BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Forgiveness*

1. Pengertian *forgiveness*

Menurut McCullough, *forgiveness* merupakan sikap seseorang yang telah disakiti untuk tidak melakukan perbuatan balas dendam terhadap pelaku, tidak adanya keinginan untuk menjauhi pelaku, sebaliknya adanya keinginan untuk berdamai dan berbuat baik terhadap pelaku, walaupun pelaku telah melakukan perilaku yang menyakitkan. Enright mengatakan bahwa *forgiveness* berhubungan dengan keinginan orang yang telah disakiti untuk menghilangkan kemarahan, melawan dorongan-dorongan untuk menghukum, berhenti untuk marah. Dengan memaafkan adanya perubahan sikap yang sebelumnya ingin membalas dendam dan menjauhi pelaku, maka dengan memaafkan seseorang memiliki keinginan untuk berdamai dengan pelaku, dimana perilaku memaafkan ini akan tampil dalam pikiran, perasaan atau tingkah laku orang yang telah disakiti (Sari, 2012)

Griswold mengungkapkan bahwasanya *forgiveness* adalah proses memaafkan dimana emosi negatif berubah menjadi positif untuk tujuan membawa normal kembali hubungan emosional. Memaafkan juga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merupakan konsep dengan akar agama yang mendalam. Sebagian tradisi keagamaan termasuk ajaran tentang sifat *forgiveness* (Manfred, 1986).

Dalam psikologi Islam, *forgiveness* dibagi menjadi tiga bagian yakni *forgiveness* untuk diri mereka sendiri, untuk orang lain dan Allah kepada orang-orang. *Forgiveness* merupakan penting melalui pengaruh agama, sedangkan pada kesehatan, *forgiveness* adalah cara yang ampuh untuk mengubah luka ketika mereka merasa tidak nyaman dan sulit (Hamidi, 2010)

Forgiveness merupakan salah satu dari berbagai kajian dalam psikologi positif, yaitu pendekatan ilmiah dan terapan untuk mengungkap berbagai kekuatan seseorang dan mendorong fungsi positif mereka. Memaafkan bahkan dianggap sebagai salah satu penanggulangan masalah yang berfokus pada emosi yang dapat mengurangi risiko kesehatan dan meningkatkan resiliensi sehat (Rahmandani, 2015)

Yang dimaksud *forgiveness* dalam penelitian ini mengutip dari pendapat McCullough dalam Sari (2012), adalah sikap individu yang merasa disakiti untuk memaafkan dan tidak balas dendam kepada orang yang telah menyakitinya. Individu tersebut mengubah perasaan-perasaan yang negatif akibat tindakan menyakitkan dari orang lain menjadi ke sikap positif. Dalam hal ini adalah perbuatan-perbuatan yang dilakukan oleh sesama mahasiswa yang terkadang menyakiti mahasiswa yang lain.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Aspek *forgiveness*

Menurut McCullough (2000), aspek *forgiveness* terdiri dari:

a. *Avoidance Motivation* (Motivasi untuk Menghindar)

Semakin menurunnya motivasi untuk menghindari pelaku, membuang keinginan untuk menjaga kerenggangan (jarak) dengan orang yang telah menyakitinya

b. *Revenge Motivation* (Motivasi untuk Balas Dendam)

Semakin menurunnya motivasi untuk membalas dendam terhadap suatu hubungan mitra, membuang keinginan untuk membalas dendam terhadap orang yang telah menyakiti.

c. *Benevolence Motivation* (Motivasi untuk Berbuat Baik)

Semakin individu termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan pelaku meskipun pelanggarannya termasuk tindakan berbahaya, keinginan untuk berdamai atau melihat *well-being* orang yang menyakitinya.

3. Faktor yang mempengaruhi *forgiveness*

Keinginan seseorang untuk memaafkan tidak muncul begitu saja tetapi dipengaruhi oleh banyak hal. *Forgiveness* dipengaruhi oleh penilaian korban terhadap pelaku, penilaian korban terhadap kejadian, keparahan kejadian dan keinginan untuk menjauhi pelaku. McCullough dkk.,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyebutkan bahwa terdapat empat faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan (Sari, 2012), yaitu:

a. Sosial Kognitif

Perilaku memaafkan dipengaruhi oleh penilaian korban terhadap pelaku, penilaian korban terhadap kejadian, keparahan kejadian, dan keinginan untuk menjauhi pelaku. Hal lainnya yang mempengaruhi perilaku memaafkan adalah Rumination About the Transgression, yaitu kecenderungan korban untuk terus menerus mengingat kejadian yang dapat menimbulkan kemarahan, sehingga menghalangi dirinya untuk terciptanya perilaku memaafkan.

b. Karakteristik serangan

Seseorang akan lebih sulit memaafkan kejadian-kejadian yang dianggap penting dan bermakna dalam hidupnya. Misalnya, seseorang akan sulit memaafkan perselingkuhan yang dilakukan suaminya dibandingkan memaafkan perilaku orang lain yang menyalip antrian. Girard dkk. menyebutkan bahwa semakin penting dan semakin bermakna suatu kejadian, maka akan semakin sulit untuk seseorang memaafkan.

c. Kualitas hubungan Interpersonal

Faktor lainnya yang mempengaruhi perilaku memaafkan adalah kedekatan atau hubungan antara orang yang disakiti dengan pelaku. Penelitian membuktikan bahwa pasangan cenderung akan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memaafkan perilaku pasangannya apabila terciptanya kepuasan dalam perkawinan, kedekatan antara satu sama lainnya dan adanya komitmen yang kuat. Ada tiga bentuk hubungan yang berkaitan dengan diberikannya *forgiveness*. Pertama, selama menjalani masa perkawinan, adanya pengalaman atau sejarah yang dilalui bersama dimana pasangan satu sama lainnya saling berbagi perasaan dan pikiran, sehingga ketika salah satu pasangan melakukan kesalahan, maka pasangannya akan dapat memaafkan dengan berempati terhadap kesalahan yang dilakukan oleh pasangannya. Kedua, kemampuan pasangan untuk memaknai bahwa peristiwa menyakitkan terjadi untuk kebaikan dirinya. Ketiga, pasangan yang melakukan kesalahan akan meminta maaf dengan memperlihatkan rasa penyesalan yang mendalam, sehingga pasangannya akan berusaha untuk memaafkan.

d. Faktor kepribadian

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi *forgiveness*, McCullough menyatakan bahwa tipe kepribadian merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi seseorang untuk memaafkan. Salah satunya yaitu *humility*. *Humility* merupakan salah satu dari dimensi Struktur kepribadian HEXACO yang dikemukakan oleh Ashton dan Lee (2007)

Mengutip dari penelitian Wardhati dan Faturochman (2006), bahwa Munculnya kemampuan memaafkan dalam hubungan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

interpersonal merupakan hasil interaksi yang kompleks. Beberapa penelitian menunjukkan memaafkan berhubungan dengan kebahagiaan psikologis (Karremans dkk, 2003), empati (McCullough dkk, 1997; Zecbmeister dan Romero, 2002; Macaskil dkk, 2002), permohonan maaf dan *perspective taking* (Takaku, 2001), atribusi dan penilaian kekejaman orang yang menyakiti (McCullough dkk, 2003). Kemudian Wardhati dan Faturochman (2006) menjelaskan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap pemberian maaf yang mereka kutip dari pendapat beberapa ahli tersebut, yaitu:

a. Empati

Melalui empati terhadap pelaku, seseorang dapat memahami perasaan pelaku merasa bersalah dan tertekan akibat perilaku yang menyakitkan. Empati juga menjelaskan variabel sosial psikologis yang mempengaruhi pemberian maaf yaitu permintaan maaf (*apologies*) dari pelaku.

b. Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya

Penilaian akan mempengaruhi setiap perilaku individu. Artinya, bahwa setiap perilaku itu ada penyebabnya dan penilaian dapat mengubah perilaku individu (termasuk *forgiveness*) di masa mendatang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Tingkat kelukaan

Beberapa orang menyangkal sakit hati yang mereka rasakan untuk mengakuinya sebagai sesuatu yang sangat menyakitkan. Mereka merasa takut mengakui sakit hatinya karena dapat mengakibatkan mereka membenci orang yang sangat dicintainya, meskipun melukai. Sehingga mereka pun menggunakan berbagai cara untuk menyangkal rasa sakit hati mereka. Ketika hal ini terjadi, maka *forgiveness* tidak bisa atau sulit terwujudkan.

d. Karakteristik kepribadian

Ciri kepribadian tertentu seperti ekstrovert menggambarkan beberapa karakter seperti bersifat sosial, keterbukaan ekspresi, dan asertif. Karakter yang hangat, kooperatif, tidak mementingkan diri, menyenangkan, jujur, dermawan, sopan dan fleksibel juga cenderung menjadi empatik dan bersahabat. Karakter lain yang diduga berperan adalah cerdas, analitis, imajinatif, kreatif, bersahaja, dan sopan.

Salah satu Struktur kepribadian yang dikemukakan oleh Ashton dan Lee (2007) adalah HEXACO. HEXACO adalah tipe kepribadian yang terdiri dari enam dimensi, dikembangkan oleh Ashton dan Lee dari beberapa studi leksikal (Ashton & Lee, 2007). Enam faktor atau dimensi tersebut yaitu *Honesty-Humility* (H), *Emotionality* (E), *extraversion* (X), *Agreeableness* (A), *Conscientiousness* (C), dan *Openness to Experience* (O).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. Kualitas hubungan

Ada empat alasan mengapa kualitas hubungan berpengaruh terhadap perilaku *forgiveness* dalam hubungan interpersonal. Pertama, pasangan yang mau memaafkan pada dasarnya mempunyai motivasi yang tinggi untuk menjaga hubungan. Kedua, dalam hubungan yang erat ada orientasi jangka panjang dalam menilai hubungan antara mereka. Ketiga, dalam kualitas hubungan yang tinggi kepentingan satu orang dan kepentingan pasangannya menyatu. Keempat, kualitas hubungan mempunyai orientasi kolektivitas yang menginginkan pihak-pihak yang terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan di antara mereka.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor *forgiveness* antara lain: faktor sosial-kognitif, karakteristik peristiwa yang menyakitkan, kualitas hubungan interpersonal, karakteristik kepribadian, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya dan empati.

4. Tahapan *Forgiveness*

Lewis B. Smedes (1984) dalam bukunya *Forgive and Forget*: *Healing The Hurts We Don't Deserve*, membagi empat tahap pemberian maaf (Wardhati dan Faturochman, 2006), diantaranya sebagai berikut:

a. Membalut sakit hati.

Sakit hati yang dibiarkan berarti merasakan sakit tanpa mengobatinya sehingga lambat laun akan menggerogoti kebahagian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan ketentraman. Oleh karena itu, meredakan dan memadamkan kebencian terhadap seseorang yang menyakiti bila dibalut, apalagi ditambah dengan obat, ibaratnya memberi antibiotik untuk mematikan sumber sakit.

b. Meredakan kebencian.

Kebencian adalah respon alami seseorang terhadap sakit hati yang mendalam dan kebencian yang memerlukan penyembuhan. Kebencian sangat berbahaya kalau dibiarkan berjalan terus. Tidak ada kebaikan apapun yang datang dari kebencian yang dimiliki seseorang. Kebencian sesungguhnya melukai si pembenci sendiri melebihi orang yang dibenci.

Kebencian tidak bisa mengubah apapun menjadi lebih baik bahkan kebencian akan membuat banyak hal menjadi lebih buruk. Dengan berusaha memahami alasan orang lain menyakiti atau mencari dalih baginya atau introspeksi sehingga ia dapat menerima perlakuan yang menyakitkan maka akan berkurang atau hilanglah kebencian itu.

c. Upaya penyembuhan diri sendiri.

Seseorang tidak mudah melepaskan kesalahan yang dilakukan orang lain. Akan lebih mudah dengan jalan melepaskan orang itu dari kesalahannya dalam ingatannya. Kalau ia bisa melepaskan kesalahan dalam ingatan berarti ia memperbudak diri sendiri dengan masa lalu yang menyakitkan hati. Kalau ia tidak bisa membebaskan orang lain

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dari kesalahannya dan melihat mereka sebagai orang yang kekurangan sebagaimana adanya berarti membalikkan masa depannya dengan melepaskan orang lain dari masa lalu mereka. Memaafkan adalah pelepasan yang jujur walaupun hal itu dilakukan di dalam hati. Pemberi maaf sejati tidak berpura- pura bahwa mereka tidak menderita dan tidak berpura- pura bahwa orang yang bersalah tidak begitu penting. Asumsinya, memaafkan adalah melepaskan orang yang serta berdamai dengan diri sendiri dan orang lain.

d. Berjalan bersama.

Bagi dua orang yang berjalan bersama setelah bermusuhan memerlukan ketulusan. Pihak yang menyakiti harus tulus menyatakan kepada pihak yang disakiti dengan tidak akan menyakiti hati lagi. Pihak yang disakiti perlu percaya bahwa pihak yang meminta maaf menepati janji yang dibuat. Mereka juga harus berjanji untuk berjalan bersama di masa yang akan datang dan saling membutuhkan satu sama lain.

Proses memaafkan adalah proses yang berjalan perlahan dan memerlukan waktu. Semakin parah rasa sakit hati semakin lama pula waktu yang diperlukan untuk memaafkan. Kadang - kadang seseorang melakukannya dengan perlahan - lahan sehingga melewati garis batas tanpa menyadari bahwa dia sudah melewatinya. Proses juga dapat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terjadi ketika pihak yang disakiti mencoba mengerti kenapa hal itu terjadi bersama-sama dengan upaya meredakan kemarahan

B. *Humility*

1. Pengertian *humility*

Elliot (2010) menyatakan *humility* atau kerendahan hati adalah kemampuan untuk mengakui kesalahan diri, ketidaksempurnaan, kesenjangan/keterbatasan diri dan keterbukaan untuk menerima ide-ide baru, informasi, dan saran. Dapat juga dikatakan sebagai penilaian yang akurat dari kemampuan seseorang dan prestasi dirinya

Lickona (2004) mengatakan bahwa *humility* adalah kebajikan yang dianggap sebagai dasar dari kehidupan moral secara keseluruhan. *humility* merupakan salah satu karakter diri yang paling mendasar dan penting untuk ditumbuhkan, dilatihkan, dan dibiasakan kepada siswa agar dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Kerendahan hati diperlukan untuk diakui sisi kebajikan lainnya karena membuat individu menyadari ketidaksempurnaan, berani mengakui kesalahan dan bertanggung jawab atas apa yang telah diperbuat, dan membuat individu berusaha menjadi orang yang lebih baik. Namun, perilaku yang menunjukkan kerendahan hati di kalangan remaja masih kurang dilakukan. Kerendahan hati perlu dibiasakan sejak dini, karena pola pembiasaan yang mendidik untuk membentuk karakter individu. Berawal dari pola pembiasaan mengakui

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesalahan yang artinya adanya kesadaran akan ketidaksempurnaan diri dalam kehidupan. Berawal dari pola pembiasaan mengakui kesalahan yang artinya adanya kesadaran akan ketidaksempurnaan diri dalam kehidupan. Dia juga menambahkan bahwa kerendahan hati (*humility*) merupakan kebaikan moral yang kadang-kadang dilupakan atau diabaikan, padahal ini merupakan bagian terpenting dari karakter yang baik. Kerendahan hati adalah bagian dari aspek afektif dari pengetahuan terhadap diri sendiri. Ini merupakan keterbukaan dan ketertarikan terhadap kebenaran serta kemampuan bertindak untuk mengoreksi kelemahan atau kekurangan.

Khalid mengatakan *humility* mempunyai tiga makna, yaitu menerima kebenaran yang datangnya dari siapa saja dan mampu menjalin interaksi dengan semua manusia dan Merendahkan diri di hadapan Allah. Templeton menyampaikan bahwa *humility* merupakan kebalikan dari arogansi. Kerendahan hati yang sejati mempromosikan keterbukaan untuk belajar dari orang lain dan membangun komunitas (Kusprayogi, 2016).

Humility merupakan salah satu dari dimensi Struktur kepribadian HEXACO yang dikemukakan oleh Ashton dan Lee (2007). HEXACO adalah tipe kepribadian yang terdiri dari enam dimensi, dikembangkan oleh Ashton dan Lee dari beberapa studi leksikal (Ashton & Lee, 2007). Enam faktor atau dimensi tersebut yaitu *Honesty-Humility* (H), *Emotionality* (E), *extraversion* (X), *Agreeableness* (A), *Conscientiousness*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(C), dan *Openness to Experience* (O). Aston dan Lee (2007) mengungkapkan bahwa kepribadian itu dapat di kelompokkan dalam enam kategori berikut ini:

a. *Honesty-Humility* (kejujuran-kerendahan hati) yaitu kecenderungan individu untuk bersikap adil dan tulus dalam bekerja sama, dalam bekerjasama dengan orang lain ia bisa saja dimanfaatkan tetapi ia tidak terdorong untuk membalas dendam. Seseorang yang memiliki level *honesty-humility* yang tinggi memiliki kelebihan yaitu menurunnya risiko dimanfaatkan oleh orang lain dan juga rendahnya resiko kehilangan karena pemutusan kerjasama.
b. *Emotionality* (emosional) yaitu individu yang tidak hanya sebatas dapat berempati tetapi juga dapat membentuk kedekatan emosional dengan orang lain. Selain, itu juga menunjukkan pribadi yang sering menolak dan senang ditolong.
c. *Extraversion* adalah individu yang menyenangi hal-hal berbau sosial seperti bersosialisasi, kepemimpinan dan hiburan. Individu dengan skor tinggi pada trait *Extraversion* memiliki ciri pribadi yang ramah, hangat dan asertif serta cenderung penuh kasih sayang, senang berbicara, dan menyenangkan.
d. *Agreeableness* adalah individu yang mempunyai kecenderungan untuk memaafkan dan toleran terhadap orang lain, dapat bekerja sama dengan orang lain walau ia merasa telah dimanfaatkan. Individu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan skor tinggi memiliki sikap bertahan lama bekerjasama pada orang lain dan resiko untuk dimanfaatkan orang lain. Individu dengan skor tinggi pada trait *agreeableness* memiliki ciri pribadi yang jujur, mudah percaya, suka menolong dan rendah hati. Mereka yang memiliki skor rendah biasanya pelit, mudah kesal, curiga dan penuh kritik terhadap orang lain.

e. *Conscientiousness* adalah individu yang menyenangi hal-hal yang berhubungan dengan tugas seperti pekerjaan, perencanaan dan organisasi. Individu dengan skor tinggi pada trait *conscientiousness* memiliki ciri pribadi yang kompeten, hati-hati, tekun dan ambisius serta cenderung lebih terkontrol, fokus pada pencapaian dan memiliki disiplin diri yang tinggi.

f. *Openness to Experience* adalah individu yang suka dengan hal-hal berkaitan dengan ide seperti belajar, berfikir dan imajinasi. Individu dengan skor tinggi pada trait *openness to experience* memiliki ciri pribadi yang imajinatif, estetis, toleran, dan penuh keingintahuan intelektual. Sebaliknya, mereka dengan skor rendah biasanya konvensional, rendah hati, dan konservatif.

Kepribadian model HEXACO juga memprediksi beberapa fenomena kepribadian yang tidak dijelaskan dalam *Big-Five Factors model*, termasuk hubungan faktor kepribadian dengan konstruk biologi dan pola perbedaan jenis kelamin dalam ciri-ciri kepribadian. Selain itu,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terdapat tiga dimensi yaitu kepribadian *honesty-humility*, e*motionality* dan *agreeableness* yang mengukur tingkat altruism dan empati individu, dimana sikap altruism dan empati berkorelasi dengan *forgiveness.* Sehingga tipologi kepribadian HEXACO sangat sesuai dengan konteks *forgiveness.*

Humility adalah karakter *intellectual* di mana pemiliknya didorong oleh suatu motif yang memposisikan dirinya pada posisi sama rendahnya atau lebih rendah dari orang lain, mendorong dirinya untuk lebih jujur, cinta pada ilmu pengetahuan dan kebenaran. Karakter ini juga akan mempengaruhi seseorang untuk lebih hati-hati dalam pemilihan tindak tutur dalam berkomunikasi pada segala bentuk situasi komunikasi, terutama situasi komunikasi akademik.

2. Aspek *Humility*

Elliot (2010) menyatakan *humility* terbagi atas empat aspek sebagai berikut:

a. *Openness,* yaitu membuka diri pada segala hal yang bersifat positif tanpa mempertimbangkan siapa dan di mana diperoleh.

b. *Self-forgetfulness,* yaitu merasa memiliki kekurangan dan kelemahan pada diri sendiri.

c. *Modest self-assessment*, yaitu penilaian diri yang sederhana tidak melebih-lebihkan tidak sombong dan berbesar diri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. *Focus on others*, yaitu memperhatikan orang lain memahami orang lain serta menghargai orang lain.

Elliot (2010) menyatakan bahwa dalam sebuah hubungan interpersonal, *humility* dan empati merupakan cara yang baik untuk menyelesaikan konflik. *humility* dan empati mampu menjadikan masalah lebih mudah untuk difahami. Ketika masalah dapat dipahami maka akan mudah mendapatkan *forgiveness* dan rekonsiliasi (perbaikan hubungan). Oleh karenanya peneliti ingin mengetahui hubungan positif *humility* dan *forgiveness*, apakah seseorang yang rendah hati akan mudah memaafkan.

Eliot (2010) mengkonsep empat aspek tersebut seperti berikut : Komponen pertama terdiri dari tiga item terbalik yang mencerminkan openness (keterbukaan) terhadap informasi yang kontradiktif, dan belajar dari kesalahan seseorang, itemnya adalah "saat dihadapkan dengan kesalahan saya, tanggapan pertama saya adalah menjelaskan mengapa saya melakukannya", "ketika saya mendapat masalah, penting bagi saya untuk dapat menjelaskan apa yang terjadi ", dan "saya biasanya dengan cepat merasionalisasi kegagalan saya. " skor dasar pada item ini terungkap yaitu terbuka untuk mengakui ketidaksempurnaan seseorang dan keterbatasan, alih-alih merasa perlu untuk membenarkan kekurangannya.

Komponen kedua juga terdiri dari tiga item terbalik dan tercermin *self-forgetfulness* (kelupaan diri) dan fokus diri yang relatif rendah. Itemnya adalah "ketika saya bekerja keras untuk orang lain, saya ingin mereka

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengakui pengorbanan saya", " bila ada orang lain sedang dikenali atau dihargai, saya memikirkan prestasi saya " dan "saya frustrasi ketika yang lain dipuji dan saya tidak. "skor rendah pada item ini menunjukkan kebebasan penyerapan diri dalam prestasi seseorang dan kemampuan untuk memberi perhatian pada orang lain

Komponen ketiga yaitu *modest self-assessment* atau Penilaian diri sederhana yang terdiri dari empat item berikut: "Tantangan di depan saya sering membuatku merasa terbebani;" "Saya tidak bertindak sesuai dengan keinginan saya", "Baru-baru ini, saya merasa malu dengan kesombongan saya; "dan" Saya sering berharap saya memiliki bakat yang sama dengan teman sebaya saya". Item ini mencerminkan penilaian diri sederhana, terutama berbeda dengan sifat ilusi positif dan Kesombongan egosentris

Komponen keempat terdiri dari lima item yang tidak sesuai secara konsep Bersama secara keseluruhan, namun mewakili dua aspek kerendahan hati yang berbeda. Itemnya, "saya nikmati Menghabiskan waktu untuk merenungkan keagungan dan kekuatan alam "dan" Selama masa-masa Doa / meditasi, saya merenungkan daerah dalam hidup saya dimana saya perlu perbaikan "menunjukkan sebuah Kesadaran akan tempat seseorang sebagai bagian dari alam semesta yang lebih luas. Sebaliknya, itemnya, "saya merasa dihormati saat orang lain meminta pertolongan saya", " Saya sangat tersentuh saat orang lain berkorban untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

saya" dan "Saya merasa berharga melakukan hal-hal "rendah hati" bagi orang lain", mewakili *focus on others*.

C. Empati

1. Pengertian Empati

Eisenberg (2002), menyatakan bahwa empati merupakan sebuah respon afektif yang berasal dari penangkapan atau pemahaman keadaan emosi atau kondisi lain dan yang mirip dengan perasaan orang lain. Empati juga diartikan sebagai kemampuan untuk memosisikan diri sendiri dalam posisi orang lain dan mampu untuk menghayati pengalaman orang lain. Selain itu, empati juga dimaksudkan untuk kemampuan seseorang dalam melakukan pemahaman terhadap emosi orang lain.

Hurlock (1999) mengungkapkan bahwa empati adalah kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain serta kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat orang lain. Taylor dalam bukunya Psikologi Sosial (2009), menyebutkan bahwa empati berarti perasaan simpati dan perhatian kepada orang lain, khususnya pada orang yang menderita. Kesedihan personal menyebabkan cemas, prihatin ataupun kasihan, sedangkan empati menyebabkan rasa simpati dan sayang.

Lebih lanjut Baron & Byrne (2005), menjelaskan bahwa empati merupakan kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merasa simpatik dan mencoba menyelesaikan, dan mengambil perspektif orang lain. Dengan memiliki empati, maka individu bisa membina relasi yang baik dengan orang lain. Kemampuan berempati juga didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain, ikut berperan dalam pergulatan dalam arena kehidupan, mulai dari penjualan dan manajemen hingga ke asmara, dari belas kasih hingga tindakan politik (Goleman, 1999).

Goleman (1999), menjelaskan bahwa empati dalam hubungannya dengan kecerdasan emosional juga mampu memberikan kontribusi terhadap kehidupan sosial seseorang. Walaupun empati dianggap sebagai keadaan emosional, sering kali empati memiliki komponen kognitif atau kemampuan melihat keadaan psikologis dalam diri orang lain, atau apa yang disebut dengan mengambil perspektif orang lain.

Ketika individu akan memberikan maaf, individu tersebut pasti mengingat kembali rasa sakit yang diterima dari orang yang menyakiti dan membutuhkan empati yang baik (McCullough, 2000). Lebih lanjut, penelitian telah menemukan hubungan yang positif antara empati dan *forgiveness* (Rianda Elvinawanty dan Liana Mailani (2016). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Macaskill, Maltby, dan Day (2002), menemukan hal yang senada, bahwa empati berkorelasi positif dengan memaafkan orang lain, namun berkorelasi negatif dengan memaafkan diri sendiri. Hal ini menjadi mungkin, mengingat empati berhubungan dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memahami perilaku dan perasaan orang lain, bukan diri sendiri. Sehingga, bisa dikatakan bahwa empati memiliki peranan penting dalam terwujudnya *forgiveness* pada seseorang.

Empati dianggap mampu untuk menurunkan motivasi balas dendam dan menghindari transgressor dan mendorong munculnya motivasi untuk berbelas kasih terhadap transgressor (McCullough, dkk, 2000). Lebih lanjut, perubahan motivasi ini dapat terjadi karena empati membuat korban untuk peduli terhadap transgressor atas dasar (a) membayangkan rasa bersalah atau berdosa distress yang dialami transgressor, (b) membayangkan keinginan transgressor untuk kembali membangun hubungan yang baik dengan dirinya, atau (c) keinginan dari dalam diri korban untuk memperbaiki hubungan dengan transgressor.

2. Aspek Empati

Davis dalam Badriyah, (2013), menjelaskan bahwa secara global ada dua komponen dalam empati, yaitu komponen kognitif yang terdiri dari *Perspektif Taking* (PT) dan *Fantasy* (FS), dan komponen afektif meliputi *Empathic Concern* (EC) dan *Personal Distress* (PD) seperti berikut :

a. *Perspective taking* (pengambilan perspektif) merupakan perilaku individu untuk mengambil alih secara spontan sudut pandang orang lain. Aspek ini akan mengukur sejauh mana individu memandang kejadian sehari-hari dari perspektif orang lain

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. *Fantasy* merupakan perilaku untuk mengubah pola diri secara imajinatif ke dalam pikiran, perasaan, dan tindakan dari karakter-karakter khayalan pada buku, film dan permainan. Aspek ini melihat perilaku individu menempatkan diri dan hanyut dalam perasaan dan tindakan orang lain.

c. *Emphatic concern* (Perhatian empatik). Sears (1985) mengungkapkan *empathic concern* merupakan perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain, khususnya untuk berbagai pengalaman atau secara tidak langsung merasakan penderitaan orang lain.

d. *Personal distress* (distress pribadi) yang didefinisikan oleh Sears, (1985) sebagai pengendalian reaksi pribadi terhadap penderitaan orang lain, yang meliputi perasaan terkejut, takut, cemas, prihatin, dan tidak berdaya (lebih terfokus pada diri sendiri).

3. Faktor yang mempengaruhi empati

Hoffman mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam memberi empati adalah sebagai berikut (Golleman, 1999) :

a. Sosialisasi

Dengan adanya sosialisasi memungkinkan seseorang dapat mengalami sejumlah emosi, mengarahkan seseorang untuk melihat keadaan orang lain dan berpikir tentang orang lain, serta lebih terbuka terhadap kebutuhan orang lain sehingga akan meningkatkan kemampuan berempati.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. *Mood and feeling*

Situasi perasaan seseorang ketika berinteraksi dengan lingkungannya akan mempengaruhi cara seseorang dalam memberikan respon terhadap perasaan dan perilaku orang lain.

c. Situasi dan tempat

Pada situasi tertentu seseorang dapat berempati lebih baik dibandingkan dengan situasi yang lain.

d. Proses belajar dan identifikasi

Dalam proses belajar, anak belajar membetulkan respon-respon khas, yang disesuaikan dengan peraturan yang dibuat oleh orangtua atau penguasa lainnya. Apa yang telah dipelajari anak di rumah atau pada situasi tertentu, diharapkan anak dapat menerapkannya pada lain waktu yang lebih luas.

e. Komunikasi dan bahasa

Pengungkapan empati dipengaruhi oleh komunikasi respon terhadap perasaan dan perilaku orang lain.

f. Pengasuhan

Lingkungan yang berempati dari suatu keluarga sangat membantu anak dalam menumbuhkan empati dalam dirinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

D. Hubungan Antara *Humility* dan Empati dengan *Forgiveness*

1. Hubungan antara *Humility* dengan *Forgiveness*

Menurut McCullough *forgiveness* adalah sikap seseorang yang telah disakiti untuk tidak melakukan perbuatan balas dendam terhadap pelaku. Manusia hidup berdampingan dengan manusia yang lain terkadang melakukan kesalahan dan timbul konflik antar sesama manusia. Ketika terlibat konflik pasti ada pihak yang menyakiti dan ada pula yang disakiti, ini merupakan hal yang wajar dalam kehidupan. Namun sebagai manusia pasti memiliki sisi baik dalam dirinya untuk memaafkan kesalahan sesamanya. Mudah tidaknya seseorang untuk memaafkan tergantung dari kepribadian orang tersebut dan tingkat kesakitan yang didapatkannya. McCullough juga menyatakan bahwa tipe kepribadian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan. Salah satunya yaitu *humility*. *Humility* merupakan salah satu dari dimensi Struktur kepribadian HEXACO yang dikemukakan oleh Ashton dan Lee (2007)

Elliot (2010) menyatakan *humility* (kerendahhatian) adalah kemampuan untuk mengakui kesalahan diri, ketidaksempurnaan, kesenjangan/keterbatasan diri dan keterbukaan untuk menerima ide-ide baru, informasi, dan saran. Dengan munculnya perasaan tersebut, maka saling memaafkan akan mudah dilakukan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Hubungan antara Empati dengan *Forgiveness*

Selain *humility*, empati juga dianggap dapat mempengaruhi manusia untuk memaafkan. Goleman (1999) mengungkapkan empati dibangun berdasarkan kesadaran diri, semakin terbuka seseorang kepada emosi diri sendiri, semakin terampil pula dalam membaca perasaan. Setiap hubungan yang merupakan akar kepedulian berasal dari penyesuaian emosional, dari kemampuan untuk berempati, yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain dan ikut berperan dalam pergulatan kehidupannya. Empati dianggap mampu untuk menurunkan motivasi balas dendam dan menghindari transgressor dan mendorong munculnya motivasi untuk berbelas kasih terhadap transgressor (McCullough, dkk, 2000). Lebih lanjut, perubahan motivasi ini dapat terjadi karena empati membuat korban untuk peduli terhadap transgressor atas dasar (a) membayangkan rasa bersalah atau berdosa distress yang dialami transgressor, (b) membayangkan keinginan transgressor untuk kembali membangun hubungan yang baik dengan dirinya, atau (c) keinginan dari dalam diri korban untuk memperbaiki hubungan dengan transgressor.

3. Hubungan antara *Humility* dan Empati secara bersama-sama dengan *Forgiveness*

Elliot (2010) menambahkan bahwa dalam sebuah hubungan interpersonal, *Humility* dan empati merupakan cara yang baik untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyelesaikan konflik. *Humility* dan empati mampu menjadikan masalah lebih mudah untuk difahami. Ketika masalah dapat dipahami maka akan mudah mendapatkan pengampunan dan rekonsiliasi.

E. Landasan Teoritis

Menurut McCullough, *Forgiveness* merupakan sikap seseorang yang telah disakiti untuk tidak melakukan perbuatan balas dendam terhadap pelaku, tidak adanya keinginan untuk menjauhi pelaku, sebaliknya adanya keinginan untuk berdamai dan berbuat baik terhadap pelaku, walaupun pelaku telah melakukan perilaku yang menyakitkan (Sari, 2012). Wardhati dan Faturochman (2006) menjelaskan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap pemberian maaf yang mereka kutip dari pendapat beberapa ahli, yaitu (1)Empati, (2)Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, (3)Tingkat kelukaan, (4)Karakteristik kepribadian, (5)Kualitas hubungan.

Elliot (2010) menyatakan *humility* terbagi atas empat aspek yaitu (1) *Openness* (membuka diri), dengan cara membuka diri, seseorang bisa menjadi lebih terbuka dengan orang lain. (2) *Self-forgetfulness*, (memiliki kekurangan dan kelemahan pada diri sendiri). *Modest self-assessment*, (penilaian diri). *Focus on others* (memperhatikan orang), dengan memahami orang lain serta menghargai orang lain, akan mempermudah proses untuk memaafkan.

Hasil penelitian Kusprayogi dan Nashori (2016) telah menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *humility* dengan *forgiveness.*

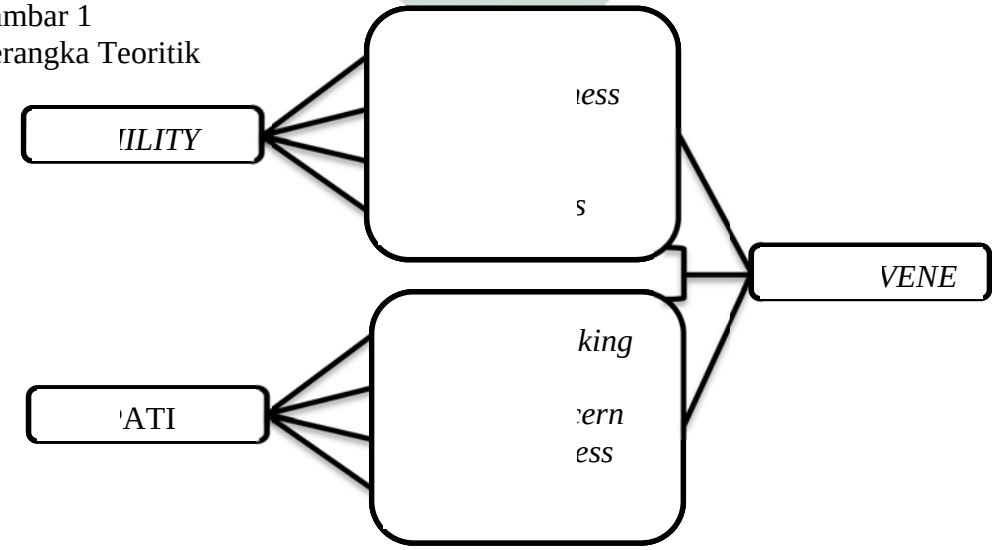
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penelitian yang dilakukan oleh Mehmet Çardak (2013) dengan topik yang sama juga menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *humility* dengan *forgiveness.*

Hurlock (1999) mengungkapkan bahwa empati adalah kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain serta kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat orang lain

Davis dalam Badriyah, (2013), menjelaskan bahwa secara global ada dua komponen dalam empati, yaitu komponen kognitif yang terdiri dari *Perspektif Taking* (PT) dan *Fantasy* (FS), dan komponen afektif meliputi *Empathic Concern* (EC) dan *Personal Distress* (PD). Penelitian telah menemukan hubungan yang positif antara empati dan *forgiveness* (Rianda Elvinawanty dan Liana Mailani (2016). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Macaskill, Maltby, dan Day (2002), menemukan hal yang senada, bahwa empati berkorelasi positif dengan memaafkan orang lain

Gambar 1
Kerangka Teoritik



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

F. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptual diatas maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. Hipotesis 1, terdapat hubungan antara *humility* dengan *forgiveness*
2. Hipotesis 2, terdapat hubungan antara empati dengan *forgiveness*
3. Hipotesis 3, terdapat hubungan antara *humility* dan empati secara bersama-sama dengan *forgiveness.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id