



**PENGARUH *FORGIVENESS* DAN *EXISTENTIAL GRATITUDE*
TERHADAP *RESILIENCE* REMAJA YANG MENGALAMI
PERCERAIAN ORANG TUA**



SKRIPSI

KAYLA JASMINE

UNIVERSITAS

46121010184

MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**PENGARUH *FORGIVENESS* DAN *EXISTENTIAL GRATITUDE*
TERHADAP *RESILIENCE* REMAJA YANG MENGALAMI
PERCERAIAN ORANG TUA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana
psikologi dari Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

KAYLA JASMINE

46121010184

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA

JAKARTA BARAT

2025

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kayla Jasmine

NIM : 46121010184

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Forgiveness* dan *Existential Gratitude* Terhadap *Resilience*
Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua

Menyatakan bahwa Laporan 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 Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 13 Februari 2025



Kayla Jasmine

HALAMAN PENGESAHAN


Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Kayla Jasmine
NIM : 46121010184
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Forgiveness dan Existential Gratitude Terhadap Resilience Remaja yang Mengalami Perceraian orang Tua.

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 : Dr. Dearly, M.Psi. Psikolog ()
NIDN : 0302038003

Ketua Penguji : Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0322048105

Penguji 1 : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0327048904

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 30 Januari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Melliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji Syukur dipanjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya pada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi penulis yang berjudul “Pengaruh *Forgiveness* dan *Existential Gratitude* Terhadap *Resilience* Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua”. Skripsi ini adalah salah satu syarat yang harus dipenuhi oleh Mahasiswa/I Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.). Tidak mudah bagi penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini dengan baik dan tepat pada waktunya tanpa ada bantuan dan dukungan dan saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog. dan Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.sc. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan dan membimbing penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
6. Ibu Popi Avati, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen *Reviewer* Seminar Proposal pada penelitian saya serta telah memberikan masukan dan kritik untuk membangun penelitian ini.
7. Ibu Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog. selaku Ketua Sidang Tugas Akhir dan Ibu Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Penguji Tugas Akhir, terima kasih atas arahan, saran, dan masukannya.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan pengetahuan dan berbagai bantuan kepada penulis selama masa studi.
9. Seluruh staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang selalu siap membantu penulis dalam urusan administrasi.
10. Kedua orang tua penulis yang senantiasa selalu memberikan semangat serta doa-doa demi kelancaran perjalanan perkuliahan penulis sampai ke tahap penyusunan skripsi ini.

11. Aldi Fathur R selaku abang penulis yang telah merelakan waktu serta material untuk membantu penulis dalam membiayai dan menyelesaikan masa perkuliahan ini.
12. Kepada diri sendiri, terima kasih telah berani bertumbuh, berkembang, bertahan hingga saat ini. Serta berani menghadapi berbagai tantangan dan hal-hal baru selama ini.
13. Sahabat SMP penulis, Zahra Ikri Zafira, Maharani Putri W.N, Athaya Zahra yang selalu direpotkan selama masa perkuliahan penulis dalam mengerjakan Skripsi serta tugas-tugas yang lainnya.
14. Teman – teman seperjuangan skripsi penulis, Lailatul, Nisrina, Dihan Lucita, Fajrin, Mesha. Terima kasih telah banyak membantu dan menemani penulis selama proses penyusunan skripsi.
15. Semantic, Publish or Perish, Google Scholar, Google Advance, Deepl, terima kasih telah banyak membantu dalam pencarian jurnal dan lainnya.
16. Para responden yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner sehingga penelitian ini dapat berjalan lancar.
17. Kepada Lab. Psikometri, rumah Ikri, rumah Mesha, dan rumah Kak Dihan yang telah menjadi tempat yang nyaman serta menyenangkan untuk saya mengerjakan skripsi.
18. Kepada semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu, terima kasih sudah membantu penulis. Semoga kebaikan kalian dibalas oleh Tuhan Yang Maha Esa.
19. *Last but not least, I wanna thank me again. I wanna thank me for believing in me. I wanna thank me for all doing this hard work.*

Akhir kata, penulis berharap Allah SWT. membalas segala kebaikan serta melimpahkan keberkahan dan kebahagiaan untuk semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu khususnya dalam Psikologi

Jakarta, 19 Januari 2025

Penulis,

Kayla Jasmine

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Kayla Jasmine

NIM : 46121010184

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Forgiveness* dan *Existential Gratitude* Terhadap *Resilience*
Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua

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 pengakalan 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.

UNIVERSITAS Jakarta, 13 Februari 2025
MERCU BUANA Yang menyatakan,



(Kayla Jasmine)

ABSTRAK

Nama : Kayla Jasmine
NIM : 46121010184
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Forgiveness* dan *Existential Gratitude* Terhadap *Resilience* Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua
Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog.

Masa remaja memiliki tugas lebih berat dalam menyesuaikan situasi, terlebih lagi situasi saat menghadapi perceraian orang tua. Remaja yang mengalami perceraian orang tua butuh waktu yang lama untuk memaafkan keadaan yang dialaminya serta sulit untuk bersyukur dengan keadaan buruk tersebut dan terkadang juga belum sepenuhnya mampu bertahan serta beradaptasi dalam situasi tersebut (perceraian orang tua). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *forgiveness* dan *existential gratitude* terhadap *resilience* remaja yang mengalami perceraian orang tua. Melalui teknik *accidental sampling*, diperoleh sebanyak 208 responden. Alat ukur yang digunakan adalah *Transgression Related Interpersonal Motivations 18 Version* (TRIM-18), *Existential Gratitude Scale* (EGS), dan *The Connor-Davidson resilience Scale* (CD-RISC). Data analisis menggunakan uji regresi linear berganda dengan bantuan *software IBM SPSS for Windows versi 27*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan *forgiveness* dan *existential gratitude* terhadap *resilience*, baik secara parsial maupun simultan. *Forgiveness* memberikan sumbangsih terhadap *resilience* sebesar 10,6% dan *existential gratitude* memberikan sumbangsih terhadap *resilience* sebesar 8,1%. Secara bersama-sama *forgiveness* dan *existential gratitude* berpengaruh sebesar 14,9% terhadap *resilience*.

Kata Kunci: *Resilience, Forgiveness, Existential Gratitude, Remaja, Perceraian Orang Tua*

ABSTRACT

Name : Kayla Jasmine
NIM : 46121010184
Study Program : Psychology
Thesis Report Title : *The Effect of Forgiveness and Existential Gratitude on the Resilience of Adolescents Experiencing Parental Divorce*
Counsellor : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog

Adolescence has a harder task in adjusting to the situation, especially the situation when facing parental divorce. Adolescents who experience parental divorce take a long time to forgive the circumstances they experience and find it difficult to be grateful for these bad circumstances and sometimes also not fully able to survive and adapt to the situation (parental divorce). This study aims to determine the effect of forgiveness and existential gratitude on the resilience of adolescents who experience parental divorce. Through accidental sampling technique, 208 respondents were obtained. The measuring instruments used are Transgression Related Interpersonal Motivations 18 Version (TRIM-18), Existential Gratitude Scale (EGS), and The Connor-Davidson resilience Scale (CD-RISC). Data were analyzed using multiple linear regression tests with IBM SPSS for Windows version 27 software. The results of this study indicate that there is a positive and significant effect of forgiveness and existential gratitude on resilience, both partially and simultaneously. Forgiveness contributes to resilience by 10.6% and existential gratitude contributes to resilience by 8.1%. Together forgiveness and existential gratitude have an effect of 14.9% on resilience.

Keywords: *Resilience, Forgiveness, Existential Gratitude, Adolescents, Parental Divorce*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritik	6
1.4.2 Manfaat Praktik	6
BAB II	7
KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 <i>Resilience</i>	7
2.1.1 Pengertian <i>Resilience</i>	7
2.1.2 Aspek <i>Resilience</i>	8
2.1.3 Faktor-Faktor Pendukung <i>Resilience</i>	9
2.2 <i>Forgiveness</i>	10
2.2.1 Pengertian <i>Forgiveness</i>	10
2.2.2 Dimensi <i>Forgiveness</i>	11
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Forgiveness</i>	12
2.3 <i>Existential Gratitude</i>	13
2.3.1 Pengertian <i>Existential Gratitude</i>	13
2.3.2 Dimensi <i>Existential Gratitude</i>	15
2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Existential Gratitude</i>	16

2.4 Penelitian Terdahulu	16
2.5 Dinamika Penelitian	23
2.6 Kerangka Berpikir	25
2.7 Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III.....	26
METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Desain Penelitian.....	26
3.2 Populasi dan Sampel	26
3.2.1 Populasi	26
3.2.2 Sampel	26
3.2.3 Teknik Sampling.....	27
3.3 Teknik Pengumpulan Data	27
3.3.1 Teknik Pengumpulan Data Primer	27
3.4 Definisi Operasional Variabel.....	27
3.4.1 Variabel <i>Resilience</i> (Y)	28
3.4.2 Variabel <i>Forgiveness</i> (X1)	28
3.4.3 Variabel Existential Gratitude (X2).....	28
3.5 Instrumen Penelitian.....	28
3.5.1 <i>Resilience</i>	28
3.5.2 <i>Forgiveness</i>	29
3.5.3 <i>Existential Gratitude</i>	30
3.6 Validitas dan Reliabilitas	32
3.6.1 Uji Validitas.....	32
3.6.2 Uji Reliabilitas.....	36
3.7 Analisis Data	36
3.7.1 Analisis Data Deskriptif	36
3.7.2 Analisis Inferensial	37
3.7.2.2 Uji Normalitas	37
3.7.2.3 Uji Linearitas	37
3.7.2.4 Uji Heteroskedastisitas	37
3.7.2.5 Uji Multikolinearitas.....	37
3.7.3 Uji Hipotesis.....	38
3.7.3.1 Uji Regresi Linear Berganda	38
3.8 Uji Tambahan	38
3.8.1 Uji Beda.....	38

BAB IV	39
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Gambaran Umum Subjek	39
4.2 Hasil Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	42
4.2.1 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	43
4.2.2 Analisis Inferensial	47
4.3 Uji Hipotesis.....	51
4.3.1 Uji Regresi Linear Berganda	51
4.3.1.2 Uji T (Parsial)	53
4.3.1.3 Uji F (Simultan).....	54
4.3.1.4 Matriks Korelasi Antar Dimensi.....	54
4.4 Uji Tambahan.....	56
4.4.1 Uji Beda.....	56
4.4.1.2 Uji Analisis Varian (Anova) Satu Arah.....	57
4.5 Pembahasan.....	59
BAB V	68
KESIMPULAN DAN SARAN	68
5.1 Kesimpulan.....	68
5.2 Keterbatasan Penelitian	68
5.3 Saran.....	68
5.3.1 Saran Teoritis.....	69
5.3.2 Saran Praktis	69
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	16
Tabel 3. 1 Blueprint Resilience.....	29
Tabel 3. 2 Blueprint Forgiveness	30
Tabel 3. 3 Blueprint Existential Gratitude	31
Tabel 3. 4 Kriteria Goodness Of Fit.....	32
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas	32
Tabel 3. 6 Hasil Item Resilience	33
Tabel 3. 7 Hasil Item Forgiveness Dimensi Avoidance	34
Tabel 3. 8 Hasil Item Forgiveness Dimensi Revenge.....	34
Tabel 3. 9 Hasil Item Forgiveness Dimensi Benevolence	35
Tabel 3. 10 Hasil Item Existential Gratitude	35
Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas.....	36
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek.....	39
Tabel 4. 2 Analisis Deskriptif.....	42
Tabel 4. 3 Rumus Kategorisasi	43
Tabel 4. 4 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Resilience	43
Tabel 4. 5 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Forgiveness	44
Tabel 4. 6 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Existential Gratitude	44
Tabel 4. 7 Mean Resilience, Forgiveness, dan Existential Gratitude	45
Tabel 4. 8 Hasil Linearitas Forgiveness dan Resilience	49
Tabel 4. 9 Hasil Linearitas Existential Gratitude dan Resilience	50
Tabel 4. 10 Hasil Uji Heteroskedastisitas	50
Tabel 4. 11 Hasil Uji Multikolinearitas	51
Tabel 4. 12 Hasil Uji Regresi Linear Berganda Forgiveness, Existential Gratitude, dan Resilience.....	51
Tabel 4. 13 Hasil Uji Koefisien Determinasi Forgiveness dan Resilience	52
Tabel 4. 14 Hasil Uji Koefisien Determinasi Existential Gratitude dan Resilience	52
Tabel 4. 15 Hasil Uji Koefisien Determinasi Forgiveness, Existential Gratitude dan Resilience	53
Tabel 4. 16 Hasil Uji T Forgiveness terhadap Resilience.....	53
Tabel 4. 17 Hasil Uji T Existential Gratitude terhadap Resilience.....	53

Tabel 4. 18 Uji F Forgiveness, Existential Gratitude terhadap Resilience	54
Tabel 4. 19 Uji Matriks Korelasi Antar Dimensi Forgiveness, Existential Gratitude, dan Resilience.....	54
Tabel 4. 20 Tingkat Korelasi	55
Tabel 4. 21 Hasil Uji Beda Tahap Pertama melalui T-test pada Jenis Kelamin.....	56
Tabel 4. 22 Hasil Uji Beda Tahap Kedua melalui T-test pada Jenis Kelamin.....	56
Tabel 4. 23 Hasil Uji Beda Anova Satu Arah Pada Usia.....	57
Tabel 4. 24 Hasil Uji Beda Anova Satu Arah Pada Usia Saat Orang Tua Bercerai	57
Tabel 4. 25 Hasil Uji Beda Anova Satu Arah Pada Lamanya Orang Tua Bercerai	58
Tabel 4. 26 Hasil Uji Beda Anova Satu Arah Pada Pendidikan Terakhir	58
Tabel 4. 27 Hasil Uji Beda Anova Satu Arah Pada Tinggal Dengan Siapa	59



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	25
Gambar 3. 1 Hasil Perhitungan G-Power	27
Gambar 4. 1 Normal Q-Q Plot pada variabel Resilience.....	47
Gambar 4. 2 Normal Box Plot pada variabel Resilience	47
Gambar 4. 3 Normal Q-Q Plot pada variabel Forgiveness.....	48
Gambar 4. 4 Normal Box Plot pada variabel Forgiveness	48
Gambar 4. 5 Normal Q-Q Plot pada variabel Existential Gratitude	48
Gambar 4. 6 Normal Box Plot pada variabel Existential Gratitude.....	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Review Proposal Tugas Akhir	77
Lampiran 2 Uji Etik KPIN.....	79
Lampiran 3 Kuesioner.....	81
Lampiran 4 Hasil Olah Data Penelitian.....	88
Lampiran 5 Hasil Uji Plagiarism.....	99

