

**HUBUNGAN KUALITAS PERSAHABATAN DAN PERENUNGAN
DENGAN KEMAMPUAN MEMAAFKAN PADA REMAJA AKHIR**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk memenuhi salah satu
Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



Dian Catur Puspitasari

J71214036

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

JANUARI 2018

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
HUBUNGAN KUALITAS PERSAHABATAN DAN PERENUNGAN DENGAN
KEMAMPUAN MEMAAFKAN PADA REMAJA AKHIR
Yang disusun oleh
Dian Catur Puspitasari
J71214036

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 25 Januari 2018

Menghormati,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Prof. Dr. H. Ach. Sholeh, M.Pd
Nip. 195912041990021001

Rusman, M.Psi, M.Pd
Penguji I/Pembimbing,

Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi, M.Si
Nip. 197605112009122002

Penguji II,

Risma Fitri, S.Psi., M.Si
Nip. 197403121999032001

Penguji III,

Lucky Abrorry, M.Psi
Nip. 197910012006041005

Penguji IV,

Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si
Nip. 197708122005012004

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyampaikan bahwa skripsi yang berjudul “ Hubungan Kualitas Persahabatan dan Perenungan dengan Kemampuan Memaafkan pada Remaja Akhir” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di acu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 10 Januari 2018



Dian Catur Puspitasari

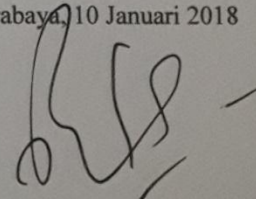
SKRIPSI

Hubungan Kualitas Persahabatan Dan Perenungan Dengan Kemampuan
Memaafkan Pada Remaja Akhir

Di Susun Oleh
Dian Catur Puspitasari
J71214036

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Seminar Skripsi

Surabaya, 10 Januari 2018



Tatik Mukhoyyarah, S.Psi, M.Si

Nip.197605112009122002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dian Cahur Puspitasari.
NIM : 571214036.
Fakultas/Jurusan : Psikologi.
E-mail address : diancahurpuspitasari0@gmail.com.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Hubungan kualitas Persahabatan dan Perenungan
dengan kemampuan memaafkan pada Remaja Akhir.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 31 - Januari - 2018.

Penulis

(Dian Cahur Puspitasari)
nama terang dan tanda tangan

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Format Model Skala Likert	53
Tabel 2 <i>Blue Print</i> Kualitas Persahabatan	54
Tabel 3 <i>Blue Print</i> Perenungan.....	55
Tabel4 <i>Blue Print</i> Kemampuan Memaafkan	56
Tabel5 Sebaran Aitem Valid dan Gugur SkalaKemampuan Memaafkan	57
Tabel 6 Distribusi Aitem Skala Kemampuan Memaafkan Setelah Dilakukan <i>Try Out</i>	58
Tabel 7 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Kualitas Persahabatan	59
Tabel 8 Distribusi Aitem Skala Kualitas Persahabatan Setelah Dilakukan <i>Try Out</i>	60
Tabel 9 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Perenungan	61
Tabel 10 Distribusi Aitem Skala Perenungan Setelah Dilakukan <i>Try Out</i>	61
Tabel 11 Reliabilitas Statistik <i>Try Out</i>	62
Tabel 12 Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Usia	65
Tabel 13 Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Semester.....	66
Tabel 14 Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	67
Tabel 15 Deskripsi Statistik.....	67
Tabel 16 Diskripsi Data Berdasarkan Usia Responden.....	68
Tabel 17 Diskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin Responden	69
Tabel 18 Diskripsi Data Berdasarkan Semester Responden	69
Tabel 19 Hasil Uji Estimasi Reliabilitas	70
Tabel 20 Hasil Uji Normalitas.....	70
Tabel 21 Hasil Uji Linieritas	71
Tabel 22 DeskripsiStatistik.....	73
Tabel 23 Correlation.....	74
Tabel 24 Variabel Entered/Removed	75
Tabel 25 Model Summary	75
Tabel 26 Anova	76
Tabel 27 Coefficient	76
Tabel 28 Residual Statistic	80

Lampiran 1: Skala Penelitian.....	100
Lampiran 2: Hasil Output <i>try out</i> SPSS	106
1. Skala Kemampuan Memaafkan	106
2. Skala Kualitas Persahabatan	107
3. Skala Perenungan.....	108
Lampiran 3: Hasil Output Analisis Regresi Berganda.....	109
Lampiran 4: Uji Normalitas dan Uji Linieritas	111
Lampiran 5: Data Mentah <i>Try Out</i>	113
Lampiran 6: Data Dikotomik <i>Try Out</i>	117
Lampiran 7: Data Mentah Hasil Sebaran Lapangan.....	120
Lampiran 8: Data Dikotomik Hasil Sebaran Lapangan	131

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk sosial. manusia dapat diartikan sebagai makhluk sosial karena didalam kehidupan sangat membutuhkan bantuan sesamanya. Dengan tidak adanya hubungan antar individu satu dengan yang lain, maka tidak akan bisa disebut dengan makhluk sosial. Didalam kehidupan bermasyarakat individu harus mampu membantu satu sama lain dalam proses kehidupan. Sehingga akan tercipta suasana yang tentram dan damai didalam kehidupan bermasyarakat. Seperti kebutuhan akan kasih sayang kepada sesama, keinginan untuk dihormati dan dihargai serta kebutuhan untuk hidup bersama dalam bermasyarakat. Salah satu kebutuhan dalam bermasyarakat adalah adanya kebutuhan interaksi dengan sesama.

Dalam berinteraksi dengan individu lain, seseorang kadang-kadang berbuat salah kepada individu lain dan akan menimbulkan terjadinya gesekan dalam suatu hubungan. Pada sisi lain, ia tentu pernah mengalami perlakuan dan situasi yang mengecewakan atau menyakitkan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal tersebut adalah melalui proses kemampuan memaafkan (*forgiveness*) terhadap pihak-pihak yang menimbulkan rasa sakit yang telah ada. Tidak semua orang mau dan mampu secara tulus memaafkan dan melupakan kesalahan orang lain (Furqon, 2012).

Kebutuhan akan interaksi dan komunikasi merupakan suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan, baik dari tahap perkembangan masa anak-anak, masa remaja, masa dewasa sampai masa usia lanjut. Monks (2001), menyatakan bahwa mahasiswa dengan rentang usia 18-21 tahun termasuk ke dalam kategori remaja akhir.

Menurut Hurlock (1980), Remaja akhir merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa, dimana seseorang memiliki usia 18-21 tahun dan harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggalnya serta menjalin hubungan sosial yang baik sesuai tahap perkembangan. Menurut Paramitasari & Alfian (2012), karakteristik periode remaja akhir adalah remaja mulai memandang dirinya sebagai orang dewasa dan mulai mampu menunjukkan pemikiran, sikap, perilaku yang semakin dewasa.

Menurut Hurlock (1991), adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja, yakni: berusaha mampu menerima keadaan fisiknya, mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa, mampu membina hubungan dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mencapai kemandirian emosional, mencapai kemandirian ekonomi mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat, memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orangtua, mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki perkawinan, memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

Dalam hal ini salah satu tugas perkembangan remaja akhir adalah mencapai kemandirian emosional. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anderson (2006), bahwa kemandirian emosional yang dimiliki oleh remaja akhir dapat mempengaruhi kemampuan memaafkan. Kemampuan memaafkan pada remaja akhir dapat melepaskan semua beban penderitaan agar mereka tidak menyimpan dendam, menanggung beban pikiran dan perasaan sakit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang dapat memaafkan mengalami penurunan kemarahan, kecemasan, dan depresi yang signifikan.

Dalam kegiatan bermasyarakat, seseorang akan sering melakukan interaksi satu sama lain dan banyak yang akhirnya melakukan kesalahan. Adanya suatu kesalahan dapat menimbulkan sedikit gesekan yang berakibat pada kerenggangan suatu hubungan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulagi ketika seseorang melakukan suatu kesalahan yakni dengan kemampuan memaafkan (Firmansyah, 2012).

Menurut Nashari (2011), Kemampuan memaafkan yaitu kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan menumbuhkan kembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang telah melakukan pelanggaran secara tidak adil. Ketika memaafkan maka seseorang meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan, meninggalkan keinginan balas dendam, meninggalkan perilaku menghindar,

Menurut Soesilo (2013), Kemampuan Memaafkan adalah kesediaan untuk melepaskan hak sendiri untuk menunjukkan kebencian, penghakiman negatif, dan perilaku tidak peduli terhadap seseorang yang tidak seharusnya merugikan diri sendiri. Enright (2001), kemampuan memaafkan adalah suatu bentuk kesiapan melepas hal yang dimiliki seseorang untuk merelakan, menyalahkan, dan membalas dendam terhadap pelaku yang telah bertindak tidak benar terhadapnya, dan diwaktu yang bersamaan mengembangkan kasih sayang dan kemurahan hati.

Kusprayogi & Nashori (2016), dalam penelitiannya memaparkan bahwa terdapat beberapa kasus remaja akhir yang didapatkan melalui hasil wawancara, yakni sebagai berikut:

[illegible]

Kusprayogi & Nashari (2016), mengemukakan hasil lain wawancara kemampuan memaafkan terhadap remaja akhir juga dipe sebagai berikut:

Kusprayogi & Nashari (2016), mengemukakan hasil lain wawancara kemampuan memaafkan terhadap remaja akhir juga dipe sebagai berikut:

Kusprayogi & Nashari (2016), mengemukakan hasil lain wawancara kemampuan memaafkan terhadap remaja akhir juga dipe sebagai berikut:

Fenomena lain juga terjadi pada hubungan persahabatan pada remaja akhir yang terjadi di kota Pekanbaru pada tahun 2014, dua remaja akhir dengan inisial BR dan NS (22) tega membunuh sahabatnya sendiri. Alasan mereka berdua tega membunuh sahabatnya sendiri adalah korban pernah berkata bahwa BR dan NS adalah orang-orang dari keluarga yang tidak mampu. BR dan NS tidak memilih untuk memaafkan akan tetapi memilih untuk membunuh sahabat karibnya (Okezone,2014).

Fenomena selanjutnya juga terjadi pada ST siswa Kelas XII dan SN siswa kelas XI keduanya terlibat obrolan serius, sehingga terlibat adu mulut. Saat itu sejumlah pelajar lain dan hanya bisa menyaksikan dan sempat mencoba melerai. Tak lama keduanya berjalan menuju area perkebunan, tak jauh dari tempat mereka nongkrong. Di lokasi itu, pelajar yang berbeda satu tingkat tersebut kemudian terlibat baku hantam, Karena saling pukul satu

Fenomena lain mengenai permasalahan remaja akhir juga terjadi pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Data yang diperoleh peneliti dari hasil wawancara adalah sebagai berikut:

Remaja akhir dengan inisial AN (21 tahun), mengaku pernah bertengkar dengan salah satu sahabatnya. Penyebab dari peristiwa ini yakni adanya konflik mengenai rebutan perempuan. Menurut AN perempuan yang sudah lama diincar seharusnya bisa dia dapatkan. Namun, keinginannya terhalangi karena sahabat dekatnya juga ikut mendekati perempuan tersebut. Hal ini membuat AN berfikir bahwa penyebab kehadiran sahabat dekatnya membuat AN gagal mendapatkan perempuan itu. Hal demikian tidak membuat AN berputus asa, AN tetap berusaha untuk mendapatkan perempuan tersebut dengan cara mengajak sahabat dekatnya bertemu dan akhirnya terjadi adu mulut hingga terjadi pertengkaran. Setelah AN sadar bahwa tingkah lakunya salah, AN lebih memilih meninggalkan perempuan tersebut dan memaafkan sahabat dekatnya.

Fenomena lain mengenai konflik remaja akhir selanjutnya juga terjadi pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, yakni dengan hasil wawancara sebagai berikut:

Remaja akhir dengan inisial (HI), mengungkapkan bahwa terjadi konflik antara dia dan sahabatnya. Hal ini terjadi karena terdapat kesalahfahaman mengenai faktor setia kawan dalam hubungan persahabatan. Menurut HI dalam suatu hubungan persahabatan seharusnya terdapat suatu komitmen atau kesetiaan dalam suatu kelompok. Namun, tidak dengan sahabat satunya ini. Sahabatnya lebih memilih berkumpul dengan orang lain dari pada memilih kelompok HI yang sudah lama bersama dan kenal. Dengan adanya konflik ini, HI merasa terjadi kerenggangan hubungan kualitas persahabatan. Hal ini

Menurut McCullough (2000), adanya kualitas hubungan persahabatan merupakan kedekatan atau hubungan antara orang yang disakiti dengan pelaku yang dicirikan dengan kedekatan, komitmen, dan kepuasan. Pasangan-pasangan memiliki kualitas hubungan seperti ini akan lebih siap untuk saling memaafkan jika terdapat konflik antar individu.

[illegible]

Menurut Worthington dan Wade (1999), Perenungan adalah semakin sering individu merenung dan mengingat-ingat tentang peristiwa dan emosi yang dirasakan akan semakin sulit kemampuan memaafkan terjadi dalam diri individu begitu juga sebaliknya. Perenungan dan usaha menekan hubungan dengan motivasi penghindaran (avoidance) dan membalas dendam (revenge).

Selanjutnya penelitian tentang perenungan dan kemampuan memaafkan dilakukan oleh Wardani (2016), dengan judul penelitian perenungandan forgiveness remaja akhir dalam hubungan persahabatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara perenungandan kemampuan memaafkan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah perenungan maka semakin tinggi kemampuan memaafkan dalam diri seseorang. Hal ini membuktikan bahwa perenungan dan kemampuan memaafkan memiliki hubungan negatif dan

Kualitas persahabatan, perenungan dan kemampuan memaafkan dapat dianalisa menggunakan paradigma humanistik. Kaum humanistik menganggap bahwa manusia adalah makhluk yang unik, memiliki cinta, kreativitas, nilai dan makna serta pertumbuhan pribadi (Tondok, 2008). Ahli psikologi humanis Abraham Maslow dalam teori Hierarki kebutuhan menganggap bahwa terdapat lima kebutuhan dasar manusia, salah satunya adalah kebutuhan cinta dan dicintai (love and belonging needs).

Menurut Rahmat (2014), sebuah penelitian menunjukkan bahwa seseorang akan lebih bahagia saat mengalami persahabatan dengan kualitas

yang tinggi. Angraini dan Cucuani (2014), menganggap bentuk kualitas persahabatan berpengaruh besar pada pemaafan karena masing-masing individu yang menjalin persahabatan memiliki sifat dan karakteristik berbeda dalam menghadapi permasalahan dan cara menyelesaikannya. Menurut McCullough (dalam Bordens dan Horowitz, 2008), menganggap bahwa memaafkan merupakan perubahan motivasi negatif ke motivasi positif dalam memelihara suatu hubungan. Kemampuan memaafkan akan terjadi ketika individu memiliki kualitas hubungan yang baik dan perenungan rendah kepada individu yang melanggar atau yang melakukan kesalahan.

Dari adanya paparan penjelasan diatas, kualitas persahabatan dan perenungan merupakan dua komponen yang sangat penting dan saling berkaitan dalam proses kemampuan memaafkan. Dalam hal ini dikarenakan adanya kualitas persahabatan yang tinggi dapat mendukung kemampuan memaafkan pada remaja akhir (Angraini & Cucuani, 2014). Untuk itu, bentuk kualitas persahabatan tentunya berpengaruh besar pada kemampuan memaafkan, karena masing-masing individu yang menjalin persahabatan memiliki sifat dan karakteristik berbeda dalam menghadapi permasalahan dan cara menyelesaikannya. Kemudian kemampuan memaafkan juga terjadi ketika individu memiliki perenungan yang rendah kepada individu yang melanggar dan melakukan kesalahan.

Oleh karena itu, hubungan kualitas persahabatan dan perenungan dengan kemampuan memaafkan dipilih dalam penelitian ini karena peneliti

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara kualitas persahabatan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir?
2. Apakah terdapat hubungan antara perenungan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir?
3. Apakah terdapat hubungan kualitas persahabatan dan perenungan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir?

1. Untuk mengetahui hubungan antara kualitas persahabatan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir.
2. Untuk mengetahui hubungan antara perenungan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir.
3. Untuk mengetahui hubungan kualitas persahabatan dan perenungan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir.

[illegible]

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Raudatussalamah dan Susanti (2014), dengan judul penelitian *Pemaafan (Forgiveness) dan Psychological Wellbeing pada Narapidana Wanita*. Dengan ini hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis diterima, pemaafan bisa berkaitan dengan kesejahteraan dengan cara mengubah pikiran, emosi dan perilaku yang negatif kepada respon positif. Dari hasil penelitian menunjukkan kesamaan dengan fenomena yang akan diambil oleh peneliti mengenai pemaafan.

[illegible]

perbedaan aspek kerendahan hati yang berkontribusi pada pemaafan ditinjau dari variabel demografi usia dan jenis kelamin. Hal ini terdapat kesamaan topik penelitian yakni mengenai pemaafan pada remaja akhir.

Penelitian yang juga membahas mengenai pemaafan lain juga dilakukan oleh Zuanny & Subandi (2016), dengan judul penelitian *Terapi Pemaafan Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kebermaknaan hidup WBP perempuan setelah dilakukan terapi. Dengan adanya paparan penelitian ini terdapat kesamaan topik yang akan diambil oleh peneliti yakni mengenai fenomena pemaafan.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Withvliet, Hofelich Mohr, Hinman,& Knoll (2015), dengan mengangkat judul penelitian *Transforming Or Restraining: The Impact Of Compassionate Reappraisal Versus Emotion Suppression On Empathy, Forgiveness, And Affective Psychophysiology*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya dengan *coping* penilaian kasih sayang kembali, yang secara langsung dapat meningkatkan empati dan pemaafan. Peninjauan ulang kasih sayang terhadap diri dapat meningkatkan empati dan kemampuan memaafkan. Dari paparan penelitian menunjukkan bahwa terdapat kesamaan topik yang akan diambil yakni sama-sama mengkaji mengenai pemaafan.

maaf, dan variabel kemarahan. Kemudian, konstruksi situasional ditunjukkan untuk mediasi dalam pengampunan dari pada disposisi. Hasil penelitian ini menunjukkan kategori cukup besar. Pengaruh gender dalam penelitian ini. Bukti awal menunjukkan tingkat untuk kognisi, *recall* menyebabkan terganggu. Hasil penelitian ini menunjukkan kesimpulannya. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Burnette dan rekan-rekannya dalam artikel berjudul *Individual Differences In Forgiveness And Partner Fit: Predicting Forgiveness*.

maaf, dan variabel kemarahan. Kemudian, konstruksi situasional ditunjukkan untuk keadaan dalam pengampunan dari pada disposisi kategori cukup besar. Pengaruh gender dalam penelitian ini. Bukti awal menunjukkan tingkat untuk kognisi, *recall* menyebabkan terganggu. Hasil penelitian ini menunjukkan kesimpulan mengenai pemaafan. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Burnard dan Abdul penelitian *Individual Differences In Forgiveness And Partner Fit: Predicting Forgiveness*

maaf, dan variabel kemarahan. Kemudian, konstruksi situasional ditunjukkan untuk mediasi dalam pengampunan dari pada disposisi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori cukup besar. Pengaruh gender tidak signifikan dalam penelitian ini. Bukti awal menunjukkan bahwa tingkat untuk kognisi, *recall* menyebabkan pengampunan. Hasil penelitian ini menunjukkan kesamaan dengan penelitian sebelumnya mengenai pemaafan.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Burnette dan rekan-rekannya (2013) berjudul *Individual Differences In Forgiveness And Partner Fit: Predicting Forgiveness*.

Dari hasil penelitian yang telah dipaparkan diatas terdapat perbedaan dan persamaan dalam pengambilan topik yang akan dipilih peneliti. Dalam hal ini peneliti tertarik untuk memilih topik “Hubungan Kualitas Persahabatan dan Perenungan dengan Kemampuan Memaafkan Pada Remaja Akhir”.

A. Kemampuan Memaafkan Remaja Akhir

Menurut Nashori (2011), Kemampuan memaafkan yaitu kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan menumbuhkan kembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil. Ketika memaafkan maka seseorang meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan, meninggalkan keinginan balas dendam, meninggalkan perilaku menghindar, dan meninggalkan perilaku acuh terhadap orang lain yang telah menyakitinya secara tidak adil.

[illegible]

Menurut Soesilo (2013), Kemampuan Memaafkan adalah kesediaan untuk melepaskan hak sendiri untuk menunjukkan kebencian, penghakiman negatif, dan perilaku tidak peduli terhadap seseorang yang tidak seharusnya merugikan diri sendiri. Enright (2001), kemampuan memaafkan adalah suatu bentuk kesiapan melepas hal yang dimiliki seseorang nerelakan, menyalahkan, dan membalas dendam terhadap pelaku yang telah bertindak tidak benar terhadapnya, dan diwaktu yang bersamaan mengembangkan kasih sayang dan kemurahan hati.

(2001), kemampuan memaafkan adalah suatu bentuk kes
hal yang dimiliki seseorang ¹⁹ nerelakan, meny
membalas dendam terhadap pelaku yang telah bertindak
terhadapnya, dan diwaktu yang bersamaan mengemb
sayang dan kemurahan hati.

Menurut Baumeister, Stillwell, & Wotman (da
2009), kemampuan memaafkan adalah suatu proses

kemarahan dan balas dendam sehingga bisa mencapai suatu perdamaian dan membina kembali hubungan dengan orang yang bersalah.

Menurut Raudatussalamah & Susanti (2014), kemampuan memaafkan adalah suatu perasaan damai yang muncul sebagai pengurang rasa sakit secara pribadi, bertanggung jawab terhadap apa yang dirasakan, dan menjadi pelaku bukan korban dalam apa yang kita ceritakan. Kemampuan memaafkan merupakan pengalaman penuh damai dalam peristiwa yang ada dan kemampuan memaafkan tidak bisa merubah masa lalu, tetapi akan merubah masa depan.

Menurut Worthington & Scheres (2004), kemampuan memaafkan adalah strategi *emotion cofused coping* untuk meredakan stress, kesehatan yang baik, dukungan sosial, kualitas hubungan dan agama. Perilaku memaafkan bisa digunakan rema untuk bisa melepaskan semua beban penderitaan seperti stress, menyimpan dendam, beban pikiran dan perasaan sakit. Selesainya suatu konflik ditandai dengan adanya saling menerima dan memaafkan baik pada peristiwa, pelaku dan kondisi.

Dari penjelasan mengenai pengertian kemampuan memaafkan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kemampuan memaafkan adalah kesediaan seseorang untuk meninggalkan amarah dan penilaian

negatif pada seseorang yang telah melukai diri, dengan melibatkan pemikiran, perasaan, motivasi dan perilaku agar lebih positif.

2) Dimensi Kemampuan Memaafkan

Menurut Baumeister, Exline, & Sommer (1998), terdapat 3 dimensi dari kemampuan memaafkan diantaranya yaitu:

a. Dimensi Emosi Kemampuan Memaafkan

Dimensi ini berkaitan dengan perasaan orang-orang yang menjadi korban terhadap orang-orang yang menjadi pelaku. Didalam dimensi emosi terdapat empat indikator yang berkaitan dengan dimensi ini, yaitu : Pertama, "meninggalkan perasaan marah sakit hati benci". Kedua, "tetap mampu mengontrol emosi saat diperlakukan tidak adil oleh oranglain".ketiga, "merasa iba dan kasih sayang terhadap pelaku".Keempat, "merasa nyaman ketika berinteraksi dengan pelaku".Pemaafan itu terjadi ketika seseorang merasa bahwa hubungannya dengan pelaku sudah dalam kondisi nyaman. Ketika harus bertemu dan bahkan bekerja sama dengan pelaku, si korban tetap dapat menjalaninya dengan baik.

b. Dimensi Kognisi Kemampuan Memaafkan

Dimensi ini berkaitan dengan pemikiran seseorang atas peristiwa yang tidak menyenangkan yang dialaminya. Martin (2003), mengungkapkan bahwa para pemaaf memiliki dua indikator kognitif yang penting, yaitu: Pertama, “tidak mudah

Dimensi ini berkaitan dengan dorongan dan perilaku antar pribadi seseorang yang hendak memaafkan orang lain. yaitu dengan cara “menetralisasi sumber stress yang dihasilkan dari suatu hubungan sendiri terdiri atas perbuatan dan perkataan”. Ada tujuh indikator dalam menetralsir stress, diantaranya adalah yang pertama, meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan terhadap pelaku.Kedua, meninggalkan perilaku acuh tak acuh.Ketiga, membuang motivasi membalas dendam.

Keempat, penghindaran atau meninggalkan perilaku menghindar. Kelima, masalah motivasi kebaikan atau kemurahan hati. Keenam, rekonsiliasi adalah upaya yang melibatkan kesadaran dua belah pihak akan adanya kesalahan masa lalu yang harus dimaafkan dan di perbaiki. Ketujuh, musyawarah dalam hal ini berisi mengenai kerjasama yang harus dibangun antara dua belah pihak, dengan dua orang yang pernah terlibat konflik membuat

kesepakatan-kesepakatan sebelum bekerjasama lagi agar peristiwa menyakitkan tidak lagi terulang.

3) Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Memaafkan

Menurut McCullough (2000), terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan memaafkan diantaranya adalah:

a. Empati

Empati adalah kemampuan seseorang untuk mengikutsertakan perasaan atau pengalaman orang lain. empati, dalam pengertian lain juga kemampuan untuk memahami atau melihat sudut pandang orang lain yang berbeda dari sudut pandang diri sendiri dan mencoba untuk mengerti faktor apa yang melatarbelakangi perilaku seseorang.

b. Penilaian terhadap pelaku dan kesalahannya (*perspective taking*).

Penilaian akan mempengaruhi setiap perilaku individu, artinya, bahwa setiap perilaku itu ada penyebabnya dan penilaian dapat mengubah perilaku individu (termasuk kemampuan memaafkan) dimasa mendatang.

c. Tingkat kelukaan (karakteristik serangan)

Faktor ini berkaitan dengan persepsi dari kadar penderitaan yang dialami oleh orang yang disakiti serta konsekuensi yang

menyertainya. Zechmeister, Garcia, Romero & Vas (2004), menyatakan bahwa seberapa besar kadar penderitaan yang dialami akan menentukan tingkat hukuman bagi pelaku. Harga ganti rugi bahkan memutuskan untuk tidak memaafkan.

d. Karakteristik kepribadian

Ciri kepribadian tertentu seperti ekstrasvert yang menggambarkan beberapa karakter seperti bersifat sosial, keterbukaan merupakan faktor yang juga dapat mempengaruhi seseorang dalam memaafkan. Karakteristik yang hangat, kooperatif tidak mementingkan diri, menyenangkan, jujur, dermwan, sopan dan fleksibel juga cenderung menjadi empatik dan bersahabat. Karkter lain yang diduga berperan adalah cerdas, analitis, imajinatif, kreatif, bersahaja, dan sopan.

e. Kualitas hubungan interpersonal

Kualitas hubungan interpersonal, kedekatan atau hubungan antara orang yang disakiti dengan pelaku menurut McCullough seseorang akan sangat memungkinkan untuk memaafkan dalam hubungan yang dicirikan dengan *closeness*, *commitment*, dan *satisfaction*. Pasangan-pasangan yang memiliki kualitas hubungan seperti ini akan lebih siap untuk memaafkan satu sama lain jika terjadi konflik.

f. Permintaan maaf

Sedangkan faktor-faktor kemampuan memaafkan menurut Worthington & Wade (1999), diantaranya adalah:

Yaitu kemampuan untuk memahami keadaan emosi diri sendiri dan orang lain. mampu mengontrol emosi, memaafkan emosi dalam membuat keputusan, perencanaan, memberikan motivasi.

Dimana respon pelaku meminta maaf dengan tulus atau menunjukkan penyesalan yang dalam. Permintaan maaf yang tulus berkorelasi positif dengan kemampuan memaafkan.

Empati adalah kemampuan untuk mengerti dan merasakan pengalaman orang lain tanpa mengalami situasinya. Empati menenngahi hubungan antara permintaan maaf dengan kemampuan dalam memaafkan.

[illegible]

Kemampuan memaafkan paling mungkin terjadi pada hubungan yang dicirikan oleh kedekatan, komitmen, dan kepuasan. Kemampuan memaafkan juga berhubungan positif dengan seberapa penting hubungan tersebut antara pelaku dan korban.

e. *Rumination* (Perenungan)

Semakin sering individu merenung dan mengingat-ingat tentang peristiwa dan emosi yang dirasakan akan semakin sulit kemampuan memaafkan terjadi. Perenungan dan usaha menekankan hubungan dengan motivasi penghindaran (*avoidance*) dan membalas dendam (*revenge*).

f. Komitmen agama

Pemeluk agama yang komitmen dengan ajaran agamanya akan memiliki nilai tinggi pada kemampuan memaafkan dan nilai rendah pada kemampuan tidak memaafkan.

g. Faktor personal

Sifat pemarah, pencemas introvert dan kecenderungan merasa malu merupakan faktor penghambat munculnya kemampuan memaafkan. Sebaliknya sifat pemaaf, extrovert merupakan faktor pemicu terjadinya kemampuan memaafkan.

Dalam hal ni peneliti lebih memilih menggunakan faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan memaafkan menurut

Worthington & Wade (1999), yakni: kecerdasan emosi, respon pelaku, munculnya empati, kualitas hubungan, *rumination* (Perenungan), komitmen agama, faktor personal.

4) Tahapan Kemampuan Memaafkan

Menurut Enright (2002), terdapat empat tahapan dalam kemampuan memaafkan, yaitu:

- a. *Uncovering Phase*, yaitu suatu tahap dimana seseorang merasa sakit hati dan dendam.
- b. *Decision Phase*, yaitu suatu tahap dimana seseorang mulai memikirkan kemungkinan untuk memaafkan. Pemahaman akan ajaran agama, ajaran moral serta umpan balik dari orang lain akan banyak membantu seseorang memikirkan kemungkinan memaafkan.
- c. *Work phase*, yaitu suatu tahap dimana secara rasional seseorang menyadari penting untuk memaafkan.
- d. *Deepening phase*, yaitu suatu tahap dimana terdapat suatu internalisasi kebermaknaan dari memaafkan.

Sementara itu menurut Seligman (2002), mengungkapkan bahwa tahapan dalam kemampuan memafkan adalah *recall*, *emphatize*, *altruistic*, *commit*, dan *hold*. Lima tahapan itu bisa disebut REACH. Penjelasan atas lima tahap tersebut adalah sebagai berikut:

- a. *Recall*, mengingat kembali rasa luka itu seobyektif mungkin, tidak berfikir bahwa pelakunya adalah orang jahat, dan tidak merasa kasian pada diri sendiri.
- b. *Empathize* atau berempati, yaitu berusaha memahami sudut pandang si pelaku memikirkan apa yang menyebabkan perilaku berbuat jahat.
- c. *Altruistic* atau berupa maaf, yaitu mengenang kembali kesalahan yang telah dilakukan, lalu merasa bersalah dan akhirnya memaafkan.
- d. *Commit*, yaitu tekad untuk memaafkan secara terbuka atau menulis surat untuk memaafkan pelaku.
- e. *Hold*, yaitu berpegang teguh pada pemaafan karena memaafkan bukanlah penghapusan melainkan merupakan perubahan pada kesan yang ditimbulkan kenangan.

Dalam hal ini peneliti lebih memilih menggunakan tahapan-tahapan dalam kemampuan memaafkan menurut Seligman (2002) terdapat lima tahapan dalam memaafkan, yaitu: *recall*, *empathize*, *altruistic*, *commit*, dan *hold*.

5) Aspek-Aspek Kemampuan Memaafkan

Menurut McCullough (1999), Aspek-aspek kemampuan memaafkan diantaranya yaitu:

- ### a. Avoidance Motivation

Semakin menurun motivasi untuk menghindari pelaku, membuang keinginan untuk menjaga kerenggangan (jarak) dengan orang yang telah menyakitinya.

c. Benevolence motivation

Sedangkan menurut Ransley (2004), dalam kemampuan memaafkan memiliki 3 aspek yaitu:

Meliputi partisipasi yang utuh dari dua pihak secara aktif mencari dan disambut baik oleh kedua pihak.

Melepaskan energi negatif yaitu kemarahan.

[illegible]

Meskipun sebenarnya korban punya hak untuk melakukan balas dendam tetapi korban memilih memberikan hadiah berupa belas kasihan yang sebenarnya tidak berhak diterima panca indera.

Dalam hal ini peneliti lebih memilih menggunakan aspek-aspek kemampuan memaafkan menurut McCullough (1999), yakni: *avoidance motivation*, *revenge motivation*, dan *benevolence motivation*.

6) Kemampuan Memaafkan Pada Remaja Akhir

Menurut Monks (2001), menyatakan bahwa remaja akhir adalah seseorang dengan rentang usia 19-21 tahun. Menurut Hurlock (1980), Remaja akhir merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa, dimana seseorang memiliki usia 18-21 tahun dan harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggalnya serta menjalin hubungan sosial yang baik sesuai tahap perkembangan.

Menurut Hurlock (2002), menyatakan bahwa istilah *adolescence* merupakan tumbuh menjadi lebih dewasa atau telah tumbuh menjadi kekuatan yang sempurna. Ali & Asrori (2006), menyatakan bahwa selama periode remaja akhir ini, remaja mulai memandang dirinya sebagai orang dewasa dan mulai mampu menunjukkan pemikiran, sikap, perilaku yang semakin dewasa.

Sedangkan menurut Hurlock (1991), adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja, yakni sebagai berikut: berusaha mampu

Menurut Ali & Asrori (2006), kebutuhan remaja dalam masa perkembangannya adalah kebutuhan akan kasih sayang, kebutuhan akan keikutsertaan dan diterima dalam kelompok, kebutuhan untuk berdiri sendiri, kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan akan pengakuan dari oranglain, kebutuhan untuk dihagai, dan kebutuhan untuk memperoleh falsafah hidup yang utuh.

[illegible]

Proses kemampuan memaafkan pada remaja akhir dipengaruhi oleh salah satu tugas perkembangan yakni mencapai kemandirian emosional. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anderson (2006), yang mengemukakan bahwa kemandirian emosional yang dimiliki oleh remaja akhir dapat mempengaruhi kemampuan memaafkan. Adanya kemampuan memaafkan pada remaja akhir dapat melepaskan semua beban penderitaan agar mereka tidak menyimpan dendam, menanggung beban pikiran dan perasaan sakit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja akhir yang dapat memaafkan mengalami penurunan kemarahan, kecemasan, dan depresi yang signifikan.

1) Pengertian Kualitas Persahabatan

[illegible]

memberikan dukungan emosional. Etika dua orang membangun persahabatan, mereka menghabiskan waktu bersama, berinteraksi pada situasi yang lebih bervariasi, yang rahasia, saling memberikan dukungan emosional, dan tidak mengikutsertakan orang luar dalam hubungan tersebut.

Menurut Sarwono 2002, menyatakan bahwa persahabatan adalah teman yang banyak melewati waktu bersama-sama, cenderung menyisihkan orang lain dari hubungan mereka, dan saling mendukung secara emosional, adanya persahabatan akan lebih akurat dalam menyimpulkan perasaan, pikiran serta kepribadian. Persahabatan juga lebih murah hati, lebih peka dan lebih jujur dari pada teman biasa.

Sedangkan pengertian kualitas persahabatan itu sendiri. Menurut Brendgen, Markiewicz, Doyle, Anna & Bukowski (2001), Kualitas persahabatan adalah suatu proses bagaimana fungsi persahabatan (hubungan pertemanan, pertolongan, keintiman, kualitas hubungan yang dapat diandalkan, pengakuan diri, rasa aman, secara emosional), terpuaskan.

Santrock (2003), menyatakan bahwa semakin besarnya kualitas persahabatan antar remaja menyebabkan remaja dituntut untuk mempelajari sejumlah kemampuan untuk hubungan dekat termasuk bagaimana cara untuk membuka diri sendiri dengan tepat,

Berndt (2002), mengistilahkan ciri-ciri persahabatan yang positif dan negatif sebagai kualitas persahabatan. Ciri-ciri positif dari kualitas persahabatan yang dimaksud yaitu pembukaan diri (*selfdisclosure*), keakraban (*intimacy*), dukungan dalam harga diri (*selfesteemsupport*), kesetiaan (*loyalty*), dan perilaku sosial (*prosocialbehavior*). Sedangkan ciri-ciri negatif dari kualitas persahabatan menurut Berndt (2002), adalah adanya persaingan dan konflik.

Dari penjelasan diatas mengenai kualitas persahabatan disimpulkan bahwa kualitas persahabatan adalah suatu tingginya hubungan emosional antar individu yang dilandasi oleh saling percaya, keintiman, saling berbagi, keterbukaan, dan memberikan dukungan.

Menurut Brendgen, Markiewicz, Doyle, & Bukowski mengungkapkan bahwa kualitas suatu hubungan persahabatan dipengaruhi oleh aspek-aspek yang dapat berfungsi baik. aspek-aspek tersebut antara lain:

a. Mendorong hubungan pertemanan (*Stimulating Companionship*)

Mengarahkan kepada aktifitas bersama yang membangkitkan kesenangan, kegembiraan dan gairah atau semangat.

b. Pertolongan (*help*)

Aspek ini mengarah pada penyediaan atau pemberian tuntutan, bantuan, pemberian informasi, saran dan bentuk bantuan lain yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan atau tujuan sahabatnya.

c. Keintiman (*intimacy*)

Aspek keintiman merupakan keadaan dimana individu bersifat peka terhadap kebutuhan dan kondisi sahabatnya. Selain itu terdapat dimensi untuk menerima sahabat apa adanya.

d. Kualitas hubungan yang dapat diandalkan (*reliabel alliance*)

Mengarah pada kesanggupan untuk mengandalkan keberadaan dan loyalitas sahabatnya. Selain itu aspek ini menunjukkan bagaimana konflik yang terjadi pada pasangan sahabat diselesaikan dengan baik.

e. Pengakuan diri (*self validation*)

Mengarah pada penerimaan orang lain untuk menyakinkan, menyetujui, mendengarkan, dan menjaga gambar diri sahabatnya sebagai sahabat yang kompeten dan berharga hal

ini sering dicapai dengan perbandingan sosial akan atribut serta kepercayaan seseorang.

f. Rasa aman secara emotional (*emotional security*)

Mengarah pada rasa aman dan keyakinan yang diberikan seseorang individu pada situasi-situasi yang baru atau mengancam sahabatnya.

Sedangkan menurut Parker & Asher (1993), menjelaskan enam aspek dalam kualitas persahabatan, diantaranya yaitu:

a. Dukungan dan kepedulian (*validation and caring*)

Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan kepedulian dukungan dan minat.

b. Konflik dan pengkhianatan (*conflict and betrayal*)

Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan argumen, perselisihan, rasa kesal, dan ketidakpercayaan.

c. Berkawan dan rekreasi (*companionship and recreation*)

Adalah sejauh mana menghabiskan waktu bersama dengan teman-teman baik didalam maupun diluar lingkungan sekolah

d. Pertolongan dan bimbingan (*help and guidance*)

Adalah sejauh mana teman-teman berusaha membantu satu sama lain dalam menghadapi tugas-tugas rutin dan menantang.

e. Pertukaran keakraban (*intimate change*)

Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan pengungkapan informasi pribadi dan perasaan. Pengungkapan informasi pribadi dan perasaan harus dilandasi dengan pemahaman diri sendiri sebelum mengungkapkan kepada orang lain.

f. Pemecahan masalah (*conflict resolution*)

Adalah sejauh mana perselisihan dalam hubungan diselesaikan secara efisien dan baik.

Dalam hal ini peneliti lebih memilih menggunakan enam aspek kualitas persahabatan menurut Parker & Asher (1993), yaitu: dukungan dan kepedulian, konflik dan penghianatan, berkawan dan rekreasi, pertolongan dan bimbingan, pertukaran keakraban, dan pemecahan masalah.

3) Faktor-faktor kualitas persahabatan

Menurut Sarwono (2002), mengungkapkan ada dua hal yang berpengaruh dalam pembentuka persahabatan, yaitu:

a. Kemiripan

Kemudian yang memperkuat hubungan antar pribadi adalah saling menilai positif sehingga timbul perasaan atau kesan suka sama suka antar kedua pihak. Ungkapan penilaian positif dapat dilakukan secara non lisan, yaitu melalui gerak, perubahan wajah, kedipan mata dan sebagainya atau lisan.

Salah satu faktor yang paling kuat dan paling banyak di pelajari adalah ketertarikan secara fisik. Aspek ini menjadi penentuan yang utama dari apa yang orang lain cari untuk membentuk sebuah hubungan. Apakah pertemanan atau perkenalan yang terus menerus berkembang tergantung pada ketertarikan secara fisik dari masing-masing individu.

b. Kesamaan

o.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Timbal Balik

Dalam hal ini peneliti memilih menggunakan faktor kualitas persahabatan menurut Baron & Byrne (2004), yakni: ketertarikan secara fisik, kesamaan, dan timbal balik.

C. Perenungan

1) Pengertian Perenungan

Menurut Nolen-Hoeksema, Wisco, dan Lyubormirsky (2008), perenungan adalah perhatian atau *atensi* yang berfokus secara kompulsif pada suatu hal (baik hal itu sendiri, penyebab hal tersebut, dan akibat dari hal tersebut). Sekilas perenungan terlihat serupa

Menurut Soesilo (2013), perenungan sendiri telah ditunjukkan dalam riset dan kajian klinis berhubungan dengan rasa marah, cemas dan depresif. Individu yang melakukan perenungan akan berpeluang besar terlibat dalam *unforgiveness* karena berakar pada emosi yang negatif.

2) Aspek-Aspek Perenungan

a. *Avoidance*

Adalah usaha untuk menghindari pikiran, emosi, dan ingatan yang berkaitan dengan kejadian tertentu dimasa lalu.

b. *Intrusion*

Adalah mengalami pikiran, emosi, ingatan yang mengganggu yang berkaitan dengan kejadian tertentu di masa lalu.

Namun dalam hal ini aspek yang digunakan hanya satu yakni *intrusion*. Dikarenakan untuk mengukur kemampuan memaafkan pada diri seseorang harus melihat apakah seseorang mengalami pikiran, emosi, dan ingatan yang berkaitan dengan kejadian tertentu dimasa lalu.

3) Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Perenungan

Menurut Treynor, Gonzalez, & Nolen-Hoeksema (2003), perenungan memiliki 2 faktor yaitu refleksi (*reflection*) yaitu proses dimana individu terlibat dalam masalah kognitif sehingga berusaha agar dapat menemukan proses pemecahan, dimana ini merupakan upaya dalam meringankan gejala sedih, namun dengan cara menekan permasalahan yang dirasakan. Kemudian *brooding* yaitu memikirkan hal-hal yang dapat membuat sedih (*brooding*), dengan melakukan proses dimana seseorang individu berada dalam keadaan pasif dan terus membandingkan situasi mereka saat ini untuk tujuan yang belum terpenuhi. Menurut Anderson (2012), Proses perenungan mencakup

pikiran negatif dan melibatkan *brooding* dan *reflection*, sering mengakibatkan dampak negatif.

4) Tahapan-Tahapan Perenungan

Menurut Nolen-Hoeksema (dalam Kastasasmita 2017), dari *response styles theory*, empat tahapan perenungan yang dapat menjadi hal negatif sehingga dapat mempengaruhi individu yaitu dengan diawali oleh penarikan kembali pikiran atau kenangan yang negatif sehingga memiliki dampak terhadap meningkatkan perasaan negatif, lalu adanya kesulitan dalam memecahkan masalah, kemudian adanya kesulitan dalam menemukan strategi pemecahan masalah, kurangnya dukungan sosial, dan akhirnya individu akan terus berada pada kondisi perenungan.

D. Hubungan Antara Kualitas Persahabatan, Perenungan, dan Kemampuan Memaafkan Pada Remaja Akhir

1. Hubungan Kualitas Persahabatan dan Kemampuan Memaafkan

Pada dasarnya kualitas persahabatan merupakan salah satu bentuk kualitas hubungan interpersonal (McCullough, 2000). Dimana tiap individu memiliki kualitas persahabatan yang berbeda-beda. Seseorang yang memiliki kualitas persahabatan tinggi akan

Menurut Rahmat (2014) sebuah penelitian menunjukkan bahwa seseorang akan lebih bahagia saat mengalami persahabatan dengan kualitas yang tinggi. Pendapat ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh McCullough, Worthington, dan Rachal (1997) bahwa kemampuan memaafkan selalu terjadi pada berbagai bentuk hubungan dan salah satunya adalah hubungan persahabatan. Dalam hal ini menunjukkan bahwa adanya keterkaitan antara hubungan persahabatan dengan kemampuan memaafkan. Dari hal tersebut dapat dikatakan bahwa persahabatan yang berkualitas tinggi dapat memunculkan proses kemampuan memaafkan.

ungan Perenungan dengan Kemampuan Memaafkan

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Soesilo (2013), dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa, individu yang melakukan perenungan akan berpeluang besar terlibat dalam *unforgiveness* karena berakar pada emosi yang negatif. Hal ini diketahui bahwa perenungan merupakan hubungan negatif dalam kemampuan memaafkan. Semakin tinggi perenungan dalam diri remaja akhir semakin rendah kemampuan memaafkan. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah perenungan akan semakin tinggi kemampuan memaafkan.

Menurut Maslow dalam teorinya lima hirarki kebutuhan yakni kebutuhan akan *love and belonging* yaitu kebutuhan akan dicintai dan mencintai (Alwisol, 2014). Dalam melakukan hubungan sosial tidak

[illegible]

banyak individu yang akhirnya memiliki kesalahan dengan individu lain dalam berinteraksi, baik kesalahan yang disengaja maupun tidak disengaja. Terjadinya suatu masalah kesalahfahaman dalam hubungan individu dapat merenggangkan hubungan kualitas persahabatan. Salah satu cara yang dapat mengembalikan kualitas persahabatan tersebut adalah dengan kemampuan memaafkan (Firmansyah, 2012).

Kemampuan memaafkan menjadi komponen yang sangat penting untuk menyelesaikan masalah dalam kehidupan remaja akhir. Gunarsa (2003), remaja akhir merupakan masa peralihan dan ketergantungan pada masa anak ke masa dewasa, dimana seseorang harus dapat berdiri sendiri. Sedangkan Santrock (2003), mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa krisis identitas dan mereka mengalami posisi yang ambigu. Hal yang demikian menyebabkan remaja menjadi tidak stabil, agresif, konflik antara sikap dan perilaku, kegoyahan emosional dan sensitive terlalu cepat dan gegabah untuk mengamabil tindakan yang ekstrim.

Tidak sedikit kasus kesalahfahaman yang berakibat fatal dalam kehidupan remaja akhir. Hal ini dikarenakan tidak banyak dari mereka yang mampu memberikan kemampuan dalam memaafkan. Selain kualitas persahabatan terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan memaafkan diantaranya adalah perenungan dalam diri individu.

Sejalan dengan penelitian Worthington dan Wade (1999), yang menjelaskan bahwa kualitas persahabatan dan perenungan menjadi faktor

Pemaafan akan terjadi ketika individu memiliki kualitas hubungan yang baik dan perenungan rendah kepada individu yang melanggar atau yang melakukan kesalahan. Menurut teori gaya respon, perenungan adalah cara menanggapi penderitaan yang terus berulang-ulang dan secara pasif sehingga berfokus pada gejala *distress* dan kemungkinan dapat menyebabkan konsekuensi dari gejala-gejala negatif. Perenungan tidak memberikan suatu pemecahan masalah yang baik. Sebaliknya, ketika individu melakukan perenungan maka efek yang ditimbulkan yaitu individu akan terpaku pada masalah dan perasaan negatif untuk mengambil suatu tindakan. Perenungan akan muncul pada individu yang berpikir lebih negatif tentang masa lalu, masa kini, dan masa depan (Nolen-Hoeksema, Wisco, Lyubomirsky, 2008).

Hipotesis penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan positif antara kualitas persahabatan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Artinya, semakin tinggi kualitas persahabatan maka semakin tinggi kemampuan memaafkan pada remaja akhir.
2. Terdapat hubungan negatif antaraperenungan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Artinya, semakin rendah perenungan maka semakin tinggi kemampuan memaafkan pada remaja akhir.
3. Terdapat hubungan kualitas persahabatan dan perenungan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Artinya, jika kualitas persahabatan tinggi dan perenungan rendah maka kemampuan memaafkan tinggi pada remaja akhir.

1. Variabel Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional untuk mencari hubungan antara kualitas persahabatan, perenungan dan kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel dependen dan variabel independen. Variabel dependen (terikat) adalah variabel yang menjadi perhatian utama dalam sebuah pengamatan dan dipengaruhi oleh adanya variabel bebas. Sedangkan variabel independen (bebas) adalah variabel yang dapat mempengaruhi variabel dependen dan mempunyai hubungan positif ataupun negatif (kuncoro, 2009).

1. Variabel bebas (X) adalah kualitas persahabatan sebagai variabel bebas (X1) dan Perenungan sebagai variabel bebas dua (X2).
2. Variabel terikat (Y) adalah kemampuan memaafkan.

2. Definisi Operasional

Definisi Operasional variabel penelitian ini adalah:

1. Kemampuan memaafkan merupakan kesediaan seseorang untuk meninggalkan amarah dan penilaian negatif pada seseorang yang telah melukai diri, dengan melibatkan pemikiran, perasaan, motivasi dan perilaku agar lebih positif. Kemampuan memaafkan dalam penelitian ini dapat diketahui dengan menggunakan skala kemampuan memaafkan oleh McChullough (1999) yang mengukur mengenai tiga aspek, yakni *avoidance motivation*, *revenge motivation*, dan *benevolence motivation*. Semakin tinggi skor akan menunjukkan bahwa kemampuan memaafkan tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor akan menunjukkan bahwa kemampuan memaafkan rendah.
2. Kualitas Persahabatan merupakan tingkat baik buruknya hubungan emosional antar individu yang dilandasi oleh rasa saling percaya, keintiman, saling berbagi, keterbukaan, dan saling memberikan dukungan. Kualitas persahabatan dalam penelitian ini dapat diukur dengan menggunakan skala menurut Parker & Asher (1993), yakni dengan aspek-aspek seperti dukungan dan kepedulian (*validation and caring*), konflik dan penghianatan (*conflict and betrayal*), berkawan dan rekreasi (*companionship and recreation*), pertolongan dan bimbingan (*help and guidance*), dan pertukaran keakraban (*intimate change*). Semakin tinggi skor akan menunjukkan bahwa kualitas persahabatan tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor akan menunjukkan bahwa kualitas persahabatan rendah.

1. Populasi

[illegible]

2. **Sampel**

Menurut Arikunto (2006) sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti. Arikunto (2006), menjelaskan apabila populasi kurang dari 100 maka sebaiknya sampel dapat diambil dari seluruh total populasi yang dapat disebut dengan penelitian populasi. Sedangkan jika jumlah populasi lebih dari 100 maka dapat diambil 10-15% atau 20-25% sebagai sampel penelitian. Berdasarkan ketentuan Arikunto (2006), peneliti menentukan jumlah sampel 15% dari total populasi sebagai sampel penelitian yakni sebanyak 99 mahasiswa.

3. Teknik Sampling

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan metode *random* dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiono (2002), *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Adapun pertimbangan tersebut adalah mahasiswa dengan kategori remaja akhir dengan rentang usia (18-21 tahun) dan memiliki sahabat. Menurut Baron & Byrne (2005), yang termasuk dalam kategori persahabatan adalah menghabiskan waktu bersama, berinteraksi dalam berbagai situasi dan saling memberikan dukungan emosional.

C. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2006), teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Dalam

penggunaan teknik pengumpulan data, peneliti memerlukan instrumen yaitu alat bantu agar pengerjaan pengumpulan data menjadi lebih mudah.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Skala atau Kuesioner

Pada penelitian ini peneliti menggunakan instrument berupa skala atau kuesioner yang terdiri dari skala kualitas persahabatan, perenungan, dan kemampuan memaafkan. Dalam penelitian ini model skala yang digunakan adalah model skala likert.

Model skala likert, merupakan model dimana variabel penelitian dijadikan titik tolak penyusunan item-item *instrument*. Jawaban dari setiap instrument ini memiliki gradasi dari tertinggi (sangat positif) sampai terendah (sangat negatif), dengan empat kategori jawaban, yaitu “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Tidak Sesuai” (TS), “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Selanjutnya, subjek diminta untuk memilih salah satu dari pilihan jawaban yang masing-masing jawaban menunjukkan kesesuaian pernyataan yang diberikan dengan keadaan yang dirasakan oleh subjek.

Model skala *likert* ini terdiri dari pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*). Penskoran tertinggi pada pernyataan positif (*Favorable*), diberikan pada pilihan sangat sesuai dan terendah pada pernyataan sangat tidak sesuai. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* skor tertinggi diberikan pada pilihan jawaban sangat tidak sesuai dan skor terendah

diberikan untuk pilihan sangat sesuai. Informasi tentang perhitungan skor tiap pilihan jawaban, akan dijabarkan seperti pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1
Format Model Skala Likert

Alternatif Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Tabel di atas menjelaskan bahwa pilihan jawaban tersebut dalam model skala likert dibagi dengan rentang skala empat poin, yaitu dari “4” (Sangat Sesuai), “3” (Sesuai), “2” (Tidak Sesuai), “1” (Sangat Tidak Sesuai), dengan tujuan untuk memudahkan responden dalam menjawab.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala perenungan dengan kemampuan memaafkan peneliti menggunakan skala modifikasi oleh Wardani (2016), dengan judul penelitian *rumination* dan *forgiveness* remaja akhir dalam hubungan persahabatan. Uji reliabilitas untuk skala dimensi perenungan sebesar 0,649. Serta uji reliabilitas untuk skala kemampuan memaafkan sebesar 0,879.

Sedangkan skala kualitas persahabatan modifikasi oleh penelitian Pranata (2017), dengan judul peningkatan karakter bersahabat melalui layanan bimbingan klasikal dengan pendekatan *experiential learning*. Berdasarkan uji reliabilitas, didapatkan nilai koefisien *alpha cronbach* pada skala kualitas

Azwar (2004), mengatakan bahwa uji validitas dikatakan mempunyai validitas baik apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat. Pernyataan pada masing-masing butir telur dapat dilihat dari nilai *corrected item-total correlation* pada masing-masing butir pernyataan aitem. Adapun syarat minimum untuk dianggap memenuhi syarat validitas adalah apabila nilai r_{it} diskriminasi aitem sama dengan atau lebih dari 0,3. Jadi apabila korelasi antara butir dengan skor total kurang dari 0,3 maka butir dalam instrument tersebut dinyatakan gugur dan tidak dapat digunakan instrument data (Azwar, 2013).

Skala Kemampuan memaafkan ini bukan pertama kalinya diuji cobakan sebelumnya sudah pernah dilakukan *try out*. Dalam hal ini, peneliti menggunakan skala kemampuan memaafkan modifikasi oleh Wardani (2016)

Tabel 5.

Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Kemampuan Memaafkan

Aitem	Corrected Aitem-Total Correlation	terangan
1	0,508	lid
2	-0,279	gur
3	0,606	lid
4	0,413	lid
5	0,476	lid
6	0,398	lid
7	-0,033	gur
8	0,511	lid
9	0,667	lid
10	0,605	lid
11	-0,072	gur
12	0,364	lid
13	-0,032	gur
14	-0,089	gur
15	0,418	lid
16	0,600	lid
17	0,535	lid
18	0,467	lid
19	-0,064	gur
20	0,307	lid
21	0,616	lid

Berdasarkan tabel 5, hasil uji skala kemampuan memaafkan dari 21 aitem terdapat 15 aitem yang memiliki daya diskriminasi lebih dari 0,3 yaitu aitem nomor 1, 4, 5, 6, 9, 20, dan 21 dari aspek *avoidance motivation*, aitem 15, 16, dan 18 dari aspek *revenge motivation*, dan aitem 3, 8, 10, 12, dan 17 dari aspek *benevolence motivation*.

Tabel 6.

Distribusi Aitem Skala Kemampuan memaafkan setelah Dilakukan TryOut

Kategori	Indikator	No Butir		Σ
		F	UF	
<i>avoidance motivation</i>	penurunan motivasi untuk membalas dendam.	1, 6, 20, 9, 21	7	7
<i>revenge motivation</i>	motivasi untuk menghindari pelaku yang telah menyakiti.	16, 18	3	3

<i>eviolence motivation</i>	nampuan untuk yang telah menyakiti.	memaafkan orang-orang	8, 10, 12, 17	5
mlah Item			13	2 15

b. Uji Validitas *Try Out* Kualitas Persahabatan

Berdasarkan tabel 6, pada hasil uji skala kualitas persahabatan ini bukan pertama kalinya diuji cobakan sebelumnya sudah pernah dilakukan *try out*. Dalam hal ini, peneliti menggunakan skala kualitas persahabatan modifikasi oleh Pranata (2017).

Tabel 7.
Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Kualitas Persahabatan

Item	Corrected Aitem-Total Correlation	eterangan
	-0,500	guru
	0,029	guru
	0,174	guru
	0,223	guru
	0,421	lid
	0,677	lid
	0,697	lid
	0,821	lid
	0,899	lid
	0,935	lid
	0,939	lid
	0,968	lid
	0,957	lid
	0,954	lid
	0,925	lid
	0,961	lid
	0,962	lid
	0,971	lid
	0,982	lid
	0,970	lid
	0,969	lid
	0,976	lid
	0,985	lid

Berdasarkan tabel 7, menunjukkan bahwa hasil uji skala Kualitas Persahabatan dari 23 aitem terdapat 19 aitem yang memiliki

E. Analisis Data

[illegible]

variabel tergantung (*dependent variable*). Dengan menggunakan dua atau lebih variabel bebas (*independent variable*) (Muhid, 2012).

Sebelum melakukan analisis data, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dan linieritas merupakan syarat sebelum dilakukannya pengujian nilai korelasi, dengan maksud agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran yang seharusnya ditarik.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah variabel penelitian ini terdistribusi secara normal atau tidak. Data yang layak digunakan sebagai data penelitian adalah data yang terdistribusi secara normal. Uji ini menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov dengan kaidah yang digunakan bahwa apabila signifikansi > 0.05 maka dikatakan distribusi normal, begitu pula sebaliknya jika signifikansinya < 0.05 maka dikatakan distribusi tidak normal. Uji normalitas sebaran ini menggunakan bantuan program komputer *Statistical Package For Science (SPSS)* versi 16.0

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel kemampuan memaafkan, kualitas persahabatan, dan perenungan memiliki hubungan yang linier, antara variabel bebas dengan variabel terikat. Selain itu, uji linieritas ini juga diharapkan dapat mengetahui

A. Hasil Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah 99 mahasiswa fakultas psikologi dan kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya. Dengan kategori umur 18-21 tahun dan memiliki sahabat. Selanjutnya akan dijelaskan mengenai gambaran sampel berdasarkan usia, semester, dan jenis kelamin.

Peneliti mengelompokan data responden berdasarkan jenis usia. Dalam hal ini peneliti menggunakan kategori usia 18-21

Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Peneliti mengelompokkan data responden berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan, maka hasilnya dapat diketahui pada tabel berikut ini:

Tabel 14
Distribusi sampel penelitian berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	80	80,2%
Perempuan	80	80,8%

Berdasarkan data tabel 14, diketahui bahwa jenis kelamin perempuan dengan jumlah frekuensi lebih tinggi yaitu 80 orang atau mendapat presentase sebesar 80,8% . sedangkan pada jenis kelamin laki-laki dengan jumlah frekuensi lebih rendah yaitu 80 orang atau mendapat presentase sebesar 80,2%.

Peneliti mengelompokkan data responden berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan, maka hasilnya dapat diketahui pada tabel berikut ini:

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	12	20%
Pemampuan	18	30%

Berdasarkan data tabel 14, diketahui bahwa jenis kelamin perempuan dengan jumlah frekuensi lebih tinggi yaitu 80 orang atau mendapat presentase sebesar 80,8% . sedangkan pada jenis kelamin laki-laki memperoleh frekuensi sebesar 19 orang atau mendapat presentase sebesar 19,2%.

B. Deskripsi Dan Reliabilitas Data

Tujuan dari analisis deskriptif adalah untuk mengetahui deskripsi suatu data seperti rata-rata, standard deviasi, varians, dan lain-lain. berdasarkan hasil analisis *descriptive statistic* dengan menggunakan program SPSS *for windows* versi 16.00 dapat diketahui skor minimum,

Berdasarkan hasil uji prasyarat data yang dilakukan melalui uji normalitas sebaran variabel. Variabel kemampuan memaafkan, kualitas persahabatan, dan perenungan diperoleh nilai signifikan sebesar $0,618 > 0,05$, semuanya dinyatakan normal. Demikian juga dengan melalui uji linieritas hubungan ketiga variabel dinyatakan korelasinya linier. Hal ini menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut memiliki syarat untuk dianalisis menggunakan teknik korelasi regresi linier berganda.

Pada penelitian ini, untuk mengetahui hubungan antara variabel kualitas persahabatan, perenungan dengan kemampuan memaafkan maka harus diuji dengan analisis linier berganda dengan bantuan program SPSS for windows versi 16.00 dan didapatkan hasil sebagai berikut:

	Mean	Std. Deviation	N
Kemampuan Memaafkan	45,5253	5,37823	99
Kualitas Persahabatan	57,5960	5,43030	99
Perenungan	18,7071	1,81969	99

	Mean	Std. Deviation	N
Kemampuan Memaafkan	45,5253	5,37823	99
Kualitas Persahabatan	57,5960	5,43030	99
Perenungan	18,7071	1,81969	99

Dari tabel 22 yakni *Descriptive Statistic*, memberikan informasi tentang mean, standar deviasi, banyaknya data dari variabel-variabel independent dan dependent.

1. Rata-rata mean dengan jumlah subjek (N) 99 pada variabel Kemampuan Memaafkan adalah 45,5253 dan standard deviasi 5,37823.
2. Rata-rata mean dengan jumlah subjek (N) 99, pada variabel Kualitas Persahabatan adalah 57,5960 dan standard deviasi 5,43030.
3. Rata-rata nilai mean dengan jumlah subjek (N) 99 pada variabel Perenungan adalah 18,7071 dan standard deviasi 1,81969.

Tabel 23
Correlation Kualitas Persahabatan, Perenungan dan Kemampuan Memaafkan

		Kemampuan Memaafkan	Kualitas Persahabatan	Perenungan
Pearson Correlation	Kemampuan Memaafkan	1,000	0,542	-0,338
	Kualitas Persahabatan	0,542	1,000	0,241
	Perenungan	-0,338	0,241	1,000
	Sig. (1-tailed)	.	0,000	0,000
Sig. (1-tailed)	Kemampuan memaafkan	0,000	.	0,008
	Kualitas Persahabatan	0,000	0,008	.
	Perenungan	99	99	99
	N	99	99	99

1. Korelasi antara Kemampuan Memmaafkan (Y) dengan skor Kualitas Persahabatan (X1) adalah :

2. Korelasi antara Kemampuan Memmaafkan (Y) dengan skor Perenungan (X2) adalah :

3. Korelasi antara Kualitas Persahabatan (X1) dengan Perenungan (X2) adalah :

Dari tabel tersebut diperoleh besarnya korelasi 0,241 dengan signifikansi 0,008. Karena signifikansi $< 0,05$ maka H_0

Tabel 26
Anova

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	963,002	2	481,501	24,697	0,000 ^a
	Residual	1871,685	96	19,497		
	Total	2834,687	98			

a. Predictors: (Constant), Perenungan, Kualitas Persahabatan
b. Dependent Variable:Kemampuan Memaafkan

Pada tabel 26 yakni Anova, diperoleh F hitung sebesar 24,697, dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$. Berarti model regresi yang di peroleh nantinya dapat di gunakan untuk memprediksi Kemampuan memaafkan.

Tabel 27
Coefficient

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	5,444	5,931		0,918	0,008
	Kualitas Persaha- b a t a n P e r e n u n g a n	0,485	0,085	0,489	5,725	0,000
a. Dependent Variable: Kemampuan Memafkan						

Pada tabel yaitu sebagai berikut:

$$Y \text{ (Kemampuan Memaafkan)} = 5,444$$

$$X1 \text{ (Kualitas Persahabatan)} = 0,485$$

$$X2 (Perenungan) = -0,351$$

Skor Kemampuan Memaafkan = 5,444, skor Kualitas Persahabatan = 0,485 dan skor Perenungan = -0,351.

Terdapat hubungan antara kualitas persahabatan dan kemampuan memaafkan, dengan besarnya korelasi 0,542 dan nilai signifikansi 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 yang berarti bahwa H_a diterima, artinya terdapat hubungan positif antara kualitas persahabatan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir.

Terdapat hubungan antara Perenungandan Kemampuan Memaafkan, dengan besarnya korelasi $-0,338$ dan nilai signifikansi $0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari $0,05$ yang berarti bahwa H_a diterima, artinya terdapat hubungan negatif antara Perenungandan Kemampuan Memaafkan pada remaja akhir.

Jika dilihat dari tabel Anova diperoleh F hitung sebesar 24,697. Maka dengan menggunakan tingkat keyakinan 95%, $\alpha=5\%$, df 1 (jumlah variabel - 1) = 2, dan df 2 ($n - k - 1$) atau $99 - 2 - 1 = 96$ (n adalah jumlah responden dan k adalah jumlah variabel independen), hasil diperoleh untuk F tabel sebesar 3,09 maka nilai hitung F hitung $>$ F tabel ($24,697 >$

Pada penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menguji hubungan antara kualitas persahabatan, perenungan dan kemampuan memaafkan pada remaja akhir yakni mahasiswa dengan rentang usia(18-21 tahun) di Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya.

Hasil penelitian yang didapatkan dari uji hipotesis dengan analisis regresi linier berganda menemukan adanya hubungan antara kualitas persahabatan, perenungan dan kemampuan memaafkan pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang terdapat korelasi sebagai berikut :

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari hipotesis penelitian menunjukkan bahwa :

[illegible]

Angraini dan Cucuani (2014), menganggap bentuk kualitas persahabatan berpengaruh besar pada pemaafan, karena masing-masing individu yang menjalin persahabatan memiliki sifat dan karakteristik berbeda dalam menghadapi permasalahan dan cara menyelesaikannya. Menurut Bordens dan Horowitz (2008), McCullough menganggap bahwa kemampuan memaafkan merupakan perubahan motivasi negatif ke motivasi positif dalam memelihara suatu hubungan.

[illegible]

kelamin. Dengan hasil penelitiannya yang menunjukkan bahwa lebih tinggi tingkat kualitas persahabatan perempuan daripada laki-laki.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Burks, Dodge, Price, dan Buhrmeter (dalam Angraini dan Cucuani, 2014), yang menjelaskan bahwa pengalaman persahabatan sebenarnya lebih penting bagi anak perempuan hal ini karena persahabatan anak perempuan lebih intim dan melibatkan pengungkapan yang lebih akrab antar pribadi dari pada anak laki-laki. Namun, dalam penelitian ini tidak terdapat perbedaan pemaafan remaja akhir di tinjau dari jenis kelamin.

Uji Hipotesis 2, terdapat hubungan antara Perenungandan Kemampuan Memaafkan, dengan besarnya korelasi $-0,338$ dan nilai signifikansi $0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari $0,05$ yang berarti bahwa H_a diterima, artinya terdapat hubungan negatif antara Perenungandan Kemampuan Memaafkan pada remaja akhir.

Menurut Soesilo (2013), dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa, individu yang melakukan *perenungan* berpeluang besar terlibat dalam *unforgiveness* karena berakar pada emosi yang negatif. Hal ini diketahui bahwa perenungan merupakan hubungan negatif dalam kemampuan memaafkan. Semakin tinggi *perenungan* dalam diri remaja akhir semakin rendah kemampuan memaafkan. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *perenungan* semakin tinggi kemampuan memaafkan.

Hal ini membuktikan bahwa perenungan dan kemampuan memaafkan memiliki hubungan negatif dan dapat diamati serta bereaksi terhadap bahaya interpersonal. Mengingat kembali peristiwa menyakitkan dapat mempengaruhi kemungkinan besar peristiwa perenungan dan sulitnya memaafkan dalam diri seseorang. Menurut Nolen Hoeksema, & E. Wisco (2008), menyatakan bahwa proses perenungan sering menyebabkan hal yang negatif dimana ada kemungkinan termasuk gejala depresi, ketidakberdayaan, dan menimbulkan gejala stress dalam proses *unforgiveness*.

[illegible]

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya dengan kategori Remaja Akhir (18-21 Tahun) dan memiliki sahabat. Data demografi subjek yang menjadi responden penelitian ini yakni usia, semester dan jenis kelamin.

[illegible]

sebesar 46,667. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kemampuan memaafkan meskipun perbedaan tidak terlalu signifikan.

Dari hasil tabel tersebut peneliti menemukan bahwa semakin tinggi usia seseorang, semakin seseorang dewasa dalam mencapai kemandirian emosional yang dapat berdampak pada kemampuan memaafkan yang dimiliki oleh remaja akhir. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Paramitasari dan Alfian (2012), yang menunjukkan bahwa adanya kemampuan memaafkan meningkat seiring dengan kematangan usia dalam diri seseorang. Jika remaja dengan kematangan usia lebih tinggi, maka kecenderungan memaafkannya juga tinggi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anderson (2006), bahwa kemandirian emosional yang dimiliki oleh remaja akhir dapat mempengaruhi kemampuan memaafkan. Kemampuan memaafkan pada remaja akhir dapat melepaskan semua beban penderitaan agar mereka tidak menyimpan dendam, menanggung beban pikiran dan perasaan sakit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang dapat memaafkan mengalami penurunan kemarahan, kecemasan, dan depresi yang signifikan.

Selanjutnya dari tabel kategori semester yaitu 33 responden semester 3 diperoleh hasil mean 44,7576, 23 responden semester 5 dengan hasil mean 44,8261, dan 43 responden semester 7 dengan hasil

mean 46,2558. Dari hasil tersebut dapat diketahui nilai rata-rata tertinggi dari variabel Kemampuan memaafkan ada pada responden yang semester 7 dengan nilai *mean* sebesar 46,2558.

Sedangkan dari tabel penelitian berdasarkan kategori jenis kelamin diketahui bahwa 19 responden laki-laki dengan nilai mean 45,4211 dan 80 responden perempuan dengan nilai mean sebesar 45,550. Dari hasil tersebut dapat diketahui nilai rata-rata tertinggi dari variabel kemampuan memaafkan ada pada jenis kelamin responden perempuan. Meskipun terdapat perbedaan jika dilihat dari jenis kelamin responden namun, perbedaan tidak terlalu signifikan.

Menurut Agustina (2010), perbedaan antara laki-laki dan perempuan merupakan prinsip yang universal dalam masyarakat, dimana keduanya memiliki perbedaan dari beberapa segi baik fisik, karakteristik dan emosi, perempuan umumnya lebih bersifat tidak agresif, memelihara, lemah lembut dan keibuan sehingga cenderung sensitif sedangkan laki-laki cenderung bersifat agresif dan penuh daya serang untuk menguasai situasi ruang lingkup hidupnya.

Sebuah penelitian dilakukan oleh Departemen Psikologi *Univercity of Alberta* di Kanada (dalam Nurchayani, 2011) menyatakan bahwa subjek berjenis kelamin perempuan memiliki kematangan diri yang tinggi dan cepat dibandingkan dengan subjek berjenis kelamin laki-

laki, hal ini dikarenakan perempuan lebih mudah mengatur kesejahteraan psikologis mereka.

Sementara, sebuah studi terbaru yang dilakukan di *University of the Basque Country*, menemukan bahwa perempuan dinyatakan lebih mudah memaafkan bila dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan dinilai memiliki kapasitas empati yang jauh lebih besar bila dibandingkan dengan laki-laki (dalam Nurchayani, 2011).

Penelitian yang sejalan juga dilakukan oleh penelitian yang dilakukan oleh Allemand(2007) yang menjelaskan bahwa perempuan lebih mudah dalam memaafkan dari pada laki-laki karena perempuan lebih memiliki sifat kepedulian yang bari dari pada laki-laki.Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Webb (2005) yang menyatakan bahwa perempuan mempunyai kepedulian yang baik dan pemaafan yang tinggi dibanding dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan lebih mudah terbawa perasaan dengan dirinya sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitarnya sehingga perempuan lebih mudah untuk menjaga hubungan baik dan memaafkan orang lain.

Namun, pada beberapa penelitian lain ditemukan adanya hasil penelitian yang bertentangan dengan hasil penelitian ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Ilsan dan Stefanus (2013), menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin, baik laki-laki maupun perempuan dengan pemaafan.

Hasil penelitian ini searah dengan penelitian yang sebelumnya pernah dilakukan oleh McCullough, Sandage, Brown, Rachal, Worthington, Hight (1998) di mana diperoleh hasil yang serupa, yaitu tidak ditemukannya perbedaan antara jenis kelamin, baik pada laki-laki maupun pada perempuan dalam hasil penelitiannya.

Namun demikian kebutuhan *love and belonging* antara laki-laki dan perempuan tetap memiliki kesetaraan baik laki-laki dan perempuan ingin mendapatkan kasih sayang, dari keluarga, teman dekat, pasangan maupun anak. Selain itu, seseorang juga membutuhkan untuk menjadi bagian dari kelompok masyarakat tertentu (Alwisol, 2014). Sehingga, dapat diketahui bahwa salah satu bentuk kebutuhan *love and belonging* yaitu individu menjalin sebuah hubungan yang biasa disebut persahabatan untuk mendapatkan kasih sayang terhadap sesamanya.

Berdasarkan penjelasan di atas dari penelitian ini, diketahui bahwa kualitas persahabatan dan perenungan memberikan kontribusi kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Dengan kata lain tinggi atau rendahnya proses kemampuan memaafkan pada remaja akhir berkaitan dengan bagaimana kualitas persahabatan dan perenungan dalam diri remaja akhir. Kemudian dari penelitian ini secara terpisah diketahui bahwa adanya kualitas persahabatan dan perenungan sama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil dari pengolahan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa Kualitas Persahabatan, Perenungan, dan Kemampuan Memmaafkan terbukti memiliki hubungan yang signifikan. Ketiga hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima.

Hipotesis pertama, menyatakan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara kualitas persahabatan dan kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kualitas persahabatan maka semakin mudah remaja akhir dalam memaafkan. Artinya hipotesis satu diterima.

Hipotesis kedua yakni, hubungan antara perenungan dan kemampuan memaafkan juga memiliki hubungan yang signifikan artinya terdapat hubungan negatif antara perenungan dan kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Semakin rendah *perenungan* dalam diri remaja akhir semakin mudah remaja akhir dalam memaafkan. Dalam hal ini hipotesis dua diterima.

Selanjutnya hipotesis terakhir yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas persahabatan dan perenungan dengan kemampuan memaafkan pada remaja akhir. Artinya semakin tinggi kualitas persahabatan dan adanya perenungan yang rendah akan dapat

mempermudah proses kemampuan memaafkan dalam diri remaja akhir.

Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan di dalamnya. Untuk itu, ada beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan terkait dengan penelitian yang serupa, yaitu:

a. Remaja Akhir

Diharapkan dapat memiliki pemahaman mengenai pentingnya menjaga kualitas persahabatan dan perenungan yang dapat berdampak pada kemampuan memaafkan. Sehingga remaja akhir mampu menjaga kualitas persahabatan dengan sesamanya dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan agar mencermati faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kemampuan memaafkan seperti latar belakang kehidupan sosial yang dimiliki oleh setiap individu. Untuk melihat kehidupan individu dengan latar belakang pesantren apakah jauh lebih mudah memaafkan dari pada individu yang tidak pernah berada dalam lingkungan pesantren.

- Baumeister, R. P., Exiine, J. J., and Sommer, K. L. (1998) "*The Victim Role, Grudge Theory, and Two Dimensions of Forgiveness*". Philadelphia: The Templeton Foundation Press.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Berndt. T, J. (2002). *Friendship Quality And Social Development. Departement Of Psychological Sciences. Vol. 11, No. 1.*
- Enright. (2001). *Forgiveness is Choice*. Washington DC: America Psychological Association.
- Enright, R. D. (2002). *Forgiveness Is a Choice: AG Step-by-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope*. Washington DC: American Psychological Association.
- Fuad Nashari. (2011). *Meningkatkan Kuslitas Hidup Dengan Pemaafkan*. *Unisia. Vol. XXXIII, No. 75.*
- Fehr, R. Gelfand, M, J. & Nag, M. (2010). *The Road to Forgiveness: A Meta-Analytic Synthesis of Its Situational and Dispositional Correlates. Psychological Bulletin. 136:55, 894-914.*
- Firmansyah, Furqon. (2012). *Hubungan Religiusitas (Keberagaman) Dengan Forgiveness (Memaafkan) Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Malang Yang Tinggal Di Ma'had Sunan Ampel Al'aly*. *Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Fakultas Psikologi.*
- Gunarsa, S.(2003). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hurlock. B, Elizabeth. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta. Penerbit: Erlangga
- Hurlock. B, Elizabeth. (2002). *Psikolgi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Hoeksema.Nolen.& Wisco, E. (2008).*Rethinking Perenungan. Perspectives On Psychological Science. Department Of Psychology: Yale University.*

- Jeni L. Burnette, Don E. Davis, Jeffrey D. Green, Everett L. Worthington Jr. & Erin Bradfield. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms: The mediating role of perenungan, empathy, and forgiveness. *Personality And Individual Differences* 46. 276-280.
- Kumar, S. M. (2009). *The mindful path through worrying and perenungan: Letting go anxious and depressive thoughts*. Oakland, CA: New Harbinger Publication.
- Kastasmita, Sandi. (2017). Hubungan antara school Well-being dengan Perenungan. (Relationship between School Well-Being and Perenungan).
- Kompas.com. (2014). Ada Apa Dengan Hafid, Assyifa, dan Ade Sara. <http://megapolitan.kompas.com/read/2014/03/08/1055059/Ada.Apa.Dengan.Hafid.Assyifa.dan.Ade.Sara>. Diakses tanggal 17 Oktober 2017.
- Kusprayogi, Y. & Nashori, F. (2016). Kerendahan hati Dan Pemaafan Pada Mahasiswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol.1 No.1, November 2016, 12-29.
- Kurniati, N, M. (2009). *Memaafkan : Kaitannya Dengan Empati Dan Pengelolaan Emosi*. ISSN: 1885-2559. Vol. 3 oktober 2009.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking Perenungan. *Perspective on Psychological Science*, 3(5), 400-424.
- Martin, A.D. (2003). *Emotional Quality Management: Refleksi, Revisi dan Revitalisasi Hidup Melalui Kekuatan Emosi*. Jakarta; Penerbit Arga.
- McCullough, M. E. (1999). *Forgiveness as Human Strength. Theory Measurement and Links to Well Being*. *Journal of Social and Clinical Psychology* Spring.
- McCullough, M, E. (2000). Forgiveness As Human Strength: Theory, Measurement, And Links To Well-Being. *Journal Of Personality And Clinical Psychology*. 19:(1). 46.
- McCullough, M, E. Bomo, G. & Root, Lindsey, M. (2007). *Perenungan, Emotion, and Forgiveness: Three Longitudinal Studies*. *Journal Of Personality and social Psychology*. Vol.92, No.3, 490-505.

- Monks, F. J. (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Muhid, Abdul. (2012). *Analisis Statistik*. Sidoarjo: Zifatama.
- Paramitasari, R. & Alfian, I. N. (2012). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Memafkan Pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*. Vol.1, No.02.
- Parker, J. G. & Asher, S. R. (1993). Friendship And Friendship Quality In Middle Childhood: Links With Peer Group Acceptance And Feelings Of Loneliness And Social Dissatisfaction. *Journal Of Developmental Psychology*. Vol.29 (4). 611-621.
- Rahmat, Wahyu. (2014). Pengaruh Tipe Kepribadian Dan Kualitas Persahabatan Dengan Kepercayaan Pada Remaja Akhir. *eJournal Psikologi*, 2(2) : 206-216.
- Ransley, Cynthia & Stryker, Terri. (2004). *Forgiveness and The Healing Process* New York. Brunner Routledge USA.
- Raudatussalamah & Susanti, R. (2014). Pemaafan (Forgiveness) Dan Psychological Wellbeing Pada Narapidana Wanita. *Marwah*, Vol. XIII, No.2.
- Sarwono, S. W. (2002.) *Psikologi Sosial. Individu Dan Teori-Teori Sosial*. Jakarta : PT. Balai Pustaka.
- Santrock, J. W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sumsel, Tribun. (2014). *Dua pelajar duel di sekolah*. Palembang. 25 September. hal: 6.
- Sugiyono. (2002). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Soesilo, Aloysius. (2013). *Pemaafan (Forgiveness), Rasa Keadilan, Rekonsiliasi, Dan Konflik Sosial*. Pemaafan: Wacana dan Tindakan. Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Soegijapranata.

- Tondok, M. S. (2008). Menyampah dari Perspektif Psikologi (1). *Artikel, dipublikasikan pada Harian Surabaya Post, 13 Juli 2008.*
- Treynor, Gonzalez. & Nolen-Hoeksema. (2003). Perenungan Reconsidered: A Psychometric Analysis. *Cognitive Therapy and Research*. Vol. 27, No. 3, pp. 247-259.
- Wardani, K, A. (2016). Perenungan Dan Forgiveness Remaja Akhir Dalam Hubungan Persahabatan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Withvliet, C, V, O. Hofelich Mohr, A, J..Hinman, N, G. & Knoll, R, W. (2015). Transforming Or Restraining: The Impact Of Compassionate Reappraisal Versus Emotion Suppression On Empathy, Forgiveness, And Affective Psychophysiology. *Journal Of Positive Psychology*. 10, 248-261.
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness Is An Emotion-Focused Coping Strategy That Can Reduce Health Risks And Promote Health Resilience: Theory, Review, And Hypotheses. *Psychology & Health*, 19(3), 385–405.
- Worthington, E. L. & Wade. (1999). *The Pyramid Mode of Forgiveness*. Some Interdeplinary Speculation about *Forgiveness*. Philadelphia : Templeton Press.
- Yulianti, A. (2010). Analisis Pengaruh Karakteristik Mahasiswa dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik (Kasus Mahasiswa Program Sarjana Manajemen Penyelenggaraan Khusus, Departemen Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Manajemen, Institut Pertanian Bogor). *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Ekonomi dan Manajemen, Institut Pertanian Bogor.
- Zuanny, I, P. & Subandi. (2016). Terapi Pemaafan Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Warga Bimaan Pemasarakatan Di Lembaga Pemasarakat. *Jurnal Psikoislamedia*. ISSN: 2503-3611. Vol.1 No.1.
- Zeihmeister, J, S. Garcia. S. Romero. C. & Vas. S, N. (2004). Don,t apologize unless you mean it: a laboratory invertigation of forgiveness and retaliation. *Journal of social & psychology*. Vo. 23 Issue 4, hal: 532.