

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Pendahuluan

Kekerasan masih banyak terjadi di masyarakat Indonesia dengan jumlah yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2016 dilaporkan kasus kekerasan meningkat dalam enam tahun terakhir di Kalimantan Barat begitu pula di Riau dalam lima tahun terakhir (Sesrawati, 2016; Sinaga, 2016). Angka kasus kekerasan juga dilaporkan meningkat di tahun 2017 dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya. Peningkatan kekerasan ini terjadi di beberapa wilayah Indonesia, seperti di Jakarta, Aceh, Riau, dan Makassar dan menjadikan Indonesia berada dalam posisi darurat kekerasan. Setidaknya, sekitar 2.552 kasus dilaporkan telah terjadi di Jakarta sepanjang tahun 2017. Angka kasus kekerasan di Jakarta ini paling banyak terjadi dibandingkan dengan beberapa kota besar lainnya (Agustina, 2017; Budiayamin, 2018; Eppang, 2018; Julia, 2017; Kuswandi, 2017; Munir, 2015; Octaviani, 2017; Priliawito & Augesti, 2017; Putra, 2017; Sukoco, 2017; Syahbuddin, 2017).

Kekerasan adalah suatu tindakan abnormal yang dilakukan pada orang lain di luar aturan sosial yang disepakati dan menyebabkan perasaan tidak aman dalam hidup individu (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Kekerasan terdiri dari beberapa jenis, yaitu kekerasan fisik, psikologis atau emosional, pelecehan seksual, dan penganiayaan atau kejadian yang mengancam kehidupan individu lainnya (Madsen & Abell, 2010). Margolin dan Gordis (2004) juga membagi kekerasan menjadi dua jenis, yaitu *family violence* (kekerasan yang dilakukan oleh orang yang dikenal) dan *community violence* (kekerasan yang dilakukan oleh orang yang tidak dikenal). Beragamnya jenis kekerasan yang telah dipaparkan menunjukkan individu dapat mengalami atau menyaksikan

kekerasan dalam bentuk apapun, baik oleh orang yang dikenal ataupun yang dilakukan oleh orang yang tidak dikenal di area publik.

Kekerasan dapat menimbulkan sejumlah dampak negatif pada individu (Doumas, 1994; Curtis, 1963; Eron, Huesmann, & Zelli, 1991; Farrington, 1991; Madsen & Abell, 2010; Maker, Kimmelmeier, & Peterson, 1998; Margolin & Gordis, 2004; Scarpa, 2003). Dampak negatif dari kekerasan dapat mempengaruhi fisik, psikis atau mental, dan lingkungan sosial individu (Coker, dkk 2002; Fowler, dkk, 2009; Gorman-Smith, Henry, & Tolan, 2004). Dampak negatif terhadap fisik individu berupa risiko kesehatan yang buruk, pengembangan penyakit kronis, dan mengalami cedera (Coker, dkk 2002). Sedangkan dampak negatif terhadap kondisi mental individu yang terpapar kekerasan dapat mengembangkan sejumlah simptom atau gejala depresi dan kecemasan (Coker, dkk 2002). Sementara dampak negatif terhadap lingkungan sosial menyebabkan individu berperilaku menyimpang, agresif, dan rendahnya kemampuan bersosialisasi (Eitle & Turner, 2002; Gorman-Smith, Henry, & Tolan, 2004). Selain itu, kekerasan dianggap sebagai suatu peristiwa traumatis karena dampaknya dapat menimbulkan perasaan tidak aman dalam hidup dan individu menganggapnya sebagai suatu tindakan yang menyakitkan bagi dirinya sebab kekerasan yang disaksikan atau dialami terjadi di luar jangkauannya sehingga menyebabkan individu mengalami trauma psikologis (*American Psychiatric Association*, 1987; Bonanno, 2004; De Zulueta, 2006; Kent, Davis, & Reich, 2014).

Jika kekerasan ditinjau dalam perspektif Islam, Rasulullah SAW selalu mengajarkan manusia untuk tidak melakukan tindakan yang dapat merugikan sesama manusia. Beliau juga telah menganjurkan seluruh umatnya untuk mampu mengontrol motivasi permusuhan dan tidak melakukan hal-hal yang dapat merugikan atau mengancam kehidupan seseorang (Najati, 2004). Sebagaimana dari Abu Hurairah RA. berkata:

عن أبي هريرة قال قال رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَالسَّلَامِ
 الْمُسْلِمُ أَخُو الْمُسْلِمِ لَا يَظْلِمُهُ وَلَا يَخْذُلُهُ وَلَا يَحْقِرُهُ التَّقْوَى
 هَهُنَا وَيُشِيرُ إِلَى صَدْرِهِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ بِحَسَبِ أَمْرٍ مِنَ الشَّرِّ أَنْ
 يَحْقِرَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ كُلُّ الْمُسْلِمِ عَلَى الْمُسْلِمِ حَرَامٌ دَمُهُ وَمَالُهُ
 وَعِزُّهُ

Artinya:

“Rasulullah SAW. bersabda: “Seorang muslim adalah saudara bagi muslim lainnya, tidak boleh membiarkannya teraniaya dan tidak boleh merendahkannya. Takwa (kepatuhan kepada Allah) itu letaknya di sini” Dan beliau mengisyaratkan ke dadanya. Perkataan ini diulanginya sampai tiga kali. “Cukup besar kesalahan seseorang, apabila dia menghinakan (merendahkan) saudaranya sesama muslim. Setiap muslim terhadap sesama muslim, terlarang menumpahkan darahnya (membunuh atau melukai), merampas hartanya dan merusak kehormatannya (nama baiknya)” (Hadits Shahih Muslim).

Hadis di atas merupakan suatu bentuk peringatan kepada seorang muslim mengenai kekerasan. Seorang muslim diperingatkan untuk tidak melakukan tindakan yang dapat melukai saudara muslim sendiri, baik dalam bentuk verbal maupun non-verbal. Rasulullah SAW mengancam orang yang berbuat demikian kepada orang lain sebab jika melakukannya maka di hari kiamat mereka akan mendapatkan kerugian yang sangat besar (Najati, 2004). Kerugian yang diperoleh orang yang melakukan kejahatan dapat berupa ganjaran di hari pembalasan. Bagi korban, kerugian yang didapat berupa terenggutnya rasa aman dalam dirinya dan mengalami trauma (Briere, Hodges, & Godbout, 2010; Nevid, Rathus, & Greene, 2005).

Trauma sendiri didefinisikan sebagai ancaman yang dirasakan atau disaksikan langsung individu terhadap keadaan fisiknya (*American Psychiatric Association*, 2000). Trauma melibatkan paparan terhadap kejadian non-normatif yang mengganggu diri individu dan menguasai kemampuan individu untuk bertahan setidaknya sementara waktu (Briere & Scott, 2006). Menurut Briere, Hodges, dan Godbout (2010) individu yang terpapar kekerasan, baik

dalam bentuk kekerasan seksual, fisik, atau psikologis yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain dapat menimbulkan gejala trauma.

Gejala trauma dari peristiwa traumatis berupa kekerasan baik dalam bentuk *family violence* maupun *community violence* sama-sama menimbulkan dampak negatif di usia dewasa awal, sebab kelompok usia ini berisiko dapat mengulangi kembali peristiwa kekerasan yang pernah dialami (Eitle, & Turner, 2002; Menard, 2000). Dampak dari peristiwa traumatis dapat memengaruhi kondisi fisik, psikis, dan lingkungan sosial. Secara fisik, individu dewasa awal akan terus-menerus bersikap waspada, cemas, gelisah, dan tidak lagi merasakan ketenangan atau kenyamanan dalam dirinya (Herman, 2015). Sejumlah dampak tersebut dapat memunculkan perilaku berisiko baru pada dewasa awal seperti merokok, meminum minuman keras, menggunakan obat-obatan terlarang, mengalami stres sehingga lebih banyak memakan makanan siap saji yang berisiko dapat menimbulkan obesitas dan risiko penyakit jantung (Papalia & Martorell, 2014).

Secara psikis, reaksi-reaksi individu terhadap trauma psikologis berupa kekerasan (baik yang menyaksikan maupun mengalami kekerasan itu sendiri) adalah mengalami depresi, berusaha untuk bunuh diri, mengingat kembali peristiwa traumatis melalui pikiran-pikiran yang mengganggu dalam bentuk kilas balik (*flashback*) secara visual, mimpi buruk, ingatan menyedihkan yang berulang atau merasa mengulangi situasi traumatis (Amstadter & Vernon, 2008; De Zulueta, 2006; Kitaeff, 2017). Pikiran-pikiran yang mengganggu ini dapat menyebabkan individu dewasa awal mengalami insomnia atau kurang tidur, performa kognitif menjadi terganggu dan terganggunya pembelajaran verbal (Papalia & Martorell, 2014). Lebih jauh lagi, individu yang menyaksikan kekerasan yang dilakukan oleh orang tidak dikenal juga mendapati diri mereka mengalami masalah sosial, perilaku agresif dan kriminal, serta antisosial, sehingga menyebabkan individu dewasa awal menjadi terisolasi, tidak sabaran, mudah marah, sulit bersosialisasi, bahkan dapat melakukan kekerasan pada anak atau pasangannya sendiri (Browne & Hamilton, 1998; Dumas, Margolin,

& John, 1994; Maker, Kimmelmeier, & Peterson, 1998; Papalia & Martorell, 2014; Paschall, Flewelling, & Ennett, 1998; Scarpa, 2003).

Namun demikian, tidak semua individu yang terpapar oleh peristiwa traumatis berupa kekerasan di masa lalu menunjukkan adanya sejumlah dampak negatif yang ditimbulkan (Bonanno, 2004; Finkelhor, 1990, dalam Walsh, Fortier, & DiLillo, 2010). Terdapat beberapa individu dewasa awal yang pernah terpapar kekerasan tetapi tidak menunjukkan adanya masalah pada kesehatan mental maupun gejala patologis kronis dan dapat mengembangkan reaksi yang relatif lebih sehat setelah kejadian traumatis terjadi sehingga menyebabkan individu mampu bangkit dari masalahnya (Bonanno, 2004; Campbell-Sills, Cohan, & Stein, 2006; Collishaw, dkk, 2007).

Menurut Kent, Davis, dan Reich (2014), individu yang mampu mengatasi masalah dan kesulitan disebut sebagai individu yang resilien. Individu dewasa awal dengan tingkat resiliensi yang baik tidak menunjukkan adanya sejumlah dampak negatif karena individu mampu menangani masalahnya (Campbell-Sills, Cohan, & Stein, 2006). Penemuan ini selaras dengan penemuan Bonanno (2004) yang menemukan bahwa resiliensi dapat mengembangkan kesejahteraan individu dewasa awal dan memberikan kekuatan untuk bangkit dari peristiwa traumatis. Individu dewasa awal yang dapat bangkit dari peristiwa traumatis dapat dikatakan sebagai individu yang resilien terhadap trauma (Bonanno, 2004).

Resiliensi terhadap trauma merupakan suatu kekuatan yang memberdayakan individu dewasa awal untuk kembali ke status fungsional setelah mengalami peristiwa traumatis berupa kekerasan (Madsen & Abell, 2010). Resiliensi terhadap trauma dimanifestasikan secara jelas ketika individu dewasa awal telah mencapai pemulihan dari peristiwa traumatis yang dialaminya (Madsen & Abell, 2010). Sebaliknya, individu yang menunjukkan ketidakmampuan dalam mengatasi masalah traumatis adalah individu yang tidak resilien terhadap trauma (Block & Kremen, 1996). Meskipun demikian, penelitian mengenai resiliensi terhadap trauma perlu dianalisis lebih dalam lagi pada individu dewasa awal yang pernah terpapar kekerasan (Menard, 2000).

Adanya resiliensi terhadap trauma dapat memberdayakan individu dewasa awal untuk bangkit dari peristiwa traumatis dalam hal ini berupa kekerasan. Oleh karena itu, resiliensi terhadap trauma sangat dibutuhkan dalam memfasilitasi individu dewasa awal untuk menghadapi peristiwa traumatis dalam hidupnya (Madsen & Abell, 2010).

Ketika individu terpapar oleh peristiwa traumatis seperti kekerasan biasanya mereka akan mengembangkan pemikiran, perasaan, dan perilaku yang negatif, seperti ingin membalas dendam (Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, Billings, Heinze, Neufeld, Shorey, Roberts, & Roberts, 2005). Menurut Thompson, dkk (2005) individu yang terpapar kekerasan berkaitan dengan bagaimana tanggapan mereka mengenai peristiwa tersebut, baik secara kognitif, emosional, maupun perilaku. Tanggapan tersebut akan meningkat jika individu mengingat kembali peristiwa traumatis berupa kekerasan sehingga individu yang terpapar oleh peristiwa tersebut akan mengalami disonansi, yang mana pikiran, perasaan, dan perilakunya saling bertentangan dengan tanggapan mereka terhadap diri sendiri, orang lain, dan dunia (Thompson, dkk, 2005). Dengan demikian, individu akan terdorong untuk mengambil langkah untuk mengatasi disonansi ini (Thompson, dkk, 2005).

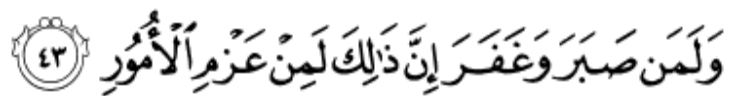
Salah satu faktor yang dapat membantu mengatasi disonansi dan pemulihan atas peristiwa traumatis adalah pemaafan (Thompson, dkk, 2005; Worthington, & Scherer, 2004). Pemaafan dikonseptualisasikan sebagai metode untuk menanggapi tanggapan negatif dan menangani disonansi yang berkaitan dengan peristiwa traumatis. Thompson, dkk (2005) membagi pemaafan menjadi tiga bagian, yaitu pemaafan terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi.

Pemaafan terhadap diri sendiri dapat menimbulkan sikap yang lebih luwes dan tidak mendendam diri sendiri atas kekerasan yang dilakukan (Thompson, dkk (2005). Sedangkan pemaafan terhadap orang lain dapat menciptakan perdamaian dan mengembangkan perasaan positif serta penuh kebaikan (Thompson, dkk (2005). Sementara itu, pemaafan terhadap situasi dapat menghasilkan kepercayaan pada Tuhan bahwa kejadian tersebut

merupakan takdir dan percaya bahwa Tuhan pasti akan memberikan nikmat yang terbaik bagi dirinya (Thompson, dkk (2005).

Menurut Thompson, dkk (2005), pemaafan itu sendiri merupakan sebuah persepsi terhadap perilaku yang melanggar norma sehingga respon pada pelaku, perilaku, dan dampak buruk yang ditimbulkan dari perilaku yang melanggar norma ditransformasikan ke arah yang lebih netral atau positif serta tidak lagi bersifat negatif. Pemaafan melibatkan penyesuaian emosi negatif dan meningkatkan pemikiran yang positif untuk meminimalisasi keinginan membalas dendam (Hwei & Abdullah, 2013). Penemuan ini juga selaras dengan penemuan Breen, Kashdan, Lenser, dan Fincham (2010), bahwa individu dewasa awal yang memiliki tingkat pemaafan yang lebih tinggi dapat mengontrol amarahnya dan perasaan subjektif akan kesepian serta gejala depresi. Selain itu, individu dewasa awal yang mampu memaafkan juga mendapati dirinya mampu menurunkan tingkat gangguan stres dan dapat meningkatkan kesehatan dalam dirinya, baik kesehatan mental maupun fisik (Denckla, 1999).

Dalam perspektif Alquran dan hadis, hubungan individu dengan diri sendiri, orang lain, dan alam semesta juga merupakan salah indikator kesehatan jiwa (Najati, 2004). Individu yang memiliki hubungan yang baik dengan dirinya yaitu individu yang mampu menahan dan mengontrol amarah, walaupun terkadang bertentangan dengan agama, moral, nilai kemanusiaan, dan norma sosial (Najati, 2004). Sementara itu, memaafkan orang yang bersalah semampu mungkin atas kelalaian yang dilakukannya dapat mengembangkan hubungan yang baik dengan orang lain, serta mampu memaafkan lingkungan atau peristiwa yang menimbulkan dampak buruk bagi dirinya adalah salah satu indikator kesehatan jiwa (Najati, 2004). Oleh karena itu, Islam memandang pemaafan sebagai suatu hal yang paling diutamakan. Individu yang mampu memaafkan juga akan mendapatkan kemuliaan di mata Allah SWT dan manusia. Bahkan, mendatangkan manfaat bagi dirinya (Ramadhani, 2006). Sebagaimana dalam firman Allah SWT yang berbunyi:



Artinya:

“Tetapi orang yang bersabar dan memaafkan, sesungguhnya (perbuatan) yang demikian itu termasuk hal-hal yang diutamakan” (Q.S. Ash-Shura (42): 43).

Manfaat yang didapatkan dalam memaafkan bukan hanya sekedar menghasilkan kesehatan jiwa, tetapi juga dapat membantu membangun kembali hubungan dengan diri sendiri, orang lain, maupun situasi setelah kejadian traumatis tersebut terjadi (tidak melakukan balas dendam) (Anderson, 2006). Selain itu, pemaafan sangat berguna bagi individu dewasa awal untuk mengatasi masalah (Snyder & Heinze, 2005).

Pemaafan dapat memfasilitasi individu untuk mengatasi disonansi akibat terpapar kekerasan dan mengatasi masalah yang timbul akibat kekerasan tersebut (Thompson, dkk, 2005; Snyder & Heinze, 2005). Hal ini merupakan salah satu proses dari resiliensi (Snyder & Heinze, 2005). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, pemaafan berhubungan positif secara signifikan dengan resiliensi. Artinya, semakin tinggi tingkat pemaafan individu maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimilikinya (Dwiwardani, Hill, Bollinger, Marks, Steele, Doolin, & Davis, 2014). Menurut Dwiwardani, dkk (2014), individu dewasa awal yang dapat melakukan pemaafan dapat membebaskan dirinya dari peristiwa yang tidak menyenangkan dalam hidupnya sehingga ia mampu beresilien. Penemuan ini selaras dengan pernyataan Kent, Davis, dan Reich (2014), bahwa pemaafan dapat memfasilitasi individu dewasa awal untuk resiliensi terhadap trauma setelah mengalami peristiwa traumatis.

Islam juga memandang bahwa individu harus berusaha mengatasi sendiri masalah yang dialaminya. Sebaliknya, masalah tidak akan selesai jika individu tidak berusaha untuk menyelesaikannya sendiri. Oleh karena itu, individu diminta untuk berusaha memperbaiki diri, bermuhasabah untuk bangkit dari keterpurukan yang menyimpannya (Farras, 2014). Sebagaimana firman Allah SWT menjelaskan:

لَهُمْ مَعْقِبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ
 لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا
 مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya:

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia” (Q.S. Ar-Ra’d (13): 11).

Individu senantiasa diberikan cobaan oleh Allah SWT kepadanya, salah satunya berupa pengalaman traumatis yang pernah dialami dalam hidupnya. Namun, individu juga diberikan kekuatan untuk dapat menyelesaikan masalahnya (Farras, 2014; Sagir, 2011). Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam ayat di atas bahwasanya individu diminta untuk menyelesaikan masalahnya sendiri dengan menentukan jalan yang terbaik dan benar. Jika individu tidak mampu menyelesaikannya atau justru menghindari masalah dengan tidak dapat menerima kenyataan bahwa dia pernah terpapar kekerasan, maka pengalaman kekerasan tersebut dapat memengaruhi kehidupannya, seperti tidak optimis atau percaya diri (Sagir, 2011).

Individu yang tidak percaya diri adalah individu yang tidak memiliki harapan yang kuat akan masa depannya yang lebih positif (Lopez, Snyder & Pedrotti, 2003; Madsen & Abell, 2010). Namun apabila individu percaya diri dengan harapan bahwa akan selalu ada Allah SWT yang selalu bersamanya, melindungi dirinya, serta menolongnya dari keterpurukan yang menimpa dirinya, berarti individu dapat menerima kenyataan bahwa musibah yang menimpanya adalah takdir yang telah ditetapkan oleh Allah SWT dan akan ada

kehidupan yang lebih baik lagi dalam hidupnya di masa depan (Sagir, 2011). Oleh karena itu, ketika individu mampu menerima realitas dan percaya bahwa Allah SWT akan selalu membantunya dalam mengatasi masalah traumatis maka individu dapat dikatakan mampu resilien terhadap trauma (Farras, 2014; Madsen & Abell, 2010; Sagir, 2011).

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, pemaafan sangat berguna dalam menangani disonansi yang mengakibatkan pikiran, perasaan, dan perilakunya bertentangan dengan tanggapan individu mengenai dirinya sendiri, orang lain, maupun dunia, sehingga individu terdorong untuk menangani masalah tersebut setelah terekspos oleh peristiwa traumatis. Adanya pemaafan dapat menjadi faktor protektif individu dalam beresiliensi terhadap trauma yang dialami dalam hidupnya. Individu yang resilien adalah individu yang mampu menangani dan menyelesaikan keterpurukannya untuk dapat kembali ke status fungsionalnya (bersosialisasi dengan orang lain). Jika dilihat dari beberapa literatur, individu dewasa awal yang terpapar kekerasan sangat berisiko akan mengalami kembali peristiwa tersebut. Penelitian sebelumnya telah menjelaskan adanya hubungan sehingga peneliti ingin menguji peran dari pemaafan pada resiliensi terhadap trauma. Untuk itu, peneliti ingin menganalisis lebih dalam terkait peran pemaafan pada resiliensi terhadap trauma pada dewasa awal yang pernah terpapar kekerasan.

I.2. Identifikasi Masalah

Pertanyaan dalam penelitian ini diantaranya:

1. Apakah terdapat peran signifikan dari pemaafan pada resiliensi terhadap trauma di usia dewasa awal yang pernah terpapar kekerasan?
2. Bagaimana pandangan Islam mengenai peran pemaafan pada resiliensi terhadap trauma di usia dewasa awal yang pernah terpapar kekerasan?

I.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis peran pemaafan pada resiliensi terhadap trauma di usia dewasa awal yang pernah terpapar kekerasan serta membahas bagaimana tinjauannya dalam Islam.

I.4. Manfaat Penelitian

I.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan pengetahuan dalam ilmu psikologi khususnya dalam ranah psikologi klinis dalam bentuk rujukan penelitian terkait pemaafan dan resiliensi terhadap trauma pada dewasa awal yang pernah terpapar oleh peristiwa traumatis berupa kekerasan.

I.4.2 Manfaat Praktis

1. Dapat memberikan informasi kepada korban kekerasan mengenai aspek psikologis yang dapat membantu mengatasi masalah traumatis berupa kekerasan.
2. Dapat menjadi bahan rujukan untuk pihak-pihak profesional untuk membuat program yang dapat membantu dewasa awal untuk mengatasi masalah traumatis berupa kekerasan, seperti promosi kesehatan, pelatihan, dan sebagainya.

I.5. Kerangka Berfikir

