



HUBUNGAN ANTARA *FORGIVENESS* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA DEWASA AWAL KORBAN PERSELINGKUHAN DALAM RELASI PACARAN DI JAKARTA



SKRIPSI

ELVINA THALIA

46119110028

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2024**



HUBUNGAN ANTARA *FORGIVENESS* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA DEWASA AWAL KORBAN PERSELINGKUHAN DALAM RELASI PACARAN DI JAKARTA

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana

ELVINA THALIA

46119110028

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elvina Thalia

NIM : 46119110028

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Forgiveness* dengan *Psychological Well-Being* pada Dewasa Awal Korban Perselingkuhan dalam Relasi Pacaran di Jakarta

Menyatalam bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 23 Agustus 2024



Elvina Thalia

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan kripsi ini diajukan oleh:

Nama : Elvina Thalia

NIM : 46119110028

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Forgiveness* dengan *Psychological Well-Being* pada Dewasa Awal Korban Perselingkuhan dalam Relasi Pacaran di Jakarta

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Fatma Nur Aqmarina, M. Psi., Psikolog ()

NIDN : 0330018602

Ketua Penguji : Hifizah Nur, S.Psi., M. Ed. ()

NIDN : 0322047809

Penguji 1 : Ade Ubaidah, M. Psi., Psikolog ()

NIDN : 0315068006

Jakarta, 23 Agustus 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph. D.


Karisma Riskinanti, M. Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, jika tanpa dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak, mulai dari masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, M.Psi, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Fatma Nur Aqmarina, S.Psi, M.Psi. Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Erna Multahada, S. HI., S.Psi., M.Si selaku dosen penguji seminar proposal dan expert judgement dalam skripsi ini.
6. Orang tua dan teman-teman saya yang telah mendukung penulisan skripsi ini.
7. Serta, dukungan dari pihak-pihak lain yang tidak bisa saya sebutkan satu per-satu.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu, Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 23 Agustus 2024

Elvina Thalia

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elvina Thalia

NIM : 46119110028

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Forgiveness* dengan *Psychological Well-Being* pada Dewasa Awal Korban Perselingkuhan dalam Relasi Pacaran di Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 23 Agustus 2024

Yang menyatakan,



Elvina Thalia

ABSTRAK

Nama : Elvina Thalia
NIM : 46119110028
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Forgiveness* dengan *Psychological Well-Being* pada Dewasa Awal Korban Perselingkuhan dalam Relasi Pacaran di Jakarta
Pembimbing : Fatma Nuraqmarina, M. Psi, Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada dewasa awal korban perselingkuhan di Jakarta. *Psychological well-being* merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya, mampu menjalin hubungan dengan orang lain, menjadi individu yang otonomi dari tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan di luar dirinya, memiliki pemaknaan dalam hidupnya, dan dapat mewujudkan potensinya secara terus menerus (Ryff dan Keyes, 1995). Sedangkan *forgiveness* merupakan berkurangnya keinginan untuk menghindari orang yang pernah menyakiti kita, dan berkurangnya keinginan untuk melukai atau membalas dendam ke arah individu tersebut; dan disertai dengan peningkatan balas kasih (*compassion*) dan keinginan untuk bertindak secara positif ke arah orang yang menyakiti (McCullough, 2000). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 104 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Metode analisis data dengan *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada dewasa awal korban perselingkuhan di Jakarta ($r= 0,192$, $p= 0,051$). Maka H_a ditolak dan H_o diterima. Sehingga tidak terdapat hubungan signifikan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada dewasa awal korban perselingkuhan di Jakarta.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, pemaafan, perselingkuhan, dewasa awal, Jakarta

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

ABSTRACT

Name : Elvina Thalia
NIM : 46119110028
Study Program: Psychology
Thesis : *The Relationship between Forgiveness and Psychological Well-Being in Early Adult Victims of Infidelity in Dating Relationships in Jakarta*
Counsellor : Fatma Nuraqmarina, M. Psi, Psikolog

This study aims to look at the relationship between forgiveness and psychological well-being in early adult victims of infidelity in Jakarta. Psychological well-being is an individual's ability to accept himself, be able to establish relationships with others, become an autonomous individual from social pressure, be able to control the environment outside himself, have meaning in his life, and be able to realize his potential continuously (Ryff and Keyes, 1995). While forgiveness is a reduction in the desire to avoid people who have hurt us, and a reduction in the desire to hurt or take revenge towards that individual; and accompanied by an increase in compassion and the desire to act positively towards the person who hurt (McCullough, 2000). The sample in this study amounted to 104 people. Sampling using accidental sampling technique. Data analysis method with Pearson Product Moment. The results showed there was no significant relationship between forgiveness and psychological well-being in early adult victims of infidelity in Jakarta ($r = 0.192$, $p = 0.051$). Hence, H_a is rejected and H_0 is accepted. Therefore, there is no significant relationship between forgiveness and psychological well-being in early adult victims of infidelity in Jakarta.

Keywords: *psychological well-being, forgiveness, infidelity, early adulthood, Jakarta*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJUAN PUSTAKA	7
2.1. <i>Psychological Well-Being</i>	7
2.1.1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	7
2.1.2. Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	7
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	8
2.2. <i>Forgiveness</i>	10
2.2.1. Definisi <i>Forgiveness</i>	10
2.2.2. Dimensi <i>Forgiveness</i>	11

2.2.3.	Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Forgiveness</i>	11
2.3.	Penelitian Terdahulu	12
2.4.	Dinamika Penelitian	14
2.5.	Kerangka Berpikir	16
2.6.	Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN.....		18
3.1.	Desain Penelitian	18
3.2.	Populasi dan Sampel.....	18
3.2.1.	Populasi	18
3.2.2.	Sampel	18
3.3.	Definisi Operasional	19
3.4.	Instrumen Penelitian	20
3.5.	Validitas dan Reliabilitas	21
3.5.1.	Validitas	21
3.5.1.1.	Validitas <i>Psychological Well-Being</i>	21
3.5.1.2.	Validitas <i>Forgiveness</i>	21
3.5.2.	Reliabilitas dan Analisis Item	21
3.5.2.1.	Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	22
3.5.2.2.	Reliabilitas <i>Forgiveness</i>	22
3.5.3.	Simpulan Hasil Pengujian Alat Ukur.....	22
3.6.	Analisis Data.....	23
3.6.1.	Analisis Deskriptif.....	24
3.6.2.	Analisis Inferensial	24
3.6.2.1.	Uji Asumsi Klasik.....	24
3.6.2.2.	Uji Hipotesis	24
BAB IV PEMBAHASAN		25
4.1.	Gambaran Umum Subjek	25

4.2.	Hasil Uji Deskriptif dan Inferensial.....	28
4.2.1.	Analisis Dekriptif dan Kategorisasi.....	28
4.2.1.1.	Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	28
4.2.1.2.	Kategorisasi <i>Forgiveness</i>	28
4.2.2.	Analisis Inferensial.....	29
4.2.2.1.	Uji Asumsi Klasik.....	29
4.2.2.2.	Uji Hipotesis.....	29
4.2.2.3.	Analisis Matriks Uji Korelasi Dimensi.....	30
4.2.2.4.	Analisis Tambahan.....	31
4.3.	Diskusi.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		37
5.1.	Kesimpulan.....	37
5.2.	Keterbatasan Penelitian.....	37
5.3.	Saran.....	38
5.3.1.	Saran Teoritis.....	38
5.3.2.	Saran Praktis.....	38
DAFTAR PUSTAKA.....		39
LAMPIRAN.....		47



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	12
Tabel 3.1 <i>Blueprint Ryff's Psychological Well-Being Scale</i>	20
Tabel 3.2 <i>Blueprint TRIM-18</i>	21
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas <i>Psychological Well-Being</i>	21
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas <i>Forgiveness</i>	21
Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	22
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas <i>Forgiveness</i>	22
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas <i>Psychological Well-Being</i>	22
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	23
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	23
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas <i>Forgiveness</i>	23
Tabel 4.1 Data Demografi Usia Subjek	25
Tabel 4.2 Data Demografi Jenis Kelamin Subjek.....	25
Tabel 4.3 Data Demografi Domisili Subjek	26
Tabel 4.4 Data Demografi Tingkat Pendidikan Subjek	26
Tabel 4.5 Data Demografi Pekerjaan Subjek.....	26
Tabel 4.6 Data Demografi Penghasilan per Bulan Subjek	27
Tabel 4.7 Data Demografi Durasi Hubungan	27
Tabel 4.8 Data Demografi Jenis Perselingkuhan yang Dialami Subjek	27
Tabel 4.9 Data Demografi Pilihan Keputusan Subjek.....	27
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Variabel Penelitian.....	28
Tabel 4.10 Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	28
Tabel 4.11 Kategorisasi <i>Forgiveness</i>	28
Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas	29
Tabel 4.13 Hasil Uji Linieritas	29
Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis.....	29
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Dimensi X dengan Dimensi Y	30
Tabel 4.16 Hasil Uji Korelasi Variabel X dengan Dimensi Y	30
Tabel 4.17 Kategorisasi Skor Dimensi <i>Revenge Motivation</i>	31
Tabel 4.18 Kategorisasi Dimensi <i>Revenge Motivation</i>	31
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi Variabel Y dengan Dimensi X	31
Tabel 4.20 Hasil Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Kelompok Demografi	31
Tabel 4.21 Hasil Uji Beda <i>Forgiveness</i> Kelompok Demografi.....	32
Tabel 4.22 Hasil Uji Beda <i>Forgiveness</i> Kelompok Jenis Kelamin.....	32
Tabel 4.23 Hasil Uji <i>Independent Sample Test</i> pada <i>Forgiveness</i> Kelompok Jenis Kelamin	32
Tabel 4.25 Hasil Uji Beda <i>Forgiveness</i> Pilihan Keputusan.....	33
Tabel 4.26 Hasil Uji <i>Independent Sample Test</i> pada <i>Forgiveness</i> Kelompok Pilihan Keputusan	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir Hubungan antara <i>Forgiveness</i> dan <i>Psychological Well-Being</i>	17
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tangkapan Layar Kuesioner Penelitian	48
Lampiran 2 <i>Expert Judgement Forgiveness</i>	49
Lampiran 3 Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas <i>Psychological Well-Being (Try Out)</i> ...	80
Lampiran 4 <i>Expert Judgement Psychological Well-Being</i>	81
Lampiran 5 Hasil Analisis <i>Psychological Well-Being Scale</i>	115
Lampiran 6 Hasil Uji Analisis Data Lapangan	118

