Subjek ketiga, MR bisa memaafkan suaminya dalam aspek kognitif dan perilaku, sehingga komitmen pernikahan setelah berselingkuh kuat. Subjek keempat, NB tidak bisa memaafkan perselingkuhan suaminya dalam aspek kognitif, afektif dan perilaku, sehingga komitmen pernikahan setelah perselingkuhan suaminya kurang kuat.

Kata Kunci: memaafkan, komitmen pernikahan

¹ Email: rahayunurdewi@gmail.com

PENDAHULUAN

Seseorang yang memiliki kesiapan dan kemampuan serta kesanggupan untuk memiliki pasangan hidup, maka akan memutuskan untuk menikah. Semua orang yang telah menikah tentunya memiliki tujuan dalam pernikahannya. Selain untuk memiliki keturunan juga keinginan untuk hidup bahagia dengan pasangan sampai akhir hayatnya, namun bagaimanapun juga pernikahan pada dasarnya terdiri atas dua orang berbeda yang disatukan dengan kepribadian, sifat, karakter dan latar belakang keluarga yang berbeda (Santrock, 2002), semua itu sudah ada sebelum pasangan tersebut memutuskan untuk menikah. Pada kenyataannya tidak selamanya kehidupan dalam pernikahan itu berjalan harmonis, salah satu yang menjadi sebab yaitu perselingkuhan. Maka periode ketidakbahagiaan juga akan berkurang. Ketidakbahagiaan menjadi suatu permasalahan yang harus dibahas (Sofia, Devi, Wahdaniah dan Pertiwi, 2018).

Data perceraian dari Pengadilan Agama di tingkat Provinsi Kalimantan Timur terdapat beberapa faktor-faktor penyebab terjadinya perceraian, di antara penyebab tersebut adalah karena gangguan pihak ketiga dan zina. Tahun 2012- 2014 kasus perceraian terus-menerus mengalami peningkatan, kemudian di tahun 2015 mengalami penurunan. Tahun 2016-2017, kembali terjadi peningkatan kasus perceraian.

Adanya pihak ketiga dalam rumah tangga menyebabkan terjadinya perselingkuhan. Permasalahan perselingkuhan akan timbul apabila diketahui oleh pasangan, sehingga memberikan dampak yang sangat besar dan berlangsung dalam jangka panjang (Subotnik & Harris, 2005). Menurut Ginanjar (2009) individu yang melakukan pengkhianatan terhadap kesetiaan pernikahan membuat pasangannya merasakan sakit hati. Agar dampak dari perselingkuhan tidak membesar, maka pemaafan menjadi salah satu pilihan terbaik bagi istri dalam menghadapi perselingkuhan yang dilakukan oleh suami. Umumnya pemaafan yang dilakukan oleh istri adalah untuk menjaga keutuhan rumah tangga. Selain itu, pemaafan yang ditunjukkan istri terhadap suami dapat terjadi karena beberapa alasan. Then (dalam Naland, 2001) menyebutkan alasan seorang istri bertahan dalam pernikahannya adalah karena mencintai suami, anak-anak, keluarga, pernikahannya, ketergantungan terhadap suami, perselingkuhan bukan merupakan alasan untuk bercerai, kehidupan

beragama, alasan sosial dan alasan keuangan. Memaafkan kesalahan pasangan sangat penting karena dapat menghindari terjadinya perceraian (Gottman & Silver, 2001). Zechmeister & Romero (2002) menyatakan bahwa pemaafan sering diberikan oleh korban untuk memenuhi tuntutan peran sosial dalam masyarakat. Perilaku memaafkan akan tampil baik dalam pikiran, perasaan dan tingkah laku (McCullough, Fincham, & Tsang, 2003).

Memaafkan merupakan suatu pilihan internal korban baik sengaja maupun tidak untuk melepaskan tidak memaafkan jika dirasa aman dan memungkinkan untuk dilakukan serta bijaksana, sehingga rekonsiliasi dengan orang yang melakukan kesalahan dapat terjadi. Tentunya hal ini berpengaruh pada masing-masing subjek dalam memaafkan dan komitmen pernikahan setelah diselingkuhi oleh suami. Menurut Arriaga & Agnew (2006) komitmen pernikahan adalah keadaan subjektif, termasuk kognitif dan emosional yang secara langsung mempengaruhi berbagai perilaku dalam hubungan yang sedang berlangsung untuk mempertahankan hubungan menjadi lebih baik atau lebih buruk, sehingga pasangan yang memiliki komitmen pernikahan yang kuat akan memiliki orientasi jangka panjang yang jelas yang ingin dicapai (Impett dkk, 2001). Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap istri yang pernah diselingkuhi oleh suami terkait memaafkan dan gambaran komitmen pernikahan setelah diselingkuhi.

TINJAUAN PUSTAKA

Memaafkan

Menurut Zechmeister & Romero (2002) menyatakan bahwa memaafkan sering diberikan oleh korban karena dituntut memenuhi peran sosial dalam masyarakat. Menurut Spring & Spring (2006) memaafkan merupakan bagian dari suatu proses dimulai dari seseorang menuturkan rasa sakit setelah terjadi peristiwa menyakitkan, lalu berkembang sampai menjalani pengalaman-pengalaman korektif yang membangun kembali kepercayaan dan keintiman.

Berdasarkan beberapa penjelasan mengenai pengertian memaafkan oleh tokoh ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa memaafkan adalah perubahan sikap individu yang telah disakiti untuk tidak membalas dengan perbuatan yang sama terhadap orang yang telah menyakitinya, karena hal ini lebih memberikan kedamaian di dalam hati.

Komitmen Pernikahan

Menurut Arriaga & Agnew (2006) komitmen pernikahan adalah keadaan subjektif, termasuk kognitif dan emosional yang secara langsung mempengaruhi berbagai perilaku dalam hubungan yang sedang berlangsung untuk mempertahankan hubungan menjadi lebih baik atau lebih buruk. Sejalan dengan pendapat Impett, dkk (2001) menyebutkan bahwa komitmen pernikahan dapat menjaga stabilitas hubungan, termasuk hubungan pernikahan.

Berdasarkan beberapa penjelasan mengenai pengertian komitmen pernikahan oleh tokoh ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa komitmen pernikahan adalah suatu prinsip dalam menjaga hubungan yang dipegang teguh oleh pasangan suami-istri, yang berorientasi jangka panjang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Penelitian kualitatif bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Proses penelitian ini melibatkan upaya-upaya penting seperti, mengajukan pertanyaan, mengumpulkan data spesifik, menganalisa data dan menafsirkan makna data (Creswell, 2014).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi. Fenomenologi dalam mencari arti secara psikologis dari pengalaman individu terhadap suatu fenomena melalui penelitian yang mendalam dalam konteks kehidupan sehari-hari subjek yang diteliti (Herdiansyah, 2012). Fenomena yang diteliti dikumpulkan dengan berbagai cara, diantaranya adalah observasi dan wawancara.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian kualitatif fenomenologi ini bertujuan untuk memahami fenomena memaafkan dan komitmen pernikahan pada istri setelah diselingkuhi oleh suami dengan menggunakan metode wawancara dan observasi sebagai alat pengumpulan data utama terhadap subjek.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pemaafan sering diberikan oleh korban untuk memenuhi tuntutan sosial dalam masyarakat. Memaafkan secara sosial juga dijadikan penghalang agar korban tidak melakukan balas dendam, hal ini berkenaan dengan aspek kognitif, aspek afektif dan

aspek perilaku (Zechmeister & Romero, 2002). Memaafkan yang dilakukan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor. McCollough, Pargament, & Thoresen (2000) menyebutkan, terdapat empat faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan yaitu pertama sosial kognitif yang mencakup penilaian korban terhadap pelaku, penilaian korban terhadap kejadian, keparahan kejadian dan keinginan untuk menjauhi pelaku. Kedua karakteristik serangan (*offense-related*) berkaitan dengan seberapa penting dan bermaknanya peristiwa itu. Ketiga kualitas hubungan interpersonal yang didalamnya tercipta kepuasan dalam pernikahan dan kedekatan antara satu sama lain. Keempat faktor kepribadian berkenaan dengan adanya perasaan empati terhadap pelaku.

Pada subjek pertama yaitu H, berusia 35 tahun yang telah menjalani pernikahan selama 17 tahun dan diselingkuhi saat memasuki 11 tahun pernikahan. Subjek merupakan seorang ibu rumah tangga lulusan Paket C. Subjek H, mengalami perselingkuhan yang membuat subjek tidak sepenuhnya memaafkan suami. Hal ini berdasarkan pada aspek-aspek memaafkan dari segi kognitif subjek yang tidak bisa sepenuhnya memaafkan, walaupun suami menceraikan perempuan tersebut karena melihat bahwa tidak adanya rasa penyesalan suami atas perselingkuhan yang telah dilakukan. Ransley & Spy (2005) mengatakan bahwa individu yang bersalah perlu mengungkapkan kesedihan dan penyesalan yang dalam atas apa yang telah dilakukan dan individu yang tersakiti perlu terbuka dengan mengungkapkan perasaan-perasaannya untuk dapat memaafkan dan melepaskan rasa dendam.

Perselingkuhan yang dialami subjek juga membuat ia tidak lagi mempercayai suami. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Maretnawati (2014) yang mengatakan bahwa setelah perselingkuhan yang dialami, istri merasa sulit untuk dapat kembali percaya terhadap suaminya. Pada aspek afektif subjek H yaitu perasaan cinta, sayang serta cemburu yang sudah tidak ada lagi kepada suami dan pada aspek perilaku subjek berupa mengungkapkan keinginan untuk bercerai serta tidak lagi peduli terhadap suami. Perilaku memaafkan pada subjek H lebih dominan dipengaruhi oleh faktor karakteristik serangan (*offense-related*) di mana perselingkuhan sulit untuk dimaafkan karena perbuatan suami terlalu menyakitkan. Teori kognitif yang diungkapkan oleh Kellogg (2016) bahwa

pengalaman seseorang membentuk skema atau pemetaan pikiran tertentu dalam diri seseorang, dan skema ini akan menyertai seseorang dalam membuat keputusan tertentu dalam melakukan tindakan. Subjek kedua yaitu S, berusia 44 tahun yang telah menjalani pernikahan selama 29 tahun. Subjek merupakan seorang ibu rumah tangga lulusan Sekolah Dasar (SD), ia mulai diselingkuhi saat memasuki 6 tahun pernikahan. Perselingkuhan yang dilakukan oleh suami pernah membuat subjek hampir melakukan percobaan bunuh diri di sebuah jembatan, namun tindakannya itu dihalangi oleh suami. Subjek pun mengurungkan tindakannya karena mengingat konsekuensi dan anak yang akan ditinggalkan. Setelah kejadian tersebut, S berusaha memaafkan sebab suami berkomitmen untuk tidak mengulangi perbuatannya. Selain itu, S masih memiliki perasaan sayang terhadap suaminya. Hal tersebut sejalan dengan Then (dalam Naland, 2001) yang mengungkapkan beberapa alasan memaafkan yang ditunjukkan istri terhadap suaminya yaitu karena masih mencintai suami dan anak-anak.

Memasuki 17 tahun pernikahan, S kembali diselingkuhi oleh suami dan itu merupakan pengalaman kedua subjek. Perselingkuhan ketiga kalinya yang dialami S memasuki 19 tahun pernikahan dan perselingkuhan keempat yang dialami adalah saat memasuki 21 tahun pernikahan. Perselingkuhan yang berkali-kali dialami oleh subjek membuat rasa sayang dan cinta kepada suami menjadi hilang dan tidak peduli lagi terhadap apa yang dilakukan suami, sehingga ia bertahan dalam pernikahan yang dijalani hanya karena anak-anak. Minderop (2013) mengatakan bahwa sikap apatis adalah sikap menarik diri dan seakan-akan pasrah pada keadaan. Hal ini sama dengan yang dilakukan subjek S, di mana subjek tidak lagi peduli terhadap apa yang dilakukan suami maupun terhadap perselingkuhan yang berkali-kali ia rasakan, melainkan tetap bertahan dalam pernikahan.

Pada perselingkuhan kedua, ketiga dan keempat subjek tidak lagi melakukan percobaan bunuh diri karena subjek memikirkan masa depan anak-anaknya, sehingga masih bertahan dalam pernikahan yang dijalani namun kepercayaan kepada suami menjadi berkurang. Pola pikir subjek S terlihat berubah, dari perbuatan subjek yang ingin mencoba bunuh diri menjadi memikirkan konsekuensi serta masa depan anak-anaknya. Menurut Gunawan (2006) bahwa pola pikir atau *mindset* adalah sekumpulan kepercayaan atau cara berpikir yang mempengaruhi perilaku dan sikap

seseorang. Perselingkuhan yang berkali-kali dialami S membuat subjek tidak bisa sepenuhnya lagi memaafkan suami, karena pertama aspek-aspek memaafkan dari segi kognitif yaitu suami yang terus-menerus menikahi perempuan-perempuan selingkuhan dan janji untuk meninggalkan perempuan-perempuan selingkuhan tidak pernah ditepati. Kedua aspek afektif subjek merasakan sakit hati dan perasaan marah yang kemudian perasaan itu ia utarakan, selain itu perasaan cemburu yang tidak lagi dimiliki subjek kepada suami. Perilaku memaafkan pada subjek S lebih dominan dipengaruhi oleh faktor karakteristik serangan (*offense-related*) di mana perselingkuhan sulit untuk dimaafkan, karena perbuatan suami terus-menerus diulangi dan selalu menikah. Kejadian yang berlangsung selama dan sesudah peristiwa menyakitkan seperti persepsi individu yang disakiti mengenai tingkat luka dan intensi pelaku melakukannya, membuat sebuah kondisi di mana istri mampu memaafkan atau tidak (Enright & Coyle, 1998).

Subjek ketiga yaitu MR, berusia 51 tahun yang telah menjalani pernikahan selama 23 tahun dan diselingkuhi saat memasuki 13 tahun pernikahan. Subjek merupakan seorang ibu rumah tangga yang bekerja sebagai guru berstatus Pegawai Negeri Sipil (PNS) lulusan Strata 1 (S-1). Suami subjek berselingkuh dengan perempuan pendatang berstatus janda beranak satu yang tinggal di sebelah rumahnya karena sering berinteraksi, MR dan suaminya menganggap perempuan itu sebagai teman dekat. Glass & Staeheli (2004) mengatakan bahwa adanya hubungan intim dengan orang ketiga dapat bermula dari pertemanan biasa, yang kemudian berlanjut karena kenyamanan yang dirasakan satu sama lain.

Subjek MR masih bisa memaafkan suami sepenuhnya setelah diselingkuhi karena pertama aspek-aspek memaafkan dari segi kognitif yaitu melihat kesungguhan suami untuk berubah, memikirkan anak-anak dan melakukan introspeksi diri. Aktivitas kognitif subjek MR dalam menghadapi perselingkuhan terlihat baik, hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rahmandani (2015) yang mengatakan bahwa aktivitas kognitif yang baik dalam menghadapi stres menghasilkan tingkat pemaafan yang tinggi. Kedua aspek afektif subjek yang merasakan perasaan sayang, cinta serta kepercayaan kepada suami menjadi berkurang. Ketiga aspek perilaku subjek berupa memberikan perhatian kepada suami, menjaga penampilan dan

menyerahkan permasalahan yang dihadapi dengan berserah diri kepada sang pencipta seperti melakukan sholat malam.

Selain aktivitas kognitif yang baik, pemaafan yang dilakukan oleh subjek juga berdasarkan pada Intropeksi diri yang dilakukan yaitu dengan menyerahkan segala permasalahan yang dihadapi kepada sang pencipta dan adanya pemahaman dari segi agama bahwa Tuhan sebagai sang pencipta dapat memaafkan hambanya yang melakukan kesalahan, apalagi subjek yang hanyalah manusia biasa. Darajat (2010) mengemukakan istilah kesadaran agama adalah bentuk yang dirasakan dalam pikiran dan dapat diuji melalui intropeksi, atau dapat dikatakan sebagai aspek mental dari aktivitas agama. Perilaku memaafkan pada subjek MR lebih dominan dipengaruhi oleh faktor sosial kognitif berupa cepat menyadari kehancuran rumah tangga yang disebabkan oleh perselingkuhan. Menurut McCollough, Pargament & Thoresan (2000) bahwa pasangan suami-istri akan memaafkan kesalahan yang dilakukan pasangannya karena adanya keinginan untuk tetap mempertahankan hubungan pernikahan, sehingga kesalahan yang dilakukan pasangannya akan dinilai sebagai sesuatu yang harus dimaafkan untuk dapat mempertahankan hubungan pernikahan mereka. Pemaafan yang dilakukan subjek MR setelah diselingkuhi adalah agar dapat melanjutkan pernikahannya.

Subjek keempat yaitu NB, berusia 35 tahun yang telah menjalani pernikahan selama 10 tahun dan diselingkuhi saat memasuki 4 tahun pernikahan. Subjek merupakan seorang ibu rumah tangga lulusan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Perselingkuhan yang dialami NB membuat subjek tidak sepenuhnya memaafkan suami karena aspek-aspek memaafkan dari segi kognitif subjek yang menilai bahwa perselingkuhan merupakan bentuk pengkhianatan sehingga kepercayaan yang diberikan kepada suami hilang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maretnawati (2014) yang menyatakan bahwa setelah terjadinya perselingkuhan dalam hubungan pernikahan menimbulkan perubahan. Para istri yang diselingkuhi merasa sulit untuk dapat mengembalikan kepercayaannya kepada suami. Ketidaksetiaan pasangan merupakan konflik terbesar dalam pernikahan, yang dapat merusak kepercayaan dan kesetiaan pasangan suami-istri (Sadarjoen, 2005).

Aspek afektif subjek yaitu perasaan cinta yang berkurang, tidak ada kecemburuan terhadap suami,

serta kehidupan yang dijalani bersama suami terasa kosong. Subjek memendam perasaan marah, jengkel, dan sakit hati serta merasa jengkel ketika melihat perempuan selingkuhan. Aspek perilaku subjek berupa pergi meninggalkan rumah, mengungkapkan keinginan untuk bercerai dan bersikap biasa terhadap suami. Ginanjar (2009) mengatakan bahwa setelah perselingkuhan terungkap, individu yang dikhianati umumnya mengalami berbagai emosi intens yang sulit dikendalikan seperti perasaan marah dan sakit hati. Perilaku memaafkan pada subjek NB lebih dominan dipengaruhi oleh faktor karakteristik serangan (*offense-related*) di mana perselingkuhan merupakan permasalahan yang besar dan sulit dimaafkan, karena suami yang menikah lagi. Enright & Coyle (1998) mengatakan bahwa seorang istri bisa memaafkan atau tidak, dilihat dari kejadian yang berlangsung selama dan sesudah peristiwa menyakitkan seperti persepsi individu yang disakiti mengenai tingkat luka dan intensi pelaku melakukannya.

Berdasarkan aspek-aspek dan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan pada keempat subjek, ternyata berpengaruh terhadap masing-masing komitmen pernikahan subjek setelah diselingkuhi. Arriaga & Agnew (2006) mengatakan bahwa komitmen pernikahan adalah keadaan subjektif, termasuk kognitif dan emosional yang secara langsung mempengaruhi berbagai perilaku dalam hubungan yang sedang berlangsung untuk mempertahankan hubungan menjadi lebih baik atau lebih buruk. Adapun aspek-aspek komitmen pernikahan yaitu tingkat kepuasan tinggi di mana terdapat kepuasan terhadap pasangan maupun pernikahan itu sendiri, mengurangi pilihan-pilihan di luar hubungan yang mana lebih mengutamakan hubungan dalam pernikahan daripada hal lainnya karena dianggap tidak terlalu menarik dan meningkatkan investasi berupa waktu, usaha, harta serta persahabatan yang dimiliki secara pribadi menjadi milik bersama pasangan.

Taylor, dkk (2009) menyebutkan tiga faktor utama yang membentuk komitmen dalam pernikahan yaitu pertama komitmen personal yang mengarah pada keinginan individu untuk mempertahankan dan meningkatkan hubungan. Kedua komitmen moral yang dipengaruhi oleh nilai dan prinsip moral individu. Ketiga komitmen struktural yang berdasarkan pada kekuatan negatif atau penghalang yang menyebabkan individu merasa rugi jika meninggalkan hubungan tersebut.

Subjek H memiliki tingkat kepuasan yang rendah terhadap pernikahannya karena sejak perselingkuhan yang dilakukan oleh suami, subjek lebih sering tidur bersama anak-anak daripada bersama dengan suami. Mengurangi pilihan-pilihan di luar pernikahan yaitu subjek H lebih mengutamakan kepentingan pribadi dibandingkan suaminya, kecuali berhubungan dengan pekerjaan suami yang mengharuskan istri berperan di dalamnya. Meningkatkan investasi yaitu lebih banyak menggunakan waktu senggang secara pribadi terlihat dari H yang lebih memilih berada di rumah daripada jalan bersama suami, serta tidak lagi memberi dukungan kepada suami saat menghadapi permasalahan dalam pekerjaannya. Faktor-faktor yang membentuk komitmen pernikahan setelah diselingkuhi lebih dominan pada komitmen personal berupa kepuasan dan kebahagiaan dalam pernikahan bersama suami tidak lagi dirasakan, subjek dapat merasakan perasaan tersebut hanya dengan melihat anak-anak bahagia, sehingga pada akhirnya H bertahan dalam pernikahan yang dijalani tanpa ada komitmen di dalamnya.

Pada pasangan yang sudah tidak peduli terhadap pasangannya, hal tersebut merupakan proses deskruktif yang tinggi dibandingkan dengan pasangan yang masih cemburu atau marah. Hal tersebut seperti yang dijelaskan oleh Gottman (dalam Brown, 2011) bahwa orang dapat mensimulasikan emosi dengan bertindak seolah-olah mereka sedang mengalami emosi yang mereka tidak benar-benar merasa, yang pada akhirnya menutupi emosi dengan bertindak seperti mereka tidak merasakan emosi apapun ketika mereka benar-benar merasakan sesuatu. Mereka menutupi emosi dengan bertindak seperti mereka merasakan emosi yang sangat berbeda dari apa yang mereka benar-benar alami seperti dengan memilih diam dan acuh tak acuh.

Pada subjek kedua S, memiliki tingkat kepuasan yang rendah yaitu kebahagiaan dalam pernikahan hilang setelah perselingkuhan suami. Mengurangi pilihan-pilihan di luar pernikahan yaitu suami tidak lagi tinggal serumah dengan subjek hanya sesekali datang, subjek tetap mengutamakan kepentingan suami dan subjek juga pernah melakukan perselingkuhan karena terus-menerus diselingkuhi. Meningkatkan investasi yaitu subjek lebih sering menggunakan waktu senggang di sore hari bersama anak perempuan untuk bersantai atau berkumpul bersama teman-teman jika ada keperluan, jarang berduaan dengan suami, jarang

mengobrol, jarang memberikan dukungan di saat ada permasalahan dalam pekerjaannya, mengenal dan berhubungan baik dengan teman-teman suami begitupun sebaliknya. Faktor-faktor yang membentuk komitmen pernikahan setelah diselingkuhi lebih dominan pada komitmen personal berupa perubahan dalam kepuasan pernikahan yang subjek rasakan yaitu suami menjadi pemarah, tidak lagi tidur bersama dan jarang melakukan komunikasi, sehingga pada akhirnya S bertahan dalam pernikahan yang dijalani tanpa komitmen di dalamnya. Pada subjek ketiga MR, memiliki tingkat kepuasan yang rendah terhadap pasangan yaitu perasaan kepada suami menjadi biasa saja. Mengurangi pilihan-pilihan di luar pernikahan yaitu MR tetap mengutamakan kepentingan pribadi atau suami melihat pada situasi dan kondisi, mengurangi kegiatan di luar untuk lebih memperhatikan suami, serta selalu meluangkan waktu bersama keluarga setiap harinya. Meningkatkan investasi yaitu memanfaatkan waktu liburan bersama keluarga sebulan sekali melihat situasi dan kondisi, mengatur keuangan dan menyisihkan uang pegangan untuk suami, menjalin hubungan baik dengan teman-teman suami serta memberikan dukungan kepada suami di saat menghadapi permasalahan dalam pekerjaannya. Faktor-faktor yang membentuk komitmen pernikahan setelah diselingkuhi lebih dominan pada komitmen struktural berupa subjek memaafkan perselingkuhan karena melihat kesungguhan suami untuk berubah di mana tidak lagi berhubungan dengan perempuan selingkuhan, tidak melakukan hal-hal yang tidak disenangi oleh subjek seperti, berjudi dan minum-minuman keras. Rasa sayang suami kepada anak-anak, serta pengalaman-pengalaman yang telah dilalui bersama dengan suami, sehingga pada akhirnya MR bertahan dalam pernikahan yang dijalani dengan komitmen pernikahan yang sama seperti sebelum diselingkuhi, yaitu menjaga keutuhan rumah tangga.

Pada subjek keempat NB, memiliki tingkat kepuasan yang rendah yaitu hilangnya kebahagiaan dalam pernikahan, hubungan menjadi tidak romantis, komunikasi berjalan tidak baik dan hilangnya kepercayaan subjek kepada suami. Mengurangi pilihan-pilihan di luar pernikahan yaitu NB yang sudah tidak ingin lagi menuruti apa yang menjadi keinginan suami bahkan untuk menyiapkannya sekalipun dan lebih mengutamakan kepentingan pribadi. Meningkatkan investasi yaitu waktu senggang yang dimiliki subjek dimanfaatkan dengan melakukan pekerjaan rumah atau

menghabiskan waktu bersama keluarga utamanya anak-anak, sumber keuangan dalam rumah tangga merupakan penghasilan dari suami, hanya sebatas mengenal teman-teman suami begitupun sebaliknya dan tidak lagi memberikan dukungan terhadap suami di saat ada permasalahan dalam pekerjaannya. Faktor-faktor yang membentuk komitmen pernikahan setelah diselingkuhi lebih dominan pada komitmen struktural berupa memikirkan anak-anak, suami tetap perhatian terhadap anak-anak dan sumber penghasilan berasal dari suami, sehingga pada akhirnya NB bertahan dalam pernikahan yang dijalani namun tanpa ada komitmen di dalamnya. Hal ini sejalan dengan Then (dalam Naland, 2001) yang menyebutkan bahwa alasan seorang istri bertahan dalam pernikahannya salah satunya karena alasan keuangan.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa persamaan keempat subjek dalam penelitian ini adalah mereka mengalami konflik di mana suami berselingkuh dengan perempuan lain, namun tetap bertahan dalam pernikahan karena memikirkan anak-anak. Then (dalam Naland, 2001) menyebutkan beberapa alasan seorang istri bertahan dalam pernikahan diantaranya adalah karena anak-anak. Keempat subjek juga mengatakan bahwa peristiwa perselingkuhan yang dialami membuat mereka merasakan sakit hati yang tidak akan pernah hilang, walaupun seandainya telah atau sudah sepenuhnya memaafkan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Sari (2012) mengenai *forgiveness* pada istri sebagai upaya untuk mengembalikan keutuhan rumah tangga akibat perselingkuhan suami. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa subjek yang diselingkuhi memiliki kecenderungan untuk terus-menerus mengingat kejadian perselingkuhan suami, sehingga menghalangi dirinya untuk memaafkan. Selain itu, keempat subjek telah bersikap biasa kepada suami setelah perselingkuhan yang dialami. Persamaan dari keempat subjek dalam memaafkan dipengaruhi oleh faktor-faktor yaitu perselingkuhan suami yang terbilang parah karena membuat kondisi pernikahan menjadi tidak baik, perselingkuhan merupakan permasalahan sulit yang pernah terjadi dalam pernikahan, hubungan dibangun dengan kepercayaan yang sepenuhnya diberikan pada suami namun setelah diselingkuhi sudah tidak sepenuhnya lagi percaya dan bahkan tidak dapat lagi mempercayai suami, serta saat mengetahui perselingkuhan tidak lagi memperdulikan suami.

Dalam penelitian ini subjek H, S dan NB setelah diselingkuhi belum bisa sepenuhnya memaafkan. Faktor-faktor yang mempengaruhi subjek tidak dapat memaafkan adalah penilaian subjek terhadap suami, penilaian terhadap peristiwa, penilaian keparahan peristiwa, suatu peristiwa yang sulit bagi subjek, ketidakmampuan subjek untuk memaknai peristiwa yang terjadi dan pasangan yang bersalah tidak meminta maaf. Berbeda dengan subjek MR yang dapat sepenuhnya memaafkan, faktor-faktor yang mempengaruhi subjek dalam memaafkan adalah intropeksi diri yang dilakukan subjek, permintaan maaf oleh suami dan kemampuan subjek dalam memaknai peristiwa menyakitkan. Penelitian yang dilakukan McCulloch, dkk (2003), Zechmeister & Romero (2002) Macaskill, dkk (2002), Takaku (2001) menyatakan bahwa permintaan maaf yang dilakukan pelaku kepada pihak yang disakiti akan membuat korban lebih berempati dan kemudian termotivasi untuk memaafkan, namun sebaliknya memaafkan akan sulit dilakukan apabila pelaku tidak meminta maaf.

Pemaafan juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa subjek MR memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi daripada subjek H, S, dan NB. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Nashori (2012) yang mengatakan bahwa mereka yang lebih tinggi pendidikannya lebih mampu memberikan pemaafan. Salah satu sebab pentingnya adalah orang yang lebih tinggi pendidikannya memiliki kesempatan belajar hidup bersama yang lebih besar dibanding mereka yang pendidikannya lebih rendah.

Dalam hal memaafkan yang dilakukan para subjek berpengaruh terhadap masing-masing komitmen pernikahan yang dijalani setelah diselingkuhi oleh suami. Persamaan keempat subjek pada komitmen pernikahan yaitu pada aspek tingkat kepuasan yang tinggi di mana kehidupan pernikahan yang dijalani setelah perselingkuhan terasa berbeda karena perasaan sayang, cinta dan cemburu berkurang bahkan sudah tidak ada lagi kepada suami. Aspek mengurangi pilihan-pilihan di luar pernikahan yaitu subjek masih memenuhi kepentingan suami dan pada aspek meningkatkan investasi keuangan dalam rumah tangga diatur oleh subjek. Persamaan dari keempat subjek dalam komitmen pernikahan dipengaruhi oleh faktor-faktor yaitu komitmen moral di mana perceraian dipandang sebagai sesuatu hal yang tidak baik karena akan berdampak pada anak-anak dan pada

komitmen struktural di mana kehidupan sulit bersama suami pernah dijalani di awal pernikahan. Dariyo (2007) mengatakan bahwa perceraian akan memberikan dampak negatif terhadap anak-anak.

Dalam penelitian ini komitmen pernikahan subjek H, S dan NB setelah diselingkuhi adalah kurang kuat, karena faktor komitmen personal yaitu tidak adanya lagi keinginan untuk mempertahankan hubungan karena kepuasan dalam pernikahan tidak dirasakan setelah diselingkuhi. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Rusbult, Drigotas & Verette (dalam Wismanto, 2004) yang menyatakan bahwa tingkat kepuasan hubungan akan berpengaruh terhadap komitmen pernikahan. Berbeda dengan subjek MR yang komitmen pernikahannya kuat setelah diselingkuhi, yaitu menjalani pernikahan tetap pada komitmen untuk menjaga keutuhan rumah tangga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Subjek H, S dan NB dalam penelitian belum bisa sepenuhnya memaafkan setelah diselingkuhi oleh suami, namun tetap bertahan dalam pernikahan karena memikirkan anak-anak. Berbeda dengan subjek MR yang sepenuhnya telah memaafkan karena menyadari bahwa perselingkuhan yang terjadi tidak sepenuhnya atas kesalahan suami.
2. Komitmen pernikahan subjek H, S dan NB setelah diselingkuhi oleh suami yaitu kurang kuat karena kepuasan serta kebahagiaan tidak lagi dirasakan dalam pernikahan. Berbeda dengan komitmen pernikahan subjek MR yaitu menjadi kuat karena melihat kesungguhan suami untuk berubah, di mana tidak lagi berhubungan dengan perempuan selingkuhan, rasa sayang suami kepada anak-anak dan pengalaman-pengalaman yang telah dilalui bersama.
3. Subjek H dan NB belum bisa sepenuhnya memaafkan perselingkuhan suami secara kognitif, afektif dan perilaku. Sementara subjek S belum bisa sepenuhnya memaafkan yaitu secara kognitif dan afektif. Perilaku memaafkan pada subjek H, S dan NB lebih dominan dipengaruhi oleh faktor karakteristik serangan (*offense-related*). Komitmen pernikahan setelah diselingkuhi memiliki tingkat kepuasan yang rendah terhadap pasangan dan pernikahan, lebih banyak memanfaatkan waktu secara pribadi atau bersama anak dan tidak lagi memberikan

dukungan kepada suami saat ada permasalahan dalam pekerjaannya. Faktor-faktor yang membentuk komitmen pernikahan subjek H dan S setelah diselingkuhi lebih dominan pada komitmen personal, sementara subjek NB lebih dominan pada komitmen struktural.

4. Subjek MR telah sepenuhnya memaafkan perselingkuhan suami secara kognitif dan perilaku. Perilaku memaafkan pada subjek MR lebih dominan dipengaruhi oleh faktor sosial kognitif. Subjek MR memiliki tingkat kepuasan yang rendah terhadap pasangan, tetap mengutamakan kepentingan pribadi atau suami melihat pada situasi dan kondisi, mengurangi kegiatan di luar untuk lebih memperhatikan suami, selalu meluangkan waktu bersama keluarga setiap harinya, memanfaatkan waktu liburan bersama keluarga sebulan sekali melihat situasi dan kondisi, mengatur keuangan dan menyisihkan uang pegangan untuk suami, menjalin hubungan baik dengan teman-teman suami serta memberikan dukungan kepada suami di saat menghadapi permasalahan dalam pekerjaannya. Faktor-faktor yang membentuk komitmen pernikahan subjek setelah diselingkuhi lebih dominan pada komitmen struktural.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek yang belum bisa sepenuhnya memaafkan perselingkuhan yang dilakukan oleh suami dan memiliki komitmen pernikahan yang kurang kuat, sebaiknya melakukan diskusi mengenai jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi bersama pasangan dengan bantuan orang ketiga sebagai mediator, meningkatkan keterampilan diri seperti mengikuti pelatihan kerajinan tangan serta melakukan konsultasi dengan psikolog atau konselor. Bagi subjek yang sepenuhnya telah memaafkan perselingkuhan suami dan memiliki komitmen pernikahan yang kuat harus dipertahankan, dengan cara menjalin kedekatan secara emosional maupun fisik terhadap pasangan, serta saling berbagi perasaan dan pikiran.
2. Bagi pasangan yang akan memutuskan untuk menikah sebaiknya melakukan konseling pra-nikah dengan psikolog atau konselor.
3. Bagi Instansi Keagamaan atau Kantor Urusan Agama (KUA) diharapkan membuat program

konseling pra-nikah.

4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa melengkapi penelitian ini dari sudut pandang lainnya seperti strategi koping yang digunakan, bagaimana manajemen stres atas perselingkuhan yang dialami, dampak yang ditimbulkan dari perselingkuhan bagi pasangan serta anak, bagaimana kondisi psikologis pasangan yang diselingkuhi, anak serta orang lain yang mengetahui perselingkuhan dan gambaran dinamika pada istri setelah diselingkuhi oleh suami atau melakukan penelitian memaafkan dan komitmen pernikahan melihat dari sisi suami yang mengalami perselingkuhan, karena mengingat bahwa perselingkuhan juga dapat dilakukan oleh istri.

DAFTAR PUSTAKA

- Arriaga, X. B., & Agnew, C. R. (2006). Being committed; affective, cognitive and conative components of relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1190-1203.
- Brown, J. (2011). Principles of Intrapersonal Conflict. *Journal of Conflict Resolution*, 1 (2), 135-154.
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian kualitatif & desain riset, memilih diantara lima pendekatan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Darajat, Z. (2010). *Ilmu jiwa agama*. Jakarta: PT. Bulan Bintang.
- Dariyo, A. (2007). *Psikologi perkembangan anak tiga tahun pertama*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Enright, R. D., & Coyle, C. T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*, 1, 139-161.
- Ginanjari, A.S. (2009). Proses Healing pada Istri yang Mengalami Perselingkuhan Suami. *Makara Sosial Humaniora*, 13(1).
- Glass, S. P., & Staeheli, J. C. (2004). *Not "just friends": Rebuilding trust and recovering your sanity after infidelity*. New York: Free Press.
- Gottman, J., & Silver, N. (2001). *Disayang suami sampai mati*. Alih Bahasa: Femmy Syahrani. Bandung: Penerbit Kaifa.
- Gunawan, A. W., & Setyono, A. (2006). *Manage your mind for success*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Herdiansyah, H. (2012). *Metodologi penelitian kualitatif: untuk ilmu-ilmu sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Impett, E. A., Beals, K. P., & Peplau, L. A. (2001). Testing the investment model of relationship commitment and stability in a longitudinal study of married couples. *Current psychology*, 20(4), 312-326.
- Kellogg, R. T. (2016). *Fundamentals of cognitive psychology*, 3rd. Edition. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Macaskill, A., Maltby, J., & Liza, D. (2002). forgiveness of self and others and emotional Empathy. *The Journal of Social Psychology*, 142 (5), 663-665.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. (2003). Forgiveness, Forbearance and time: the temporal unfolding of transgression related interpersonal motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (3), 540-557.
- McCullough, M. E, Pargament, K.I., & Thorensen, C. (2000). *The Psychology of Forgiveness: History, Conceptual Issues, and Overview*. New York: Guilford.
- Maretnawati, L., A. (2014). Karakteristik komunikasi pasca perselingkuhan suami dalam hubungan pernikahan. *Jurnal Komunikasi*. Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Brawijaya Malang.
- Minderop, A. (2013). *Psikologi Sastra (Karya Sastra, Metode, Teori dan Contoh Kasus)*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Naland, E. S. (2001). *Kesejahteraan psikologis istri dengan pengalaman suami berselingkuh* (Doctoral dissertation, Tesis. Tidak diterbitkan. Depok: Program Pasca Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Indonesia).
- Nashori, H. F. (2012). *Pemaafan pada mahasiswa etnis jawa ditinjau dari orientasi nilai budaya jawa, trait kepribadian dan faktor demografis*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Rahmandani, A. (2015). Pemaafan dan aspek kognitif dari stres pada mahasiswa jurusan kebidanan tingkat dua. *Jurnal Psikologi*. 14 (2), 118-128.
- Ransley, C., & Spy, T. (2005). *Forgiveness and the healing process. a central therapeutic concern*. New York: Brunner-Routledge Taylor & Francis Group.

- Sadarjoen, S., S. (2005). *Konflik marital: pemahaman konseptual dan alternatif solusinya*. Bandung: Refika Aditama.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development: perkembangan masa hidup* (edisi kelima). Jakarta: Erlangga.
- Sari, K. (2012). *Forgiveness pada istri sebagai upaya untuk mengembalikan keutuhan rumah tangga akibat perselingkuhan suami*. Program Studi Psikologi Universitas Syiah Kuala Banda Aceh.
- Spring & Spring. (2006). *After the affair*. Jakarta: Trans Media.
- Subotnik, R. B., & Harris, G. G. (2005). *Surviving infidelity: making decisions, recovering from the pain*. (3rd ed). Avon, Massachusetts: Adam Media.
- Sofia, L., Devi, A. J., Wahdaniah, W., & Pertiwi, G. A. (2018). *Musik Tingkulan Dalam Emotional Healing Therapy Sebagai Upaya Meningkatkan Authentic Happiness*. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 7(1), 1-10.
- Takaku, S. (2001). The affects of apology and perspective taking on interpersonal forgiveness: a dissonance-attribution model of interpersonal forgiveness. *Journal of Social Psychology*. 141 (4), 494-508.
- Taylor, S. E., Letitia, A. P., & David, O. S. (2009). *Psikologi sosial* (Edisi Kedua Belas). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Wismanto, Y. B. (2004). *kepuasan perkawinan: ditinjau dari komitmen perkawinan, kesediaan berkorban, penyesuaian diadik, kesetaraan pertukaran dan persepsi terhadap perilaku pasangan*. Disertasi. Yogyakarta: Program Pascasarjana-Universitas Gadjah Mada.
- Zechmeister, J. S., & Romero, C. (2002). Victim and offender accounts of interpersonal conflict: autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (4).