

FORGIVENESS DAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA DEWASA AWAL YANG PERNAH MENGALAMI PERSELINGKUHAN SAAT BERPACARAN

Nurul Fajriyah¹ & Roswiyani²

¹Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: nurul.705200224@stu.untar.ac.id

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: roswiyani@fpsi.untar.ac.id

Masuk : 01-01-2024, revisi: 05-02-2024, diterima untuk diterbitkan : 12-07-2024

ABSTRACT

Early adulthood is the period when a person enters a developmental phase involving efforts to form mutually committed relationships with others. During this time, individuals begin to form romantic relationships, often referred to as dating. In dating relationships, commitment can sometimes be violated, one of the ways being through infidelity, which occurs when individuals are unable to maintain their commitment. Early adults who have experienced infidelity can improve or change the dynamics of their relationships through the processes of forgiveness and enhanced interpersonal communication. This study aims to explore the relationship between forgiveness and interpersonal communication among early adults who have experienced infidelity. The research was conducted on early adults, aged 18-21 years, residing in Indonesia, and who have experienced infidelity while dating. Sampling was done using purposive sampling technique. Data collection methods involved distributing questionnaires through Google Forms, using the Transgression-Related Interpersonal Motivation (TRIM) scale from McCullough (2000) to measure forgiveness. Interpersonal communication was measured using the interpersonal communication scale from DeVito (1997). Analysis with Spearman's Rho correlation test showed a significant relationship between forgiveness and interpersonal communication ($r = 0.343$ and $p < 0.05$). These findings indicate that the higher the level of forgiveness someone has, the better the quality of their interpersonal communication after experiencing infidelity. The results of this study can help early adults understand the importance of forgiveness in improving social relationships.

Keywords: forgiveness, interpersonal communication, early adulthood, infidelity, dating

ABSTRAK

Dewasa awal adalah periode ketika seseorang memasuki fase perkembangan yang melibatkan upaya membentuk hubungan yang saling berkomitmen dengan orang lain. Pada periode ini, individu mulai membentuk hubungan romantis, seringkali disebut sebagai pacaran. Di dalam hubungan pacaran, terkadang komitmen dapat dilanggar, salah satunya melalui perselingkuhan, yang dilakukan oleh individu yang tidak mampu mempertahankan komitmen. Dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan dapat memperbaiki atau mengubah dinamika hubungan melalui proses memaafkan dan peningkatan komunikasi interpersonal. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara *forgiveness* dengan komunikasi interpersonal pada dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan. Penelitian ini dilakukan pada dewasa awal, berusia 18-21 tahun, berdomisili di Indonesia, dan pernah mengalami perselingkuhan saat berpacaran. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang disebarakan melalui *google form* dengan menggunakan alat ukur *Transgression-Related Interpersonal Motivation* (TRIM) dari McCullough (2000) untuk mengukur *forgiveness*. Sedangkan komunikasi interpersonal diukur dengan menggunakan skala komunikasi interpersonal dari DeVito (1997). Analisis dengan uji korelasi *Spearman Rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *forgiveness* dan komunikasi interpersonal ($r = 0.343$ dan $p < 0.05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *forgiveness* seseorang, maka semakin baik pula kualitas komunikasi interpersonalnya setelah mengalami perselingkuhan. Hasil dari penelitian ini dapat membantu dewasa awal untuk mengetahui pentingnya *forgiveness* dalam meningkatkan hubungan sosial.

Kata Kunci: pemaafan, komunikasi interpersonal, dewasa awal, perselingkuhan, berpacaran

1. PENDAHULUAN

Masa dewasa awal adalah periode ketika seseorang memasuki fase perkembangan yang melibatkan upaya membentuk hubungan yang saling berkomitmen dengan orang lain (Papalia et al., 2009). Kelompok usia yang termasuk dalam fase ini adalah individu berusia 18 - 21 tahun. Pada periode ini, individu mulai membentuk hubungan romantis, seringkali disebut sebagai pacaran. Menurut Tridarmanto (2017) berpacaran adalah suatu interaksi yang sederhana atau kompleks, di mana individu yang tertarik satu sama lain membuat rencana untuk menghabiskan waktu bersama. Di dalam hubungan pacaran, terkadang komitmen dapat dilanggar, salah satunya melalui perselingkuhan, yang dilakukan oleh individu yang tidak mampu mempertahankan komitmen.

Menurut Nagurney dan Thornton (2011) seseorang yang mengalami perselingkuhan dari pasangannya dapat mengalami dampak emosional yang signifikan dalam kehidupannya, terutama karena telah merasakan rasa pengkhianatan. Dampak tersebut mencakup reaksi emosional seperti kemarahan, kekecewaan, keraguan, serta gejala depresi dan pasca trauma yang terluka akibat perselingkuhan (Azhar et al., 2018). Menurut Cano dan O'Leary (2000), korban perselingkuhan seringkali merasa malu, terhina, dan terhinai, terutama jika mereka adalah perempuan. Dalam beberapa kasus, mungkin diperlukan bantuan profesional untuk membantu mereka mengatasi dampak psikologis tersebut.

Berdasarkan Adamopoulou (2013) di Amerika dengan 90.000 sampel menemukan bahwa 56,8% pria dan 55,8% wanita terlibat dalam perselingkuhan. Sedangkan pada tahun 2013 di Indonesia khususnya Jakarta, persentase perselingkuhan meningkat dari 65% pria menjadi 75% (Sarwono, 2013). Seno (2018) menyatakan bahwa ada dua jenis perselingkuhan yaitu perselingkuhan emosional dan perselingkuhan fisik. Perselingkuhan emosional melibatkan perilaku seperti berbohong kepada pasangan, merasa tertarik pada orang lain, menunjukkan perhatian khusus, dan merasa jatuh cinta pada orang lain. Sementara itu, selingkuh secara fisik atau seksual terjadi ketika seseorang terlibat dalam hubungan seksual dengan orang lain dan melakukan godaan atau rayuan kepada orang lain (Shaleha & Kurniasih, 2021).

Bagi korban perselingkuhan, pengalaman pengkhianatan dari pasangan akibat perselingkuhan dapat menyebabkan perasaan sakit yang mendalam sehingga kemungkinan besar akan sulit untuk dilupakan. Hal ini berdampak pada sulitnya individu untuk memaafkan kesalahan yang dilakukan oleh pasangannya. Padahal memaafkan dapat meningkatkan kemungkinan rekonsiliasi antara pasangan (Fife & Stellberg-Fillbert, 2011), dan mampu membantu mengatasi stres (Chi et al., 2019). Dengan kemampuan memaafkan, maka individu akan lebih sehat secara fisik dan mental dan hal ini membuka peluang komunikasi yang lebih terbuka terhadap pasangan maupun kepada orang lain (Chi et al., 2019). Selain itu, ketika seseorang mampu memaafkan, maka ia cenderung mendengarkan pasangan dengan empati dan tanpa dipengaruhi dendam atau kemarahan. Hal ini menciptakan lingkungan komunikasi positif dan saling mendukung. Dalam konteks pacaran, kurangnya komunikasi dapat menyebabkan jarak dan bahkan mengakhiri hubungan.

Dalam penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, sekitar 90 persen pasangan mengakhiri hubungannya karena kurangnya atau buruknya komunikasi di antara mereka. Di Indonesia, sekitar 7,4 persen kasus pemutusan hubungan pacaran terjadi karena kurangnya komunikasi (Amato & Previti, 2003). Komunikasi positif dalam hubungan pasangan terjadi saat mereka dapat berkomunikasi dan merasa hubungan mereka saling menguntungkan (Hardjana, 2003). Akan

tetapi komunikasi negatif terjadi ketika ada ketidakadilan atau ketidakselarasan yang diartikan sebagai perilaku tidak jujur di mana seseorang menjalin hubungan dengan orang lain tanpa sepengetahuan pasangan mereka (Mayadevi, 2019).

Penelitian lainnya bertujuan mengkaji empati, komunikasi interpersonal, dan sikap memaafkan pada remaja usia 15-18 tahun yang mengalami perceraian orang tua. Dengan analisis regresi berganda dan tingkat signifikansi $p < 0,01$, temuan penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara memaafkan dan komunikasi interpersonal, dengan nilai $r = 0,561$. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin meningkatnya komunikasi interpersonal seseorang, maka tingkat *forgiveness* juga semakin tinggi. Kemudian penelitian Nurhayati (2017) yang dilakukan terhadap 200 pasangan suami istri di Kabupaten Malang menemukan hubungan yang cukup kuat antara komunikasi interpersonal dan *forgiveness* ($r = 0,455$ dan $p = 0,000$). Selanjutnya, hubungan antara *forgiveness* dan keintiman pertemanan pada remaja berdasarkan jenis kelamin di sebuah sekolah di Pekanbaru. Partisipan penelitian melibatkan 250 remaja, dengan $M=16.2$, $SD=7$, dan rentang usia 15-18 tahun. Studi ini menggunakan Skala Keintiman Persahabatan dengan $\alpha = 0,82$ dan Skala *forgiveness* dengan $\alpha = 0,94$. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan bahwa *forgiveness* dan keintiman pertemanan remaja memiliki korelasi positif ($r = .273$, $p = .01$). Semakin tinggi tingkat *forgiveness* individu, maka semakin tinggi pula keintiman pertemanan. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin efektif komunikasi interpersonal, maka semakin baik pula tingkat *forgiveness*.

Penelitian sebelumnya telah mengkaji topik mengenai *forgiveness* dan komunikasi interpersonal terhadap individu dalam hubungan pernikahan dan pada populasi remaja. Oleh karena itu perlu dilakukan kembali penelitian mengenai hubungan antara *forgiveness* dan komunikasi interpersonal pada dewasa awal dalam konteks berpacaran. Populasi dalam konteks berpacaran ini membutuhkan penelitian lebih lanjut dengan mempertimbangkan bahwa kondisi berpacaran merupakan tahapan awal dimana individu perlu memenuhi tugas perkembangannya sebagai individu dewasa awal. Apabila pada periode ini individu mengalami hambatan dalam *forgiveness* maka individu akan mengalami kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal kepada orang lain dan menghambat tugas perkembangan selanjutnya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan kriteria partisipan yaitu dewasa awal laki-laki dan perempuan, rentang usia 18-21 tahun, pernah mengalami perselingkuhan pada saat berpacaran, dan berdomisili di Indonesia. Sebanyak 246 partisipan ikut serta dalam penelitian ini berdasarkan penarikan sampel dengan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data dilakukan secara online melalui kuesioner yang disebarakan melalui link *google form*.

Pengukuran *forgiveness* menggunakan alat ukur *Transgression-Related Interpersonal Motivation Scale* (TRIMS) dari McCullough (2000) sejumlah 12 butir dengan menggunakan skala *likert* (1) Sangat Tidak Sesuai, (2) Tidak Sesuai, (3) Netral, (4) Sesuai, dan (5) Sangat Sesuai. Alat ukur ini mempunyai dua dimensi yaitu *avoidance motivation* dan *revenge motivation*. Dimensi *avoidance motivation* memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0.891 dan dimensi *revenge motivation* memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0.871. Skoring untuk setiap dimensi dihitung dengan menjumlahkan butir 2, 4, 5, 7, 8, 10, dan 12 untuk *avoidance motivation*, sedangkan butir 1, 3, 6, 9, dan 11 untuk *revenge motivation*.

Pengukuran komunikasi interpersonal menggunakan alat ukur dari De Vito (1997) yang terdiri dari 28 item, meliputi 15 item *favorable* dan 13 *unfavorable* dengan menggunakan skala *likert*.

Pernyataan yang mendukung (*favorable*) diberi nilai 4, 3, 2, atau 1, dengan kategori Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS) masing-masing nilainya. Sementara itu, pernyataan yang tidak mendukung (*unfavorable*) diberi nilai sebaliknya, yaitu 1, 2, 3, atau 4. Alat ukur ini mempunyai lima dimensi yaitu keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif dan kesetaraan. Dimensi keterbukaan memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0.591, dimensi empati memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0.704, dimensi dukungan memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0.713, dimensi sikap positif memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0.633 dan dimensi kesetaraan memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0.529. Skoring untuk setiap dimensi dihitung dengan menjumlahkan butir 1, 2, 3, 16, 17, dan 18 untuk keterbukaan, butir 4, 5, 6, 19, 20, dan 21 untuk empati, butir 7, 8, 9, 22, 23, dan 24 untuk dukungan, butir 10, 11, 12, 25, 26, dan 27 untuk sikap positif serta butir 13, 14, 15, dan 28 untuk kesetaraan. Dalam penelitian ini, hasil uji reliabilitas alat ukur *forgiveness* dan komunikasi interpersonal dapat dilihat pada lampiran 1.

Teknis analisis data dilakukan dengan uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov Smirnov* untuk melihat sebaran data partisipan. Selanjutnya dilakukan uji korelasi dengan menggunakan *Spearman Correlation* untuk melihat hubungan antara kedua variabel. Dalam penelitian ini dilakukan analisis tambahan untuk melihat perbedaan *forgiveness* berdasarkan jenis kelamin dan usia. Analisis tambahan dilakukan dengan menggunakan *Mann-Whitney* dan *Kruskal Wallis H*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 merupakan gambaran partisipan berdasarkan jenis kelamin, usia, domisili, dan pendidikan. Dalam penelitian ini, mayoritas partisipan adalah perempuan (81.3%). Partisipan yang berusia 21 tahun sebanyak 71.5%, domisili terbesar yaitu di Pulau Jawa sebanyak 91.1%, dan mayoritas partisipan memiliki latar belakang pendidikan Sarjana (76.8%). Selanjutnya, sebaran data tidak berdistribusi normal.

Tabel 1
Gambaran Demografi Partisipan

	Aspek	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	46	18.7
	Perempuan	200	81.3
	Total	246	100
Usia	18	11	4.5
	19	10	4.1
	20	49	19.9
	21	176	71.5
	Total	246	100
Wilayah	Sumatera	17	6.9
	Jawa	224	91.1
	Pulau Kalimantan	2	0.8
	Pulau Sulawesi	3	1.2
	Total	246	100
Pendidikan	SMA	36	14.6
	SMK	5	2.0
	Sarjana	189	76.8
	Diploma	16	6.5
	Total	246	100

Penelitian menggunakan uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* untuk menentukan distribusi data normal. Variabel *forgiveness* menunjukkan distribusi normal ($p = 0.200 > 0.05$), sementara variabel komunikasi interpersonal tidak menunjukkan distribusi normal ($p = 0.009 < 0.05$).

Tabel 2
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov Z	Sig	Keterangan
<i>Forgiveness</i>	.050	0.200	Normal
Komunikasi Interpersonal	.067	0.009	Tidak normal

Hasil Uji Korelasi

Hasil uji korelasi *Spearman Rho'* menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara variabel *forgiveness* dan komunikasi interpersonal pada dewasa awal ($r = 0.343$, $p = 0.000 < 0.05$). Artinya, jika tingkat *forgiveness* individu tinggi, maka tingkat komunikasi interpersonalnya juga tinggi dan sebaliknya jika *forgiveness* yang dimiliki oleh individu rendah, maka komunikasi interpersonalnya juga rendah. Selanjutnya dilakukan uji korelasi pada dimensi *forgiveness* (*avoidance motivation* dan *revenge motivation*) dan komunikasi interpersonal. Hasil analisis dengan menggunakan *Spearman Rho' correlation* dan menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara *avoidance motivation* dan komunikasi interpersonal dengan nilai $r = 0.145$, $p = 0.023 < 0.05$. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat *avoidance motivation*, maka semakin tinggi pula tingkat komunikasi interpersonal. Selain itu, pada dimensi *revenge motivation*, ditemukan korelasi positif yang signifikan dengan komunikasi interpersonal dengan $r = 0.374$, $p = 0.000 < 0.05$. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *revenge motivation*, maka semakin tinggi pula tingkat komunikasi interpersonal.

Tabel 3
Hasil Uji Korelasi antara Variabel Forgiveness dan Komunikasi Interpersonal

Variabel	Spearman Correlation	Sig.	Keterangan
<i>Forgiveness dan Komunikasi Interpersonal</i>	0.343	0.000	Terdapat korelasi positif dan signifikan

Tabel 4
Hasil Uji Korelasi antara Dimensi Forgiveness dengan Komunikasi Interpersonal

Dimensi Forgiveness	r	p
<i>Avoidance Motivation</i>	0.145	0.023
<i>Revenge Motivation</i>	0.374	0.000

Kemudian dilakukan analisis korelasi berdasarkan dimensi komunikasi interpersonal dan *forgiveness*. Berdasarkan analisis dengan *Spearman Rho' correlation* menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara dimensi keterbukaan, empati, dukungan, dan kesetaraan dengan *forgiveness*. Artinya, semakin tinggi tingkat keterbukaan, empati, dukungan, dan kesetaraan maka semakin tinggi pula tingkat *forgiveness*. Sementara pada dimensi sikap positif, terdapat korelasi negatif. Hal ini berarti bahwa semakin rendah sikap positif, maka semakin tinggi tingkat *forgiveness*.

Tabel 5

Hasil Uji Korelasi antara Dimensi Komunikasi Interpersonal dengan Forgiveness

Dimensi Komunikasi Interpersonal	r	p
Keterbukaan	0.245	0.000
Empati	0.256	0.000
Dukungan	0.409	0.000
Sikap positif	-0.148	0.020
Kesetaraan	0.166	0.009

Hasil Uji Beda

Analisis tambahan dilakukan untuk melihat perbedaan data demografi dengan variabel penelitian. Uji beda *forgiveness* ditinjau dari jenis kelamin menggunakan *Mann-Whitney* memperoleh hasil signifikan $0.000 < 0.05$. Hal ini berarti terdapat perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan ditinjau dari *forgiveness*. Kemudian analisis uji beda komunikasi interpersonal berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil nilai signifikan yakni $0.792 > 0.05$. Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan komunikasi interpersonal pada laki-laki dan perempuan.

Tabel 6

Hasil Uji Beda Variabel penelitian berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Laki-laki Perempuan		Z	Sig
	M	M		
<i>Forgiveness</i>	85.24	132.20	-4.045	0.000
Komunikasi Interpersonal	121.00	124.08	-0.264	0.792

Uji beda *forgiveness* ditinjau dari usia menggunakan *Kruskal-Wallis* memperoleh hasil nilai signifikan yakni $0.795 > 0.05$. Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan *forgiveness* pada usia 18 tahun, 19 tahun, 20 tahun, dan 21 tahun. Kemudian analisis uji beda komunikasi interpersonal berdasarkan usia memperoleh hasil nilai signifikan yakni $0.084 > 0.05$. Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan komunikasi interpersonal pada usia 18 tahun, 19 tahun, 20 tahun, dan 21 tahun.

Tabel 7

Hasil Uji Beda Variabel penelitian berdasarkan Usia

Variabel	18	19	20	21	Z	Sig
	M	M	M	M		
<i>Forgiveness</i>	104.50	133.15	122.04	124.55	3	0.795
Komunikasi Interpersonal	168.73	129.35	133.29	117.62	3	0.084

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *forgiveness* dan komunikasi interpersonal pada dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *forgiveness* dengan komunikasi interpersonal pada dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan saat berpacaran. Hasil ini berarti bahwa apabila *forgiveness* yang dimiliki oleh dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan saat berpacaran tinggi, maka komunikasi interpersonalnya juga tinggi. Sebaliknya, jika *forgiveness* yang dimiliki oleh dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan saat berpacaran rendah, maka komunikasi interpersonalnya juga rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Nurhayati

(2017), menunjukkan adanya korelasi positif yang menyatakan bahwa semakin meningkatnya komunikasi interpersonal seseorang, semakin tinggi juga tingkat *forgiveness*.

Temuan selanjutnya berkaitan dengan uji korelasi pada dimensi *forgiveness* (*avoidance motivation* dan *revenge motivation*) dan komunikasi interpersonal. Pada penelitian ini menemukan bahwa semakin tinggi tingkat *avoidance* motivation pada dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan saat berpacaran, maka semakin tinggi pula tingkat komunikasi interpersonal. Hasil ini sejalan dengan teori menurut McCullough (2000) yang mengatakan bahwa individu yang memiliki motivasi menghindar yang tinggi lebih cenderung untuk memperbaiki hubungan mereka melalui komunikasi interpersonal yang lebih baik setelah mengalami perselingkuhan. Lalu, berdasarkan dimensi *revenge motivation*, ditemukan bahwa semakin tinggi tingkat *revenge* motivation, maka semakin tinggi pula tingkat komunikasi interpersonal. Hal ini sejalan dengan teori menurut McCullough (2000) yang mengatakan bahwa tingkat motivasi balas dendam yang tinggi lebih cenderung mendorong individu untuk memperbaiki hubungan mereka melalui komunikasi interpersonal yang lebih baik setelah mengalami perselingkuhan.

Peneliti melakukan analisa tambahan uji beda variabel *forgiveness* berdasarkan jenis kelamin. Hasil menunjukkan bahwa, terdapat perbedaan *forgiveness* pada laki-laki dan perempuan. Temuan ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa perempuan cenderung lebih mudah memaafkan pasangannya dibandingkan laki-laki. Hal yang mendasari bahwa perempuan lebih mudah memaafkan dibandingkan laki-laki adalah dapat dipahami berdasarkan penelitian dari Sujadi et al. (2021). Berdasarkan Sujadi et al. (2021) perempuan menunjukkan resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, yang dapat mengarah pada kapasitas yang lebih besar untuk memaafkan dalam konteks hubungan interpersonal. Akan tetapi temuan dalam penelitian ini menemukan bahwa kemampuan memaafkan tidak dipengaruhi secara signifikan oleh rentang usia. Hal ini dikarenakan bahwa faktor psikologis internal, pengaruh lingkungan, ketahanan, dan dinamika sosial memainkan peran yang lebih besar dalam membentuk *forgiveness* dari pada faktor usia.

Selanjutnya pada uji beda komunikasi interpersonal berdasarkan jenis kelamin, diperoleh hasil bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan. Sejalan dengan penelitian lainnya yang menyatakan bahwa komunikasi interpersonal baik laki-laki maupun perempuan tergolong sama. Hal ini dapat dipahami berdasarkan penelitian Bonhag dan Forese (2021) yang menyatakan bahwa perempuan dan laki-laki sama-sama mencari makna sosial melalui keterikatan interpersonal, yang mengindikasikan adanya kesamaan mendasar dalam kebutuhan komunikasi interpersonal mereka. Begitu pula dalam uji beda komunikasi interpersonal berdasarkan usia yang mendapati hasil bahwa tidak ada perbedaan signifikan kemampuan interpersonal dan usia. Hasil ini didukung oleh penelitian lainnya yang menegaskan bahwa faktor usia tidak berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat komunikasi interpersonal. Hal yang mendasari temuan ini adalah bahwa komunikasi interpersonal yang efektif bergantung pada kualitas dalam diri individu seperti keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan, sehingga komunikasi interpersonal tidak hanya terkait dengan kelompok usia tertentu (Sari et al., 2021). Lebih lanjut, penelitian oleh Oktary et al. (2019) menyelidiki pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial orang tua terhadap komunikasi interpersonal siswa, yang menunjukkan bahwa faktor-faktor ini lebih berpengaruh daripada usia dalam membentuk kemampuan komunikasi.

Selanjutnya pada uji beda *forgiveness* berdasarkan usia tidak menunjukkan perbedaan signifikan, yang menyatakan bahwa kemampuan memaafkan dalam konteks perselingkuhan tidak dipengaruhi secara signifikan oleh rentang usia. Dalam uji beda komunikasi interpersonal berdasarkan usia, hasilnya juga menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan, yang menegaskan bahwa faktor usia tidak berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat komunikasi interpersonal.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa apabila individu dewasa awal yang pernah mengalami perselingkuhan saat berpacaran memiliki tingkat *forgiveness* yang tinggi, maka mereka cenderung memiliki kemampuan komunikasi interpersonalnya yang tinggi. Sebaliknya, jika tingkat *forgiveness* rendah, maka komunikasi interpersonalnya juga rendah. Gambaran dimensi *forgiveness* yaitu *revenge motivation* lebih tinggi dibandingkan gambaran dimensi *avoidance motivation*. Sedangkan, gambaran dimensi komunikasi yang paling tinggi yaitu keterbukaan, dukungan, dan kesetaraan. Selanjutnya, perempuan cenderung lebih mudah memaafkan pasangannya dibandingkan laki-laki. Kemudian penelitian ini juga menunjukkan tidak terdapat perbedaan pada *forgiveness* dan kemampuan komunikasi interpersonal ditinjau dari usia, pendidikan partisipan, domisili, namun komunikasi interpersonal pada laki-laki dan perempuan tergolong sama.

Saran untuk pasangan yang sedang berpacaran agar terhindar dari komunikasi yang buruk, yaitu dengan cara menciptakan waktu khusus untuk meningkatkan kualitas hubungan, beraktivitas bersama, dan membentuk kebiasaan positif dalam berkomunikasi. Penting juga untuk menghindari godaan berselingkuh dengan memperkuat komunikasi verbal dan fisik, membangun kepercayaan, serta menjalani kegiatan yang bermanfaat. Jika konflik muncul, kemampuan memaafkan sangat diperlukan, dan jika terjadi perselingkuhan, pemulihan dapat ditempuh melalui terapi atau konseling untuk mendukung kesehatan fisik dan psikologis.

Pasangan berpacaran sebaiknya menghindari perselingkuhan dengan memperkuat komunikasi dan kepercayaan, serta terlibat dalam kegiatan yang bermanfaat. Apabila dalam berpacaran terjadi konflik, maka diharapkan masing-masing pasangan dapat mampu memaafkan. Dampak dari perselingkuhan tersebut berakibat pada kesehatan fisik dan psikologis subjek, untuk membantu subjek dalam proses pemulihan terhadap luka batin yang dialaminya akan lebih baik jika subjek melakukan terapi atau konseling agar dapat melanjutkan kehidupannya dan berdamai dengan diri sendiri maupun orang lain.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada partisipan yang telah meluangkan waktunya untuk mengikuti penelitian ini. Peneliti juga berterima kasih kepada dosen yang telah membimbing saya selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini, serta teman-teman yang telah mendukung peneliti selama penelitian ini berlangsung.

REFERENSI

- Adamopoulou, E. (2013). New facts on infidelity. *Economics letters*, 121(3), 458–462. <https://doi.org/10.1016/j.econlet.2013.09.025>.
- Amato, P. R., & Previti, D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of family issues*, 24(5), 602–626. <https://doi.org/10.1177/0192513X03024005002>.

- Azhar, A., Abbas, J., Wenhong, Z., Akhtar, T., & Aqeel, M. (2018). Linking infidelity stress, anxiety and depression: evidence from pakistan married couples and divorced individuals. *International journal of human rights in healthcare*, 11(3), 214–228. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-11-2017-0069>.
- Bonhag, R., & Froese, P. (2021). Sources of mattering for women and men: gender differences and similarities in feelings of social significance. *Sociological Perspectives*, 65(4), 748-767. <https://doi.org/10.1177/07311214211057119>.
- Cano, A., & O’Leary, K. D. (2000). Infidelity and separations precipitate major depressive episodes and symptoms of nonspecific depression and anxiety. *Journal of consulting and clinical psychology*, 68(5), 774–781. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.774>.
- Chi, P., Tang, Y., Worthington, E. L., Chan, C. L. W., Lam, D. O. B., & Lin, X. (2019). Intrapersonal and interpersonal facilitators of forgiveness following spousal infidelity: a stress and coping perspective. *Journal of Clinical Psychology*, 75(10), 1896-1915. <https://doi.org/10.1002/jclp.22825>.
- Fife, S. T., & Stellberg-Filbert, J. (2011). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: an interpersonal model. *Journal of Family Therapy*, 35(4), 343-367. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6427.2011.00561.x>.
- Hardjana, A. M. (2003). *Komunikasi intrapersonal dan interpersonal*. PT Remaja Rosdakarya.
- Mayadevi, N. L. P. U. (2019). *Upaya kontrol diri untuk tidak berselingkuh di setiap komponen cinta pada mahasiswi yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh*. [Skripsi, Universitas Sanata Dharma].
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 43–55. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.43>.
- Nagurney, A., & Thornton. (2011). What is infidelity? Perceptions based on biological sex and personality. *Psychology Research and Behavior Management*, 51-58. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S16876>.
- Nurhayati, N. (2017). hubungan komunikasi interpersonal dan pemaafan dengan kebahagiaan suami istri. *INTAJ: Jurnal Penelitian Ilmiah*, 1(2), 47–70. <https://doi.org/10.35897/intaj.v1i2.94>.
- Oktary, D., Marjohan, M., & Syahniar, S. (2019). The effects of self-confidence and social support of parents on interpersonal communication of students. *Journal of Educational and Learning Studies*, 2(1), 5-11. <https://doi.org/10.32698/0352>.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development* (11th ed.). McGraw-Hill.
- Seno, H. B. (2018). *Pemaknaan remaja atas konsep perselingkuhan di kota Yogyakarta*. [Skripsi, Universitas Sanata Dharma].
- Sari, A. M. S., Fakhriyah, F., & Pratiwi, I. A. (2021). Pengaruh pola asuh demokratis terhadap kemampuan komunikasi interpersonal anak usia 10-12 tahun. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 2513-2520. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.1222>.
- Sarwono, S. W. (2013). *Psikologi remaja*. Rajawali pers.
- Shaleha, R. R. A., & Kurniasih, I. (2021). Ketidaksetiaan: Eksplorasi ilmiah tentang perselingkuhan. *Buletin Psikologi*, 29(2), 218. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.55278>.

- Sujadi, E., Yandri, H., & Juliawati, D. (2021). Perbedaan resiliensi siswa laki-laki dan perempuan yang menjadi korban bullying. *Psychocentrum Review*, 3(2), 174-186. <https://doi.org/10.26539/pcr.32665>
- Tridarmanto, Y. K. (2017). *Konsep dan kebutuhan berpacaran remaja awal di yogyakarta*. [Skripsi, Universitas Sanata Dharma].