

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pemaafan**

##### **2.1.1 Definisi Pemaafan**

Pemaafan hanya berkaitan dengan membuang atau meninggalkan sesuatu yang negatif (Strelan & Covic, 2006). Pemaafan menurut McCullough (1997), diartikan sebagai serangkaian perubahan motivasional. McCullough (1998), bahwa esensi dari pemaafan sebagai perubahan prososial dalam motivasi seseorang terhadap hubungan dengan pelaku. Yakni motivasi seseorang untuk membalas dendam dengan pelaku, motivasi untuk menjauhi pelaku dan meningkatnya motivasi atau keinginan untuk berdamai dengan pelaku. Senada dengan ini, Skinner (1998), ia menyimpulkan bahwa bahwa pemaafan bertindak sebagai *reframe* karena hal ini memungkinkan seseorang untuk melihat dan mengalami (memperlakukan) kejadian masa lalu yang menyakitkan dengan cara pandang yang berbeda.

Enright (1998), mendefinisikan pemaafan ialah kemauan seseorang untuk tidak membenci, menilai secara negatif, tidak peduli kepada pelaku yang telah melakukan perbuatan menyakitkan, dan mengembangkan rasa kasihan dan bahkan merubahnya menjadi rasa cinta, selain itu emosi negatif pada saat memaafkan

akan digantikan dengan emosi yang lebih netral dan berakhir pada emosi yang positif. Enright (dalam McCullough 2003), mendefinisikan pemaafan sebagai sikap untuk mengatasi hal-hal yang negatif dan penghakiman terhadap orang yang bersalah dengan tidak menyangkal rasa sakit itu sendiri tetapi dengan rasa kasihan, iba dan cinta kepada pihak yang menyakiti. Hal ini senada dengan definisi pemaafan yang dikemukakan oleh Worthington (2006), upaya untuk membawa perasaan, pikiran negatif seseorang dan membawanya kearah yang lebih positif.

Ahli psikologi mengatakan, pemaafan terhadap seseorang atas *excusing* (membebaskan) yang tidak mengakui ketidakadilan, *reconciling* (berdamai) yang melibatkan kepercayaan satu sama lain, dan *forgetting* (melupakan) yang tidak sepenuhnya membebaskan (Baskin dan Enright, 2004).

Nashori (2008), mengatakan pemaafan secara *lughawi* (terminologis), kata dasar dari pemaafan (pemaafan) merupakan maaf, kata maaf ialah kata saduran dari bahasa Arab, yakni *al'afw*. Kata tersebut di dalam Al-Quran terulang sebanyak 34 kali yang awalnya berarti berlebihan, kemudian berkembang maknanya menjadi keterhapusan. Pemaafan ialah kemauan seseorang untuk beranjak dari sesuatu yang tidak menyenangkan yang sumbernya dari hubungan

interpersonal serta memupuk rasa, pikiran dan kualitas hubungan interpersonal secara baik dengan orang lain dimana orang tersebut pernah melakukan kesalahan terhadap dirinya secara tidak adil (Nashori 2011). Pemaafan merupakan meniadakan luka atau bekas luka di dalam hati (Shihab, dalam Nashori 2008). Fatturochman (2006) mengatakan pemaafan adalah usaha untuk membuang segala keinginan berperilaku kejahatan yang serupa dan rasa sakit hati dari dalam diri individu terhadap seseorang yang melakukan kesalahan dan mempunyai motivasi untuk membina hubungan kembali.

Pemaafan merupakan hal yang paling berpengaruh pada agama, sedangkan dalam bidang kesehatan, pemaafan ialah cara yang ideal untuk mengganti luka ketika seseorang merasa dalam keadaan yang tidak menyenangkan (Hamidi, 2010). Pemaafan adalah salah satu dari berbagai kajian dalam ilmu psikologi positif, yaitu pendekatan keilmuan untuk melihat berbagai kekuatan seseorang dan mendorong fungsi positif seseorang. Memaafkan bahkan dianggap sebagai salah satu cara melerai masalah yang fokus pada bentuk emosi yang dapat meminimalisir resiko kesehatan dan meningkatkan upaya untuk sehat (Rahmadani, 2015).

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa pemaafan merupakan upaya

seseorang untuk merubah motivasi seseorang untuk balas dendam, menjauhi pelaku dan meningkatkan motivasi untuk berbaik hati dengan pelaku. Sehingga diharapkan seseorang dapat merubah perasaan-perasaan yang negatif akibat dari hal yang menyakitkan menjadi perasaan yang positif.

### **2.1.2 Dimensi Pemaafan**

McCullough (1998), mengemukakan bahwa pemaafan memiliki tiga dimensi yaitu :

1. *Avoidance Motivation,*

Ditandai dengan seseorang untuk menghindari dari seseorang yang telah membuatnya sakit serta menyinggung perasaannya. Dimensi negatif dari pemaafan ialah *avoidance*, artinya minimnya keinginan seseorang untuk menjauh menandakan semakin dekat dengan keinginan seseorang untuk memaafkan.

2. *Revenge Motivation*

Ditandai dengan keinginan individu untuk melakukan perbuatan yang serupa. Dalam situasi ini, individu mempunyai rasa benci, amarah serta dipenuhi oleh emosi negatif lainnya sehingga muncul kemauan dendam dan keinginan untuk membalas. Hal ini juga salah satu dimensi negatif dari pemaafan, artinya jika seseorang mempunyai keinginan yang rendah untuk membalas maka dapat

dikatakan semakin dekat dengan kondisi memaafkan.

3. *Benevolence Motivation*

Ditandai dengan kemauan individu untuk berperilaku baik kepada seseorang yang menyakiti dan melukai perasaannya. Hal ini merupakan dimensi positif dari pemaafan, artinya jika seseorang mempunyai motivasi yang tinggi untuk berbuat baik maka akan semakin menggambarkan bahwa orang tersebut sudah memaafkan.

Menurut Thompson (2005), pemaafan dibagi atas tiga dimensi yakni :

1. *Forgivingness of self* (pemaafan pada diri sendiri) yaitu keadaan dimana seseorang dapat menerima dirinya karena kesalahan yang telah dilakukan. Seseorang dikatakan memaafkan diri sendiri ketika orang tersebut mudah untuk mengakui kesalahan yang dilakukan, maupun berhenti melakukan pikiran, perasaan, ucapan, atau tindakan yang menyalahkan diri, dengan kata lain mampu memahami dan menerima kesalahan yang pernah dilakukan, serta menjadi lebih baik setelah mengalami pengalaman yang buruk.
2. *Forgivingness of others* (pemaafan pada orang lain) yaitu pemaafan yang tidak hanya sekedar ucapan permintaan maaf antara

kedua belah pihak. Namun hal ini lebih pada pengambilan keputusan terkait apa yang dilakukan selanjutnya.

3. *Forgivingness of situations* (pemaafan pada situasi) yaitu pemaafan yang diasumsikan sebagai tanggapan negatif bagi orang yang mempunyai masalah yang serius pada situasi tertentu. Seperti situasi yang tidak dapat dikendalikan oleh dirinya sendiri seperti penyakit, nasib, bencana alam, pikiran marah, sedih dan pikiran mengenai situasi yang telah menghancurkan hidup sendiri dan menganggap hidup seseorang tidak layak lagi.

Menurut Baumeister (1998), pemaafan dibagi menjadi dua dimensi yaitu:

1. *Intrapsychic State* (Intrapsikis), yaitu keadaan yang melibatkan kognitif, emosional, dan perilaku pada korban, biasanya intrapsikis ini disebabkan karena pengalaman sebagai korban tindak pelanggaran.
2. *Interpersonal Act*, yaitu keadaan yang menyertakan hubungan yang sedang dijalankan dimana pemaafan berperan penting dalam proses memperbaiki hubungan sosial. Diluar tercapai atau tidaknya seseorang dimaafkan oleh korban.

Selanjutnya dimensi pemaafan menurut Nashori (2011), yang mengembangkan dimensi

pemaafan dari Baumeister (1998), menjadi tiga dimensi. Hal ini dilakukan oleh Nashori (2011), agar dimensi tersebut lebih komprehensif dan pemaafan yang dilakukan individu akan lebih kokoh apabila melibatkan tiga dimensi yaitu:

1. Dimensi emosi pemaafan, artinya perasaan seseorang yang menjadi korban kepada pelaku. Indikator pemaafan dari dimensi emosi yaitu:
  - 1) Meninggalkan perasaan marah, benci, sakit hati.
  - 2) Mampu mengontrol emosi saat diperlakukan tak menyenangkan.
  - 3) Merasa iba dan kasih sayang terhadap pelaku.
  - 4) Merasa nyaman ketika berinteraksi dengan pelaku.
2. Dimensi kognisi pemaafan yaitu hal yang berhubungan dengan pemikiran atau kejadian yang tidak nyaman yang pernah dialaminya. Beberapa indikator pemaafan dari dimensi kognisi yaitu:
  - 1) Meninggalkan penilaian negatif terhadap pelaku.
  - 2) Punya penjelasan nalar atas perlakuan yang menyakitkan.
  - 3) Memiliki pandangan yang berimbang terhadap pelaku.
3. Dimensi interpersonal pemaafan, hal ini berhubungan dengan dorongan perilaku dalam

diri seseorang untuk memberikan maaf pelaku. Beberapa indikator pemaafan dari dimensi Interpersonal yaitu:

- 1) Meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan.
- 2) Meninggalkan keinginan balas dendam.
- 3) Meninggalkan perilaku acuh tak acuh.
- 4) Meninggalkan perilaku menghindar.
- 5) Meningkatkan upaya konsiliasi/rekonsiliasi hubungan.
- 6) Motivasi kebaikan atau kemurahan hati.
- 7) Musyawarah dengan pihak yang pernah menjadi pelaku.

Dari uraian dimensi diatas dapat disimpulkan bahwa dimensi pemaafan menurut McCullough (1998), yaitu *Avoidance Motivation*, *Revenge Motivation*, dan *Benevolence Motivation*. Thompson (2005), dimensi pemaafan yakni *forgivingness of self, others and situation*. Sedangkan dimensi pemaafan yang disampaikan oleh Nashori (2011), terdapat tiga dimensi yaitu dimensi emosi, dimensi kognisi dan dimensi interpersonal. Dari beberapa dimensi di atas, peneliti menggunakan pendapat dimensi dari Nashori (2011), yang mengukur pemaafan individu secara interpersonal.

### 2.1.3 Tahapan-tahapan Pemaafan

Enright (dalam Nashori 2008), menjelaskan proses tahapan pemaafan yaitu :

1. *Uncovering phase*, yaitu fase pengungkapan yakni ketika individu mengalami sakit hati dan menyimpan dendam.
2. *Decision phase*, yaitu fase keputusan saat seseorang mulai berpikir rasional dan berfikir pada kemungkinan untuk memaafkan.
3. *Work phase*, yaitu fase tindakan dimana ketika seseorang adanya tingkat pemikiran baru untuk sepenuhnya memberikan maafnya kepada orang yang telah menyakiti hatinya.
4. *Outcome deepening phase*, yaitu ketika seseorang menghayati makna dari proses memaafkan.

Menurut Worthington (dalam Seligman 2002), tahapan pemaafan disebut REACH yakni *recall, emphasize, altruistic, commit, dan hold*. Penjelasan atas lima tahapan tersebut sebagai berikut:

1. *Recall* yaitu mengingat kembali perasaan sakit hati seobyektif mungkin, tidak mengingat bahwa pelaku kejahatan itu kejam dan tidak ada rasa kasihan terhadap diri sendiri.
2. *Emphatize* (berempati), yaitu upaya untuk memahami sudut pandang pelaku.

Seseorang mengingat apa penyebab pelaku tersebut melakukan kejahatan.

3. *Altruistic*, yaitu kembali mengenang kekeliruan yang pernah dilakukan, kemudian merasa bersalah, dan pada akhirnya memaafkan.
4. *Commit*, yaitu tekad atau keinginan untuk keterbukaan untuk memaafkan atau korban menulis surat untuk mau memaafkan pelaku.
5. *Hold*, yaitu berpegang teguh kepada pemaafan karena hal tersebut bukan berarti penghapusan melainkan perubahan pada perasaan yang tumbuh kenangan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang memberikan maaf membutuhkan suatu proses, ada empat fase proses pemaafan yang dikemukakan oleh Enright (dalam Nashori 2008), yakni *Uncovering phase*, *Decision phase*, *Work phase*, *Outcome/deepening phase*. Ada pun Nashori (2008) menambahkan satu proses pemaafan yaitu ketika individu memberikan sesuatu yang bermanfaat bagi orang lain seperti mendoakan orang lain. Sedangkan tahapan pemaafan dari Worthington (dalam Seligman 2002), ada lima tahapan yang disebut REACH yaitu *recall*, *emphatize*, *altruistic*, *commit*, dan *hold*.

### **2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Pemaafan**

Proses pemaafan tidak terjadi tidak mudah dilakukan oleh seseorang, namun pemaafan dapat dilakukan karena dipengaruhi oleh pelaku menilai korban, terhadap kejadian dan tingkat keparahan kesalahan serta motivasi korban untuk memilih menghindar dari pelaku. McCullough (1998), menyebutkan faktor yang mempengaruhi pemaafan ada empat yakni :

1. *Social Cognitive Determinant*

Perilaku korban untuk memaafkan pelaku dipengaruhi oleh penilaian terhadap pelaku, terhadap kejadian, tingkat keparahan kejadian dan keinginan untuk menghindar dari pelaku. Hal lainnya yang dipengaruhi perilaku memaafkan adalah perenungan tentang kesalahan yang dilakukan oleh pelaku.

2. *Offense Related Determinant*

Banyak hal bersangkutan dengan sifat kesalahan akan menjadi penentu pemaafan, beratnya dampak dari kesalahan, konsekuensi untuk hubungan juga mempengaruhi seseorang untuk memaafkan, dan dengan kesalahan yang lebih berat tidak mudah untuk dimaafkan. Dan juga ketulusan pelaku meminta maaf dan mencari pemaafan atas kesalahan merupakan faktor penentu dari kesalahan lainnya untuk juga dimaafkan.

### 3. *Relational Determinant*

Tingkat hubungan keakraban atau kedekatan secara positif terkait dengan memaafkan. Ketika seseorang mau untuk saling memaafkan atas kesalahan dalam hubungan antar sesama yang ditandai dengan kedekatan, komitmen, dan kepuasan.

### 4. *Personality Determinant*

Beroperasi "rantai sebab akibat" berpendapat tentang hipotesis proses kepribadian. Misalkan, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa biasanya perilaku untuk memaafkan banyak pada faktor *agreeableness* dari *Big Five*. Proses kepribadian ini mempengaruhi pemaafan dengan memfasilitasi *relational styles* atau kecenderungan individu dalam pengalamannya menghadapi konflik atau pelaku.

Selanjutnya Fatturochman (2006), menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan yakni :

#### 1) Empati

Empati merupakan kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan pengalaman orang lain. Kemampuan ini erat kaitannya dengan pengambilan peran. Melalui empati, seseorang akan dapat memahami perasaan korban dari kejadian atau perilaku yang menyakitkan.

- 2) Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya  
Penilaian dari seseorang akan mempengaruhi perilakunya. Artinya, dari setiap penyebab dan penilaian dapat mengubah seseorang termasuk keputusan untuk memaafkan.
- 3) Tingkat kelukaan  
Setiap individu yang terluka pasti akan merasakan sakit hati. Dari rasa sakit hati terkadang membuat korban takut seperti orang yang diperlakukan dengan kejam.
- 4) Karakteristik Kepribadian  
Setiap karakteristik ekstrovert dan introvert mempunyai perbedaan untuk memaafkan.
- 5) Kualitas Hubungan  
Ada empat alasan kualitas hubungan menjadi salah satu faktor pemaafan. Pertama, memotivasi diri untuk menjaga hubungan. Kedua, pada hubungan yang akrab ada dua orientasi kedepan. Ketiga, dalam kepentingan pasangan menyatu. Keempat, orientasi kolektivitas dalam kualitas hubungan yang menginginkan pihak terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan mereka.

Menurut Mullet (2005), seseorang memaafkan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu :

1. Faktor Situasional  
Faktor situasional dapat berbentuk seberapa banyak tingkat rugi, kekerasan yang terjadi

berulang kali, tidak ada upaya meminta maaf, dan imbalan dari perilaku.

## 2. Faktor Relasional

Faktor relasional ini seperti jati diri pelaku dan keakraban dengan korban, status hikarkis, sikap dan tekanan dari lingkungan setelah terjadinya penyerangan.

## 3. Faktor kepribadian

Seseorang yang memiliki pribadi *agreebleness* tinggi dan memiliki emosi yang stabil biasanya akan lebih mudah untuk memaafkan.

## 4. Faktor budaya

Nilai-nilai yang dianut oleh masyarakat seperti nilai individualis dan kolektif.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dari ketiga teori tersebut ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memaafkan cenderung sama yakni relasional, kepribadian dan kualitas hubungan.

### 2.1.5 Pemaafan Dalam Perspektif Islam

Di dalam ajaran Agama Islam menganjurkan secara tegas sikap pemaafan seperti firman Allah dalam Surah Ali Imran, 134 :

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَبِيرِ وَالصَّغِيرِ

وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya :

*"(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema'afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan". (QS. Ali Imran : 134).*

Shihab (2012), dalam Tafsir Al-Mishbah menjelaskan dalam konteks menghadapi kesalahan orang lain, ayat ini menunjukkan tiga kelas manusia atau jenjang sikapnya. Pertama, orang yang mampu menahan amarah. Artinya, individu yang menahan diri sehingga tidak mengeluarkan kata-kata buruk atau perbuatan negatif. Yang kedua memaafkan merupakan menghapus yaitu individu yang memaafkan orang lain adalah orang yang menghapus bekas luka dalam hatinya yang berakibat dari kesalahan orang lain yang dilakukan terhadap dirinya. Ketiga, seumpama tidak pernah terjadi apapun. Allah SWT mengingatkan bahwa untuk mencapai tingkat ketiga yang disukainya adalah orang yang berbuat kebajikan, yakni tidak hanya orang yang sekedar menahan amarah dan memaafkan, tetapi juga orang yang berbuat baik terhadap orang yang pernah melakukan kesalahan.

Demikian juga dalam surah Asy-Syura, 40:

وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا ۗ فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ ۗ

إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ ﴿٤٠﴾

Artinya :

*"Dan balasan suatu kejahatan adalah kejahatan yang serupa, Maka barang siapa memaafkan dan berbuat baik. Maka pahalanya atas (tanggung) Allah. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang yang zalim". (QS. Asy-Syura : 40)*

Shihab (2012), dalam Tafsir Al-Mishbah menjelaskan *"dan balasan suatu kejahatan"*, apapun kejahatan itu *"adalah kejahatan yang serupa"* lagi seimbang. Hal ini demi terwujudnya keadilan dan tidak ada dendam bagi orang yang terdzalimi. *"Maka barang siapa memaafkan"*, yaitu sedikitpun tidak menurunkan haknya, atau mengurangi tuntutananya sehingga tidak terjadi pembalasan yang serupa itu, lalu menjalin hubungan harmonis dan berbuat baik terhadap orang yang pernah menganiayanya secara pribadi, maka pahalanya akan diperoleh atas jaminan dan tanggung Allah. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh hasil penelitian Wallace (2008), yang menyimpulkan bahwa orang yang memaafkan biasanya menjadikan pelaku tersebut untuk tidak

melakukan tindak kedzaliman serupa di masa mendatang.

## **2.2 Kerendahan hati**

### **2.2.1 Definisi Kerendahan hati**

Hareli (2000), mengemukakan kerendahan hati merupakan lawan dari arogansi. Arogansi merupakan kecenderungan untuk menggurui, dan melihat dirinya lebih tinggi dari pada orang lain (Templeton 1998). Kerendahan hati yang sejati memotivasi seseorang untuk terbuka belajar dari orang lain dan membangun komunitas yang baik. Kerendahan hati dapat diartikan sebagai kesediaan seseorang untuk mengevaluasi diri secara akurat termasuk kekuatan dan keterbatasan (Exline 2004). Emmons (dalam Elliott 2010), berpendapat bahwa menjadi orang yang rendah hati tidak berarti berpendapat rendah kepada diri sendiri, akan tetapi memiliki penilaian diri yang tepat. Tangney (2000), mendefinisikan kerendahan hati secara spesifik, elemen yang dapat dilihat dari kerendahan hati yaitu:

1. Menilai prestasi diri dan orang lain secara akurat;
2. Kemampuan untuk mengakui kesalahan diri dan orang lain, seseorang yang mampu menyadari ketidaksempurnaan, keterbatasan dan kesenjangan dalam bidang pengetahuan;

3. Menerima ide-ide baru, saran dan informasi serta saran;
4. Mampu menjaga persepsi pada orang lain dan tempat dalam perspektif umum;
5. *A self-focus* yang relatif rendah, "melupakan kebesaran diri", menyadari bahwa sesuatu hanya sebagian kecil dari alam semesta;
6. Bentuk apresiasi atau metode yang dapat dilakukan dalam berkontribusi untuk kehidupan.

Sedangkan Elliott (2010), mendefinisikan kerendahan hati adalah ketika seseorang mampu mengakui kesalahan dalam diri, ketidaksempurnaan, keterbatasan/kelemahan dalam diri sendiri serta kemauan untuk menerima ide-ide baru, informasi saran dari orang lain. Kerendahan hati juga dikatakan ketepatan seseorang menilai diri dan orang lain. Kerendahan hati juga mencakup kualitas interpersonal lainnya, seperti rasa hormat dan empati selama mengalami masa konflik, dan keterbukaan pada hal-hal yang lain (Davis 2011).

Khalid (2014) berpendapat bahwa kerendahan hati memiliki beberapa arti, yaitu kebenaran diterima meskipun datang dari mana saja, kemampuan berinteraksi dengan sesama dan merendahkan diri dihadapan Allah SWT. Kerendahan hati merupakan karakter dasar dalam diri yang paling utama untuk ditumbuhkan, dilatih dan dibiasakan agar dapat diterapkan

dalam kehidupan setiap hari. Kerendahan hati dibutuhkan untuk menyadarkan individu pada ketidaksempurnaan, rasa tanggung jawab serta berusaha menjadi individu yang lebih baik.

Dari beberapa defenisi diatas dapat disimpulkan bahwa kerendahan hati merupakan karakter dasar seseorang untuk terbuka menerima ide-ide dan saran serta menyadari bahwa tidak ada manusia yang sempurna, semua orang memiliki keterbatasan, kelemahan dan ketidaksempurnaan serta mengakui kesalahan yang ada di dalam diri.

### **2.2.2 Komponen Kerendahan hati**

Dalam pengembangan skala kerendahan hati ini Elliot (2010), menggunakan definisi karakteristik kerendahan hati dari Tangney (2000), untuk keperluan pengembangan pernyataan awal dari Kerendahan hati, yaitu sebagai berikut :

1. Memiliki penilaian diri yang akurat;
2. Mampu untuk mempertahankan satu bidang bakat dan prestasi;
3. Bebas dari sifat egois, sombong dan harga diri yang rendah;
4. Memahami tentang inti persamaan umat manusia;
5. Sebuah transedensi diri (di luar segala kesanggupan manusia), dan mengenali tempat manusia di semesta.

Setelah didapatkan dua puluh pernyataan awal dari pengembangan berbasis teori dengan menggunakan definisi kerendahan hati Tangney (2000), bagi Elliott (2010), perlu penambahakan pernyataan 50 hingga 60 pernyataan, sehingga pernyataan yang gugur dapat dihilangkan. Proses penambahan pernyataan ini dengan cara meminta siswa tingkat akhir untuk berpartisipasi sebagai bagian tugas di dalam kelas dengan berupa pertanyaan "gambarakan pengalaman hidup anda ketika mengalami Kerendahan hati, dan menurut anda apa definisi Kerendahan hati". Definisi siswa tentang Kerendahan hati digunakan untuk menemukan persepsi mereka tentang Kerendahan hati, sementara deskripsi mereka mengenai situasi yang Kerendahan hati memberikan masukan untuk dibentuk pertanyaan dan menilai dari berbagai segi Kerendahan hati. Setelah tugas selesai, kelas berpartisipasi dalam proses tanya jawab dan diskusi kelompok tentang keutamaan Kerendahan hati dalam hubungan manusia. Tujuan dari bagian percobaan ini untuk mendapatkan beberapa pertanyaan lagi untuk ukuran awal Kerendahan hati. Untuk itu, penelitian ini berhasil sebagai 40 pertanyaan tambahan berasal dari pengalaman pribadi mereka yang Kerendahan hati. Dari 60 pernyataan tersebut Elliott (2010), menyimpulkan empat komponen kerendahan hati, diantaranya:

1. *Openness*, yakni sikap keterbukaan terhadap semua yang bersifat positif tanpa memikirkan dari siapa dan dimana diperoleh.
2. *Self forgetfulness*, yakni kesadaran atas tidak ada kelebihan dan ketidakmampuan dalam diri.
3. *Modest self-assessment*, yakni tidak menilai diri sendiri dengan apa adanya, tidak sombong dan berbesar diri.
4. *Focus on others*, yakni menghargai, memperhatikan dan memaklumi orang lain.

Dari uraian komponen Kerendahan hati diatas dapat disimpulkan bahwa ada empat komponen kerendahan hati yang disampaikan oleh Elliot (2010), yakni *Openness*, *Self forgetfulness*, *Modest self-assessment* dan *Focus on others*.

### **2.2.3 Faktor yang membentuk sikap Kerendahan hati**

Purnama rozak (2017), kerendahan hati adalah salah satu bentuk budi pekerti yang baik, faktor-faktor yang membentuknya adalah :

1. Bersyukur  
Yakni apapun yang telah dimiliki wajib disyukuri karena semua pemberian dari Allah SWT, dengan pemahaman seperti itu maka akan terhindar dari sifat sombong dan merasa lebih sempurna dari orang lain.

2. Menjauhi sifat Riya  
Seseorang harus menjauhi sifat riya' serta dapat mengendalikan diri untuk tidak menonjolkan kemampuan dalam diri kepada orang lain.
3. Sabar  
Mampu menahan diri dari segala sesuatu yang tidak disukai oleh Allah SWT karena mengharapkan ridhoNya.
4. Menghindari sikap takabur  
kebalikan dari sikap tawadhu adalah takabur atau sombong, yaitu sikap seseorang yang merasa dirinya lebih sempurna dari orang lain.
5. Berupaya mengelola kemampuan agar tidak pamer terhadap orang lain.

#### **2.2.4 Kerendahan hati Dalam Perspektif Islam**

Agama Islam mengajarkan kepada pemeluknya untuk bersikap *tawadhu* (rendah hati) baik itu hubungannya dengan Allah SWT maupun terhadap sesama. Dalam sudut pandang Islam *tawadhu* (rendah hati) merupakan akhlak serta sifat terpuji, rendah hati yang disertai rasa ikhlas karena Allah SWT dengan maksud mendekatkan diri kepada Allah SWT, berkeinginan mendapatkan ganjaran dan kemurahan-Nya terhadap sesama makhluk sehingga menjadi insan terbaik karena Allah ta'alla (Asy-Syaqawi, 2013).

Seperti firman Allah SWT dalam Al-Quran, surah Al-Furqan (63) :

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا

خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا ﴿٦٣﴾

Artinya :

*"Dan hamba-hamba ar-Rahman adalah orang-orang yang berjalan di atas bumi dengan lemah lembut dan apabila orang-orang jahil menyapa mereka, mereka berucap salam". (QS. Al Furqan : 63).*

Shihab (2012), dalam Tafsir Al-Mishbah memaparkan bahwa dalam ayat ini Allah berfirman: Para pendurhaka dan penyembah setan enggan sujud kepada *ar-Rahman*, mereka adalah orang-orang yang berjalan dan di persada bumi membusungkan dada dan adapun *hamba-hamba ar-Rahman*, mereka *adalah orang-orang yang senantiasa berjalan diatas bumi dengan lembah lembut*, rendah hati, serta penuh wibawa. Salah satu dari bentuk kelemahanlembutan dan kerendahan hati mereka adalah sikap mereka terhadap orang-orang jahil.

Dan juga dalam Surah Al-Israa', 37 :

وَلَا تَمَّشْ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا ۗ إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ

تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا ﴿٣٧﴾

Artinya :

*"Dan janganlah kamu berjalan di muka bumi ini dengan penuh kegembiraan, karena Sesungguhnya kamu sekali-kali tidak dapat menembus bumi dan sekali-kali kamu tidak akan sampai setinggi gunung. Semua itu kejahatannya amat dibenci di sisi Tuhanmu". (QS. Al-Israa' : 37).*

Shihab (2012), dalam Tafsir Al-Mishbah Allah berfirman; *Dan janganlah kamu berjalan di muka bumi ini dengan penuh kegembiraan* yakni kegembiraan yang menghasilkan keangkuhan yang menjadikanmu merasa yang terbesar. Itu hanya dapat engkau lakukan jika engkau benar-benar telah dapat meraih segala sesuatu dan engkau benar-benar dapat hidup sendiri tanpa bantuan siapapun dan apapun, padahal tidak satu makhlukpun dapat menjadi demikian.

### 2.3 Hubungan Antara Kerendahan hati dan Pemaafan

McCullough (2000), mengemukakan Pemaafan ialah motivasi seseorang untuk tidak melakukan balas dendam atas kekerasan yang telah dialami. Individu hidup berdampingan dengan individu yang lainnya terkadang pernah membuat kesalahan sehingga muncul terjadinya konflik. Ketika terjadi konflik didalam masyarakat pasti ada pihak yang merasakan sakit hati dan pihak pelaku menyakiti. Namun disisi lain manusia mempunyai sisi baik untuk dapat memaafkan kesalahan orang lain, mudah atau tidak proses memaafkan orang lain tergantung pada tipe kepribadian seseorang dan tingkat kesakitan yang dialaminya, seberapa mampu individu untuk menerima keadaan dan mengambil hikmah yang positif dari konflik yang terjadi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raudatussalamah dan Reni Susanti dari Fakultas Psikologi UIN Suska Riau tahun 2016 dengan judul Pemaafan dan Psychological *wellbeing* pada nara pidana wanita. Hasil dari temuan tersebut mereka mengemukakan bahwa pemaafan berkaitan dengan kesejahteraan dengan cara mengubah pikiran, emosi dan perilaku yang negatif kepada respon positif. *Honestly-Kerendahan hati* adalah bagian dari aspek kepribadian dalam struktur kepribadian HEXACO *Personality* yang memiliki sifat tulus, jujur, setia

atau loyal, setia, berpikiran adil dan tulus, semua sikap tersebut berlawanan dengan keserakahan, penghindaran, licik, munafik, sombong dan angkuh (Lee, 2007).

Sejalan dengan defenisi kerendahan hati yang dikemukakan oleh Templeton (1998) menyampaikan kerendahan hati merupakan kebalikan dari arogansi, yakni ketika seseorang mempunyai sifat rendah hati maka ia akan jauh dari pribadi yang sombong. Kerendahan hati ialah kemauan untuk belajar dari orang lain dan membangun kelompok didalam masyarakat yang baik.

McCullough (2000), mendefinisikan pemaafan sebagai motivasi seseorang untuk merubah perilaku balas dendam, menghindari kekerasan dan memotivasi diri untuk damai dengan pelaku. Lebih lanjut Elliot (2010), cara terbaik untuk menyelesaikan konflik ialah sikap kerendahan hati dan empati. Lebih lanjut ia mengatakan di dalam praktiknya, orang yang memiliki tingkat melupakan diri (*Self-forgetfulness*) dan fokus pada orang lain (*focus on other*) yang tinggi umumnya lebih mudah dalam memaafkan orang lain, dan hal ini dikonfirmasi dalam hasil penelitian salah satu komponen kerendahan hati yaitu *focus on other* berkorelasi dengan kepribadian yang pemaafan.

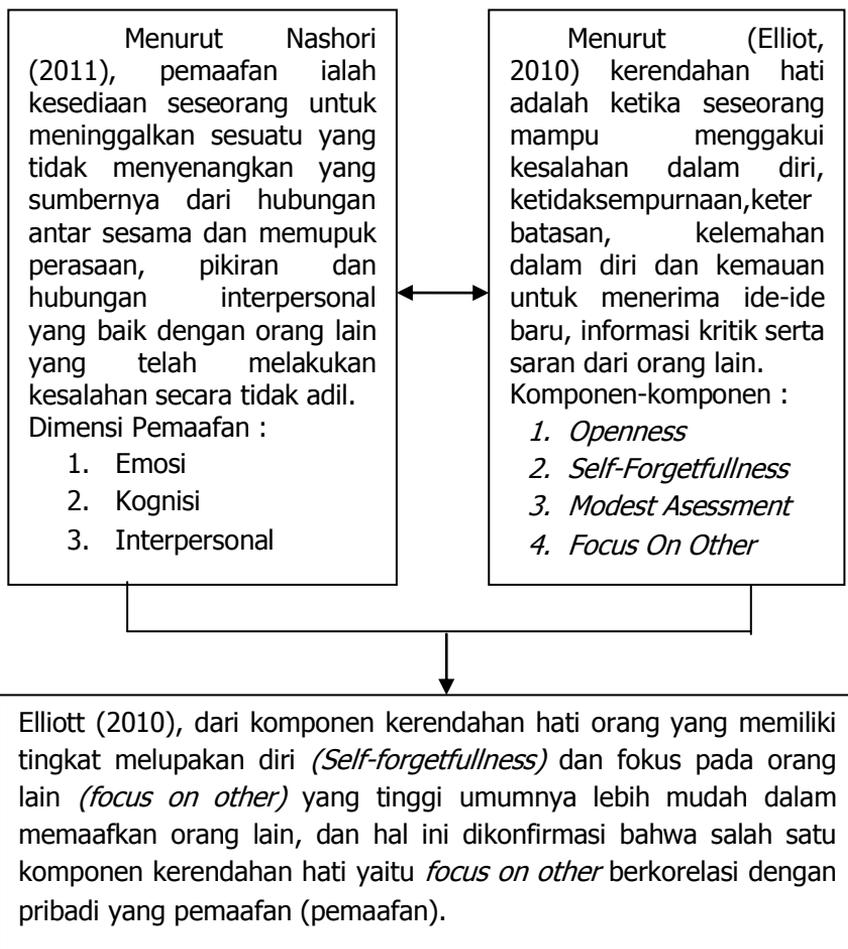
Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui hubungan antara kerendahan hati dan pemaafan,

apakah seseorang yang mudah untuk memaafkan akan dipengaruhi oleh kerendahan hati.

## 2.4 Kerangka Konseptual

Berdasarkan latar belakang dan tinjauan pustaka dari penelitian ini maka dapat digambarkan kerangka konseptual sebagai berikut:

### 2.4 Bagan Kerangka Konseptual



## **2.5 Hipotesis**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara kerendahan hati dan pemaafan pada siswa di SMA Negeri 1 Kota Pagar Alam.