

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Menurut kamus besar bahasa Indonesia, mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi (Poerwardaminta, 2005). Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal yaitu usia 18-24 tahun (Monks, dkk, 2002). Sedangkan menurut Sarwono (2011) juga mendefinisikan mahasiswa sebagai kalangan muda yang berumur antara 19-28 tahun yang memang dalam usia tersebut mengalami peralihan dari tahap remaja ketahap dewasa.

Salah satu tugas perkembangan pada tahap remaja yaitu mencapai kematangan hubungan sosial dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, orang tua, maupun masyarakat. Dimana mereka harus mampu menjalin hubungan yang baik dan bertanggung jawab dengan orang lain, begitu juga dengan mahasiswa. Seperti diketahui, mahasiswa merupakan masa dimana individu mulai keluar dan membina hubungan sosial yang lebih luas, mengenal banyak orang, juga memiliki kelompok pertemanan dengan teman sebayanya. Pada masa kuliah, mahasiswa mulai berkembang secara khusus dari segi hubungan sosialnya, seperti pergaulan yang semakin luas, wawasan dan pengetahuan mengenai banyak hal baik dalam perkuliahan maupun diluar perkuliahan.

Dalam berinteraksi dengan orang lain tentu adanya konflik tidak dapat dihindari. Konflik muncul sebagai salah satu konsekuensi dari kehidupan sosial yang memerlukan interaksi dengan orang lain. Secara umum konflik yang biasanya terjadi akibat adanya perbedaan kepentingan, nilai-nilai, atau pandangan hidup (Andrie, 2009). Atau ketika mereka dihadapkan pada situasi dimana mereka menerima perlakuan dan situasi yang mengecewakan ataupun menyakitkan. Sehingga timbul rasa sakit hati, marah dan kecewa terhadap perlakuan buruk, perilaku, perbuatan atau perkataan yang tidak berkenan dalam interaksi dengan orang lain. Misalnya ketika mendapat kritik dari orang tua, dikhianati sahabat atau berselisih dengan pasangan terkadang bisa menimbulkan perasaan sakit hati yang terpendam lama menetap menimbulkan dendam dan beban untuk membalasnya suatu hari nanti.

Mahasiswa yang berada pada tahap masa remaja adalah masa dimana emosinya sering tidak stabil, sangat kuat, tampak irasional, tidak terkendali, dan mudah berubah. Karena remaja cenderung memandang melalui kaca mata merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang dia inginkan dan bukan sebagaimana adanya. Mereka akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan sendiri (Hurlock, 1980). Sehingga ketika ada yang membuatnya merasa sakit hati atau kecewa maka emosi mereka akan meninggi.

Seperti Fenomena yang ditemukan peneliti pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, dimana tuntutan tugas kuliah yang semakin banyak yang harus diselesaikan tepat waktu menyebabkan mereka mengalami

tekanan. Orang yang dalam keadaan tertekan mudah marah, sehingga ucapannya kadang membuat orang lain merasa tersinggung bahkan sakit hati. Selain itu perbedaan pendapat, kritikan teman tentang fisik atau penampilan yang menyinggung, dan sikap teman yang cuek terkadang menyebabkan mereka sakit hati.

Hasil pengamatan di atas menunjukkan bahwa mereka merasa sulit untuk bisa memaafkan kesalahan yang dilakukan oleh teman-temannya. Hal itu ditunjukkan dari perilaku mereka yang menghindar jika melihat orang yang membuatnya sakit hati, marah-marah ketika orang lain mengejeknya, mudah tersinggung dengan ucapan temannya, tidak mau membantu temannya yang lagi kesusahan.

Hal di atas juga sejalan dengan hasil wawancara interpersonal yang dilakukan peneliti kepada X, remaja yang merupakan salah satu mahasiswa Universitas Medan Area:

“waktu itu ada tugas kelompok dari dosen, padahal sama-samanya ngerjain tapi sikawan bilanganya sama dosen aku gak ada ikut ngerjai, gara-gara itu sampe di tandai dosen namaku. Benci kali aku nengok dia, sampe sekarang gak mau lagi aku kalo satu kelompok sama dia, masa aku ikut ngerjai di bilangya enggak”. (30 Maret 2015, jam 13:45 wib).

Dari hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa reponden X merasa sulit untuk bisa memaafkan dan melupakan perbuatan temannya yang membuatnya marah. Hal ini dilihat dari perilaku responden yang berusaha menghindari orang yang telah menyakitinya, dengan tidak mau lagi satu kelompok. Sehingga hal ini membuat hubungan mereka menjadi tidak baik, dan dia terus memendam sakit hatinya.

Tidak semua orang mau dan mampu secara tulus memaafkan dan melupakan kesalahan orang lain demikian halnya mahasiswa. Apalagi jika kesalahan yang dilakukan oleh orang tersebut sangat besar tentunya akan meninggalkan luka yang mendalam pada mereka. Penyelesaian konflik antar pribadi dan membangun hubungan yang telah hancur bukanlah hal yang sederhana. Dalam situasi sosial, memaafkan merupakan cara yang efektif dan penting untuk mengatasi permasalahan antar individu (Nashori, 2008).

Memaafkan merupakan kemampuan seseorang untuk menurunkan atau menghilangkan perasaan dan penilaian negatif terhadap sesuatu yang telah menyakitinya sehingga merubah respon seseorang terhadap pelaku, peristiwa, dan akibat dari peristiwa tersebut diubah dari negatif menjadi netral atau positif, serta membuat seseorang menjadi lebih nyaman berada di lingkungannya (Setiyana, 2013).

Menurut Hargrave (dalam Hadriami, 2008) memaafkan merujuk pada terlepasnya seseorang dari kemarahan terhadap pencidera, terbangun kembali hubungan interpersonal dan saling percaya serta sembuhnya luka-luka di hati, dan tidak ada balas dendam. Enright (dalam Nashori, 2008) menyebutkan, dalam pemaafan dibutuhkan kemampuan untuk melewati berbagai emosi negatif seperti kebencian, kemarahan, penolakan, dan keinginan berbalas dendam. Hal tersebut dapat dicapai dengan menyuburkan emosi positif seperti tindakan-tindakan yang baik, memunculkan empati, dan bahkan rasa cinta.

Menahan luapan kemarahan, rasa pahit kekecewaan juga dendam adalah hal yang berat. Seseorang akan menjadi orang yang paling dirugikan dan menderita

ketika memutuskan untuk menahan rasa marah serta dendam. Memberi maaf, berdamai dengan diri sendiri lalu membiarkan rasa sakit hati memudar akan lebih mudah untuk menyembuhkan sakit hati. Memaafkan adalah pusat untuk membangun manusia yang sehat dan merupakan salah satu proses yang paling penting dalam pemulihan hubungan interpersonal setelah konflik.

Untuk dapat memaafkan kesalahan orang lain banyak faktor yang mempengaruhinya. Worthington dan Wade (1999), menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi memaafkan adalah kecerdasan emosional. Melalui kecerdasan emosional manusia belajar mengelola perasaannya sehingga dapat mengekspresikannya secara tepat dan efektif.

Goleman (2002) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Sementara menurut Salovey dan Mayer (dalam Shapiro, 1997), kecerdasan emosional merupakan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, mampu memilah-milah semuanya, dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.

Kecerdasan emosional bagi mahasiswa yang berada pada tahap remaja merupakan unsur yang penting untuk memasuki masa dewasa. Kecerdasan emosional akan membantu mereka untuk mengendalikan perilaku dalam menyesuaikan dirinya memasuki gerbang kedewasaan. Remaja yang cerdas emosinya akan dapat mengatasi permasalahan, baik yang berasal dari dalam diri

maupun lingkungannya (Kurniati, 2009). Adanya dukungan kecerdasan emosional berpengaruh dalam sosialisasi dengan orang lain yang ditunjukkan dengan adanya perilaku menerima dan mengerti terhadap orang lain atau kelompok lain, dan hal ini akan memudahkan remaja untuk memaafkan kesalahan orang lain

Hasil penelitian Worthington dkk (dalam Setiyana, 2013) menunjukkan bahwa pada diri pemaaf terjadi penurunan emosi, kekesalan, rasa benci, permusuhan, perasaan khawatir, marah dan depresi, hal ini membuktikan bahwa memaafkan terkait erat dengan kemampuan seseorang mengendalikan dirinya.

Hasil penelitian Strelan & Covic (dalam Nashori, 2008) juga menunjukkan bahwa memaafkan sebagai suatu proses menetralkan sumber stres yang dihasilkan dari suatu hubungan interpersonal yang menyakitkan. Dalam sepuluh tahun terakhir ini, sejumlah psikolog di negara maju telah melakukan penelitian tentang memaafkan dan di dapatkan hasil bahwa mereka yang mampu memaafkan ternyata lebih sehat jasmani maupun rohani, seperti susah tidur, sakit punggung, dan sakit perut akibat stres sangat berkurang pada diri pemaaf, Jamal & Thoif (dalam Setiyana, 2013).

Berdasarkan dari beberapa fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang seberapa jauh hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan memaafkan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Pada mahasiswa dimana tuntutan tugas kuliah yang semakin banyak yang harus diselesaikan tepat waktu menyebabkan mereka mengalami tekanan yang dapat menyebabkan stres. Orang yang dalam keadaan stres mudah marah, sehingga ucapannya kadang membuat orang lain merasa tersinggung bahkan sakit hati. Selain itu perbedaan pendapat, kritikan teman tentang fisik atau penampilannya yang menyinggung, atau sikap teman yang cuek terkadang menyebabkan mereka sakit hati.

Tidak semua orang mau dan mampu secara tulus memaafkan dan melupakan kesalahan orang lain demikian halnya mahasiswa. Worthington dan Wade (1999), mengatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi memaafkan salah satunya kecerdasan emosional yaitu kemampuan untuk memahami keadaan emosi diri sendiri dan orang lain, mampu mengontrol emosi, memanfaatkan emosi, dalam membuat keputusan, perencanaan, dan memberikan motivasi. Memaafkan berarti menghapus luka atau bekas-bekas luka dalam hati (Nashori, 2008).

Berdasarkan uraian diatas peneliti mengidentifikasi adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan memaafkan.

C. BATASAN MASALAH

Untuk lebih mengarahkan penelitian agar sesuai dengan tujuan dan terfokus pada sasaran, maka perlu dilakukan pembatasan ruang lingkup permasalahan. Disini penelitian yang dilakukan mengenai hubungan kecerdasan emosional

dengan memaafkan pada mahasiswa. Maka peneliti hanya membahas permasalahan yang berkaitan dengan kecerdasan emosional dan memaafkan. Yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang masih berada pada tahap remaja akhir yaitu mahasiswa yang rentang usianya 18-21 tahun.

D. RUMUSAN MASALAH

Dari pembatasan masalah di atas, maka peneliti perlu menetapkan perumusan masalah. Adapun rumusan masalahnya adalah apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan memaafkan pada mahasiswa.

E. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris tentang hubungan antara kecerdasan emosional dengan memaafkan pada mahasiswa.

F. MANFAAT PENELITIAN

a. Manfaat secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan masukan teoritis bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi perkembangan dan sosial.

b. Manfaat praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan wawasan mengenai memaafkan bagi peneliti, sehingga peneliti mampu memaafkan kesalahan orang lain lebih baik lagi

Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi gambaran ataupun sebagai masukan yang cukup berarti yang dapat digunakan oleh para mahasiswa dalam mengatur emosi mereka. Dengan demikian mereka diharapkan mampu untuk mengatur tentang bagaimana cara mengungkapkan emosi yang baik di waktu yang tepat.

Sedangkan bagi lembaga atau instansi terkait bisa memberikan pelatihan-pelatihan atau seminar mengenai memaafkan sehingga para mahasiswa lebih mengerti tentang pentingnya memaafkan dalam kehidupan.