

SKRIPSI

PERAN PEMAAFAN TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA



Disusun Oleh :

DEA PUTRI INDARWIDANING

NIM. 155120307111080

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS BRAWIJAYA

2019

LEMBAR PENGESAHAN

Peran Pemaafan terhadap Kepuasan Hidup pada Mahasiswa

SKRIPSI

Disusun Oleh :

Dea Putri Indarwidaning

NIM. 155120307111080

Telah disetujui dan dinyatakan lulus dalam ujian sarjana

Pada tanggal 19 Juni 2019

Tim Penguji
Ketua Majelis Sidang Penguji,

Ika Herani, S.Psi., M.Si., Psi

NIP. 197706282008122002

Ketua Penguji

Anggota Penguji,

Nur Hasanah, S.Psi., M.Si.
NIP. 197404022008012012

Dr. Intan Rahmawati, S.Psi., M.Si.
NIK. 2008038210102001

Malang, 18 JUL 2019

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Dekan

Prof. Dr. Unti Ludigdo, Ak

NIP. 196908141994021001



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyelesaian Skripsi yang berjudul “Peran Forgiveness terhadap Life Satisfaction pada Mahasiswa S1” dengan baik. Tugas akhir skripsi ini disusun guna memenuhi kewajiban serta merupakan penutup dari segala proses panjang penulis selama menempuh pendidikan Strata-1 di Jurusan Psikologi Universitas Brawijaya Malang. Sehubungan dengan selesainya Skripsi ini, penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, Skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik. Maka dengan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Unti Ludigdo, Ak., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya Malang.
2. Cleoputri Al Yusainy, S. Psi., M. Psi., Ph.D., selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Brawijaya Malang.
3. Ika Herani, S.Psi., M.Psi., selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberi banyak masukan, perbaikan, doa, saran, tenaga, serta motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.

4. Nur Hasanah, S.Psi., M.Si., selaku ketua penguji yang telah menyempatkan waktu untuk menguji dan memberikan ilmu serta mengoreksi kembali laporan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik lagi.
5. Dr. Intan Rahmawati, S.Psi., M.Si., selaku anggota penguji yang telah menyempatkan waktu untuk menguji dan memberikan ilmu serta mengoreksi kembali laporan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik lagi.
6. Bapak Catur Prabowo Widodo dan Ibu Atminingsih Widodo, orangtua penulis yang senantiasa mendoakan, mendukung, dan memberikan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Dodi Angganar Ekasatra, kakak satu-satunya yang sangat penulis sayangi yang selalu memberi semangat dan dukungan penuh kepada penulis.
8. Wahyu Ananta, yang selalu menemani, menyemangati, dan mendukung penulis untuk menyelesaikan skripsi hingga selesai.
9. Desy, Fira, Kak Silvi, dan juga Kak Dika selaku teman sekaligus tim kelompok skripsi yang senantiasa bertukar pendapat, bekerja sama, dan berjuang bersama demi menuntaskan kewajiban menyelesaikan skripsi ini.

10. Desy Puspitasari, Nadya Deni Rahmaningtyas, dan Intan Ayu Meilanawati, Dewi Qowimmatul, serta sahabat-sahabat terkasih yang senantiasa menemani serta memberikan masukan sekaligus motivasi yang berguna dalam menyelesaikan dan menghadapi skripsi.
11. Teman-teman satu perjuangan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat dan dukungan penuh kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih ada beberapa kekurangan, baik dari segi penulisan, bahasa, dan lain-lain. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi penulis sendiri khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 2019

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR BAGAN	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	7
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
A. Life Satisfaction.....	8
1. Pengertian Life Satisfaction.....	8
2. Aspek Life Satisfaction	9
3. Karakteristik Life Satisfaction.....	10
4. Faktor-faktor Life Satisfaction	11
B. Forgiveness.....	14
1. Pengertian Forgiveness.....	14
2. Dimensi Forgiveness	15
3. Bentuk Forgiveness	16

C. Kerangka Konseptual	19
D. Hipotesis Penelitian	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Desain Penelitian	21
B. Definisi Operasional	21
1. Forgiveness	21
2. Life Satisfaction	22
C. Responden Penelitian.....	22
D. Instrumen Penelitian.....	23
E. Pengujian Alat Ukur	25
1. Analisis Item	25
2. Validitas	26
3. Reliabilitas	28
4. Tahapan Pengambilan Data	28
1. Tahap Persiapan.....	28
2. Tahap Pelaksanaan.....	29
3. Tahap Analisis Data.....	29
F. Teknik Analisis Data.....	30
1. Uji Asumsi	30
2. Uji Hipotesis	30
BAB IV HASIL PENELITIAN	31
A. Deskripsi Data	31
1. Gambaran Umum Subjek.....	31
2. Analisis Deskriptif	32
B. Hasil Penelitian.....	35
1. Uji Asumsi	35
2. Uji Hipotesis.....	35
C. Pembahasan	37
D. Keterbatasan Penelitian	40

BAB V PENUTUP.....	41
A. Kesimpulan.....	41
B. Saran.....	41
1. Saran Teoritis.....	41
2. Saran Praktis.....	42
DAFTAR PUSTAKA	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kepuasan hidup mahasiswa.....	4
---	---

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue print skala forgiveness.....	24
Tabel 2. Nilai corrected item total correlation SWLS.....	26
Tabel 3. Hasil face validity.....	27
Tabel 4. Data demografis.....	31
Tabel 5. Rumus data hipotetik.....	32
Tabel 6. Skor data hipotetik dan empirik.....	33
Tabel 7. Ketentuan kategori jenjang bagi subjek.....	33
Tabel 8. Kategori subjek mahasiswa berdasarkan skala TRIM.....	34
Tabel 9. Kategori subjek mahasiswa berdasarkan skala SWLS.....	34
Tabel 10. Hasil analisis regresi linier sederhana.....	36

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka konseptual.....	20
Bagan 2. Desain penelitian.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 skala TRIM.....	xv
Lampiran 2 Skala TRIM adaptasi.....	xvi
Lampiran 3 skala SWLS.....	xvii
Lampiran 4 skala SWLS adaptasi.....	xx
Lampiran 5 Output <i>tryout</i>	xxi
Lampiran 6 Hasil uji asumsi KSZ.....	xxii
Lampiran 7 Hasil uji Linearitas.....	xxiii
Lampiran 8 Hasil uji hipotesis.....	xxiv

**Peran *Forgiveness* terhadap *Life Satisfaction* pada Mahasiswa
Dea Putri Indarwidaning**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *forgiveness* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik regresi linier sederhana. Sampel responden penelitian sebanyak 460 responden yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakteristik mahasiswa S1 yang ada di Indonesia. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan *Transgression-Related Interpersonal Motivation-12* (TRIM-12) milik McCullough (1998) dan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) milik Diener (1985). Hasil dalam penelitian ini dihitung dengan bantuan *software* SPSS versi 20.0 *for Windows* dan didapatkan hasil bahwa terdapat peran antara *forgiveness* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa, yang memiliki arti bahwa semakin tinggi *forgiveness* maka semakin tinggi pula *life satisfaction*.

Kata Kunci: *Forgiveness, Life Satisfaction, Mahasiswa*

Forgiveness Role of Life Satisfaction for Students

Dea Putri Indarwidaning

ABSTRACT

This study aimed to determine the effect of forgiveness on life satisfaction on students. This research was a quantitative study with simple linear regression techniques. The number of respondent research samples were 460 respondents and taken using a purposive sampling technique with the characteristics of S1 students in Indonesia. The instruments in this study used Transgression-Related Interpersonal Motivation-12 (TRIM-12) belonging to McCullough (1998) and Diener's Satisfaction With Life Scale (SWLS) (1985). The results in this study were calculated with the help of SPSS version 20.0 for Windows software and the results showed that there was a role between forgiveness toward life satisfaction on students, which meant that the higher forgiveness was the higher life satisfaction.

Keywords: Forgiveness, Life Satisfaction, Students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Individu tidak terkecuali mahasiswa diciptakan sebagai makhluk sosial yang dituntut untuk dapat menyesuaikan dan menjalin hubungan yang positif terhadap lingkungan sekitarnya. Hurlock (1990) Mahasiswa sebagai peserta didik perguruan tinggi masuk ke dalam kategori remaja akhir, yaitu usia 18-21 tahun, dimana dari lingkungan sekitarnya remaja akhir akan mencari informasi dan mengeksplor dirinya agar dapat menetapkan perannya nanti di masyarakat. Peranan-peranan yang terlaksana dengan baik, akan menimbulkan hubungan positif dan hubungan yang positif ini akan mendatangkan perasaan senang dan perasaan mendapatkan kepuasan didalam hidupnya.

Disadari atau tidak, kepuasan hidup (*life satisfaction*) adalah hal yang sangat diinginkan oleh hampir semua individu. Hasil survey yang didapatkan oleh Badan Pusat Statistik Indonesia, mencatat bahwa tingkat kebahagiaan di Indonesia pada tahun 2017 diperoleh data sebesar 70,69%, dimana kepuasan hidup (*life satisfaction*) didapatkan nilai sebesar 34,80%. Chaplin (2006) kepuasan hidup adalah keadaan, kesenangan, dan rasa kesejahteraan, yang disebabkan oleh individu karena telah mencapai suatu tujuan atau suatu sasaran.

Diener dan Biswas, (2008) berpendapat kepuasan hidup adalah individu menilai melalui proses kognitif mengenai hal baik yang dilakukan individu dalam hidupnya secara menyeluruh dalam posisi-posisi utama yang dianggap berpengaruh di hidup (*domain satisfaction*) contohnya dalam hubungan interpersonal, spiritualitas, aktivitas waktu luang, pekerjaan, dan kesehatan. Penilaian terhadap kehidupannya ini, menjelaskan bahwa semakin seseorang tersebut berpikir positif terhadap hidupnya, semakin tinggi pula kepuasan hidup seseorang. Sebaliknya, semakin berpikir negatif seseorang terhadap hidupnya, maka semakin rendah pula kepuasan hidup seseorang tersebut.

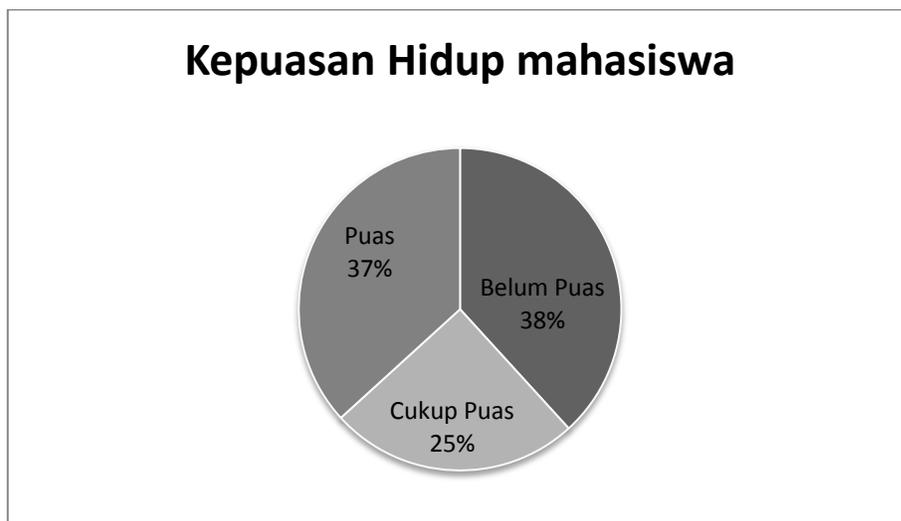
Menurut Hurlock (1990), ada faktor yang dapat berpengaruh terhadap kepuasan hidup individu, diantaranya adalah kondisi kehidupan, jenis pekerjaan, kesehatan, status kerja, dan keseimbangan antara harapan dan pencapaian. Berbagai faktor yang disebutkan tersebut, jika tidak tercapai dengan baik, terkadang dapat menyebabkan permasalahan-permasalahan yang muncul dalam individu tersebut dan tentunya akan berpengaruh terhadap kepuasan hidup individu tidak terkecuali seorang mahasiswa.

Hasil data *Preliminary Research* tentang cara mahasiswa menangani konflik atau permasalahan dan kepuasan hidup yang dilakukan pada tanggal 14 Januari 2019 kepada 68 mahasiswa, didapatkan hasil bahwa ditemukan bahwa konflik yang sering ditemui oleh mahasiswa adalah perbedaan pendapat, prinsip, dan salah paham, juga banyak ditemukan permasalahan yang berkaitan dengan

akademik, permasalahan antar teman ataupun sahabat, permasalahan dengan keluarga, dan juga permasalahan karena banyak mahasiswa merupakan mahasiswa perantauan sehingga mereka kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Berdasarkan hasil data berbagai permasalahan tersebut, banyak cara yang digunakan oleh mahasiswa dalam menangani berbagai konflik tersebut, yaitu respon mahasiswa-mahasiswa dalam menyikapi atau menangani konflik berdasarkan data *preliminary research* yaitu dengan melakukan klarifikasi sebesar 15%, meminta maaf 6%, sabar 7%, mencari solusi 20%, sharing kepada orang lain 13%, menghindar 26%, berargumen 6%, dan memaafkan 7%.

Peneliti juga melihat bagaimana kepuasan hidup (*life satisfaction*) yang dirasakan oleh mahasiswa melalui data *preliminary research* kepada 68 mahasiswa. Berdasarkan hasil *preliminary research* yang dilakukan untuk melihat bagaimana *life satisfaction* yang dialami oleh mahasiswa, sebanyak 37% menyatakan puas terhadap kehidupannya, yaitu mahasiswa merasakan bahwa kehidupan yang dijalani saat ini merupakan kehidupan yang sudah ideal dan dianggap sudah mencapai beberapa hal yang menjadi tujuan dari mahasiswa tersebut, sedangkan sebanyak 25% mahasiswa mengatakan bahwa mereka cukup puas, namun belum merasakan kepuasan hidup sepenuhnya dikarenakan masih terdapat beberapa target atau tujuan dan juga sasaran-sasaran dalam hidup yang belum dicapai dengan baik, dan sisanya yaitu sebanyak 38% mahasiswa

didapatkan data bahwa mahasiswa belum merasa puas dengan kehidupannya dikarenakan banyak hal yang belum tercapai dan masih terdapat beberapa konflik atau permasalahan-permasalahan yang membuat mahasiswa belum merasakan *life satisfaction* atau kepuasan didalam hidupnya, serta harapan-harapan yang belum dilaksanakan.



Gambar 1: kepuasan hidup mahasiswa

Banyak hal yang dapat dilakukan oleh mahasiswa untuk mengatasi berbagai konflik dan ketidakpuasan hidup yang dialami, salah satunya dengan pemaafan (*forgiveness*). Saputro & Fuad (2017) mengatakan bahwa pemaafan merupakan strategi koping yang adaptif dan dapat mendorong individu dalam menghadapi permasalahan. McCullough, Worthington, dan Rachal (1997) mengutarakan bahwa *forgiveness* adalah motivasi untuk mengubah seseorang agar tidak melakukan balas dendam, dan berusaha menghilangkan rasa kebencian kepada orang atau pihak yang telah menyakiti, juga berusaha meningkatkan dorongan

untuk mempertemukan keinginan pihak yang berselisih untuk mencapai persetujuan dan penyelesaian dengan pihak yang menyakiti.

Terdapat beberapa penelitian yang membahas mengenai *Forgiveness* dan *Life satisfaction*. Azra (2017) penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif pada tiga responden dewasa awal yang mengalami perceraian orangtua pada masa remaja. Penelitian ini menunjukkan hasil yaitu ketiga subyek memiliki gambaran forgiveness dan subjective well-being pada perceraian orangtua yang dihadapi saat remaja. Ketiga subjek melalui empat tahapan memaafkan, digambarkan dengan menyadari dan mengungkapkan rasa marah, memutuskan untuk memaafkan, melakukan pemaafan, serta pendalaman atas pemaafan. *Subjective well-being* juga ditunjukkan ketiga subjek melalui perasaan puas terhadap hidup sekarang dan lebih sering mengalami perasaan positif serta menghadapi suatu hal dengan lebih positif. Beberapa hal yang berpengaruh terhadap *forgiveness* dan *subjective well-being* ketiga subjek adalah kualitas hubungan dengan orang tua dan teman-teman, empati dan penilaian terhadap orang tua, serta agama dan spiritualitas.

Responden yang berbeda juga terdapat pada penelitian Maulida & Kartika (2016), yang meneliti mengenai hubungan memaafkan dengan kesejahteraan psikologis kepada 266 wanita berusia 23-40 tahun yang mengalami perceraian dan berdomisili di Aceh. Penelitian ini ternyata menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara memaafkan dan kesejahteraan psikologis, dimana tingkat memaafkan yang tinggi maka akan mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologi yang tinggi pula.

Penelitian serupa dilakukan oleh Juwita & Erin (2018), meneliti tentang hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan. Penelitian ini dilakukan kepada 117 siswa di SMA kota Kendal yang mengalami perundungan, dan didapatkan hasil positif antara pemaafan dan kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian lain juga dilakukan oleh Astuti & Anggia (2018) dimana penelitian dilakukan untuk melihat apakah pemaafan berkorelasi dengan *subjective well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Hasil yang didapat dari penelitian ini juga menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara pemaafan dan *subjective well-being* pada 78 remaja panti asuhan yang menjadi responden penelitian ini.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Oetari (2017) melihat hubungan pemaafan dengan *well-being* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini dilakukan kepada 100 mahasiswa dan hasil menunjukkan terdapat hubungan yang sangat positif dan signifikan antara pemaafan dengan *well-being* mahasiswa. Peneliti mengatakan bahwa individu yang mempunyai pemaafan tinggi akan mampu menjadi tulus, dan sadar dalam melepaskan keinginan untuk membalas dan mewujudkannya dengan respons rekonsiliasi sehingga dapat merasakan ketentraman dan tercapainya kesejahteraan psikologis. Pemaafan memberikan efek terhadap *well-being* sebanyak 33% dan terdapat faktor lain yang memengaruhi.

Penelitian ini bertujuan untuk berfokus mengukur seberapa besar peran *forgiveness* terhadap *life satisfaction*, untuk mengetahui bagaimana peran dari kedua variabel tersebut.

B. Rumusan Masalah

Apakah *forgiveness* memiliki peran terhadap *life satisfaction* ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empiris mengenai *forgiveness* memiliki peran terhadap *life satisfaction*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis: dapat memperkaya dan menambah literatur pengetahuan bagi penelitian mengenai peran *Forgiveness* terhadap *Life Satisfaction* pada mahasiswa S1.
2. Manfaat Praktis: Bagi mahasiswa, hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar acuan penelitian dengan tema yang sama, dapat memberikan kontribusi bagi mahasiswa yang sedang mengalami konflik untuk mengetahui bagaimana *forgiveness* terhadap *life satisfaction*, sebagai contoh mahasiswa lebih bersabar dan menerima permasalahan sehingga mendapatkan perasaan lega dan mendapatkan perasaan positif sehingga kepuasan hidup muncul, dan menjadi dasar untuk mempermudah individu agar memaafkan individu lain.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. *Life Satisfaction*

1. Pengertian *Life Satisfaction*

Ada banyak pengertian yang menjelaskan pengertian *life satisfaction*. Diener dalam (Larsen & Michelle 2008) Kepuasan hidup adalah suatu proses penilaian kognitif atau pikiran individu terhadap kehidupan, dimana individu akan melihat hidupnya baik dan memuaskan dengan membandingkan kondisi yang dialami saat ini dengan standar yang dimiliki. Menurut Diener, Emmons, Larsen, & Griffin (1985) menyatakan kepuasan hidup adalah pemikiran yang bersifat subjektif terhadap hidupnya secara keseluruhan. Berbeda dengan Hurlock (1990) menyampaikan bahwa *life satisfaction* adalah keadaan sejahtera dan kondisi yang menyenangkan saat kebutuhan dan harapan terpenuhi. Sejalan dengan ini, Santrock (2002) menyatakan kepuasan hidup atau *life satisfaction* merupakan kepuasan terhadap kehidupan secara menyeluruh dan dapat mencapai kesejahteraan hidup.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tersebut, peneliti mengambil kesimpulan tentang ini bahwa kepuasan hidup atau *life satisfaction* merupakan penilaian kognitif individu mengenai kepuasan terhadap kehidupannya secara menyeluruh, terhadap tujuan yang diinginkan dan tujuan yang telah dapat dicapai,

dalam keadaan sadar. Peneliti memutuskan teori ini merujuk pada pengertian kepuasan hidup yang disampaikan oleh Diener.

2. Aspek *life satisfaction*

Diener & Biswas-Diener (2008) mengatakan ada lima aspek dari kepuasan hidup yaitu:

a. Keinginan untuk mengubah kehidupan

Individu yang memiliki kepuasan hidup, maka dalam dirinya juga memiliki perasaan untuk menjadikan hidupnya lebih baik, dalam hal ini bagian kehidupan yang hendak dirubah tidak hanya pada satu aspek seperti kesehatan, namun juga sebagian besar aspek yang akan menambah kualitas kepuasan hidup.

b. Kepuasan terhadap hidup saat ini

Aspek kedua dalam dimiliki seseorang dengan tingkat kepuasan hidup yang baik adalah dengan merasa bahwa kehidupan yang sekarang ini di jalani adalah kehidupan yang baik serta memuaskan.

c. Kepuasan hidup di masa lalu

Kepuasan hidup juga ditandai dengan ketidak adanya penyesalan tentang berbagai macam hal yang terjadi di masa lalu, masa lalu terasa ringan untuk dilupakan namun juga sebagai salah satu pengalaman untuk evaluasi diri dimasa kini.

d. Kepuasan terhadap kehidupan di masa depan

Masa depan adalah misteri kehidupan, namun orang-orang dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi memiliki optimisme yang baik terhadap kehidupan di masa depan.

e. Penilaian orang lain terhadap kehidupan seseorang.

Penilaian orang lain terhadap kehidupan individu juga merupakan salah satu aspek kepuasan kehidupan, dikarenakan pertimbangan orang lain selalu diperlukan mengingat keterbatasan individu secara manusiawi.

3. Karakteristik Individu yang Memiliki Kepuasan Hidup

Pavot dan Diener (1993) menyampaikan aspek kepuasan hidup yang dinilai dari aspek kognitif seseorang secara menyeluruh dalam memilih kualitas hidup sesuai kriteria diri sendiri. Jadi, aspek kepuasan hidup bukanlah menunjuk kepada kepuasan hidup dari aspek-aspek seperti kesehatan, persahabatan, keuangan dan taraf sosial seseorang. Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985) menyampaikan bahwa individu yang puas akan kehidupannya adalah individu yang dapat menilai bahwa kehidupannya memang tidak sempurna tetapi segala sesuatunya dapat berjalan dengan baik, dan selalu mempunyai keinginan untuk berkembang serta termasuk penyuka tantangan. Kepuasan hidup atau *life satisfaction* seseorang menunjukkan sebuah kesenangan atau penerimaan hidup individu tersebut, atau pemenuhan keinginan dan kebutuhan hidup individu secara keseluruhan (Sousa & Lyubomirsky, 2001). Dari paparan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa karakteristik individu yang memiliki kepuasan hidup adalah seorang individu

yang menilai bahwa segala sesuatu yang berkaitan tentang kehidupannya berjalan dengan baik meskipun tidak sempurna, dan memiliki keinginan untuk terus berkembang dan menyukai tantangan.

4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kepuasan Hidup

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup menurut Diener (1984), antara lain :

- a. Hubungan sosial, secara umum ada dua aspek penting dari hubungan sosial yang positif, yaitu dukungan sosial dan keterikatan secara emosional.
- b. Ras, terdapat perbedaan tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup antara individu ras kulit putih dengan ras kulit hitam. Individu ras kulit hitam cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah dibandingkan individu ras kulit putih Amerika
- c. Pekerjaan, individu yang memiliki pekerjaan terbukti memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi daripada individu yang tidak bekerja.
- d. Umur, berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup. Orang yang lebih tua cenderung lebih banyak merasakan kebahagiaan dibandingkan anak muda, karena orang yang lebih tua memandang kehidupannya dengan cara yang positif.
- e. Pendidikan, memiliki pengaruh positif terhadap individu karena menjadi pendukung untuk meningkatkan aspirasi dan menyiapkan individu dalam

menjalani berbagai macam hal dalam kehidupannya (Campbell's, 1981; Diener, 1984).

- f. Jenis kelamin, perbedaan penilaian individu terhadap kepuasan hidup berdasarkan jenis kelamin mengalami perubahan seiring tahap perkembangan. Pada wanita ditemukan lebih bahagia dibandingkan laki-laki pada usia muda, namun sebaliknya pada usia tua, laki-laki ditemukan menjadi merasa lebih bahagia dibandingkan dengan perempuan. Perbedaan ini tidak terlalu berpengaruh lagi terhadap kepuasan dan kebahagiaan ketika memasuki usia sekitar 45 tahun.
- g. Agama, menimbulkan perasaan positif dalam menjalani kehidupan dan agama menjadi salah satu yang berpotensi menjadi pendukung dalam kehidupan individu. Pendapat studi terdahulu membuktikan bahwa tingkat pendapatan dapat meningkatkan kepuasan hidup. Namun, seiring berjalannya waktu, pendapatan secara langsung tidak mempengaruhi kepuasan individu karena seringkali ketika pendapatan naik, stres menjadi meningkat dan menghambat kepuasan hidup untuk naik.
- h. Pernikahan dan Keluarga, berpengaruh terhadap kepuasan hidup. Menurut Glenn (Diener, 1984), meskipun wanita yang telah menikah memiliki tingkat stres yang tinggi daripada wanita yang belum menikah, namun mereka juga menunjukkan kepuasan hidup yang tinggi.

- i. Peristiwa-peristiwa yang terjadi selama kehidupan memiliki pengaruh terhadap kepuasan hidup individu. Berbagai peristiwa dalam hidup individu menimbulkan berbagai macam perasaan, seperti senang, puas atau traumatis.
- j. Aktivitas, berpengaruh terhadap kepuasan hidup, misalnya individu yang melakukan lebih banyak aktivitas positif dan berguna dapat meningkatkan kepuasan individu.
- k. Kepribadian, terdapat hubungan antara self-esteem, optimis dan extrovert dengan kepuasan hidup pada remaja. Self-esteem merupakan penilaian individu terhadap potensi yang dimiliki dan kemampuan menerima kekurangan diri, yang memiliki peran dalam menentukan perilaku individu melalui proses berpikir, pengendalian emosi dan pencapaian tujuan hidup. Sedangkan Individu yang memiliki kepribadian extrovert, maka dirinya akan lebih terbuka dan mudah untuk berinteraksi dengan individu lain dan lebih menerima kondisi diri maupun kejadian yang dialami.

B. *Forgiveness*

1. Pengertian *Forgiveness*

Wade & Everett (2005) menggolongkan beberapa pengertian yang melandasi berkembangnya *forgiveness* yang dikemukakan oleh para ahli. Pendapat pertama dikemukakan oleh Al-Mabuk (1995), mendefinisikan pemaafan merupakan mengatasi pengaruh negatif, kognisi, dan perilaku terhadap orang yang melukai dan menggantikannya dengan pengaruh, kognisi, dan perilaku yang lebih positif terhadap dirinya. Freedman & Enright (1996) pemaafan adalah tindakan dengan sengaja menyerahkan kebencian terhadap pelaku sementara menumbuhkan kualitas kebaikan dan belas kasih terhadap pelaku. Hart & Shapiro (2002) memaafkan adalah keinginan untuk meninggalkan hak seseorang untuk kebencian, penilaian negatif, dan perilaku acuh tak acuh terhadap orang yang melukai kita secara tidak adil, sambil memupuk sifat-sifat belas kasih, kedermawanan, dan bahkan cinta yang tidak patut terhadapnya. Hebl & Enright (1993) yang mendefinisikan memaafkan adalah mengatasi kebencian bahwa korban memiliki hak yang sah untuk, digantikan oleh perasaan positif belas kasih dan cinta untuk pelaku yang tidak berhak dia miliki.

McCullough, Fincham, & Tsang (2003) *forgiveness* lebih mengarah pada perubahan motivasi. Mereka mendefinisikan *forgiveness* sebagai perubahan arah motivasi dari yang negatif ke arah yang lebih positif, biasanya juga diiringi dengan motivasi untuk berdamai dengan pelanggar atau pelaku.

Dari beberapa pengertian diatas, peneliti dapat menyimpulkan pengertian bahwa pemaafan atau *forgiveness* merupakan proses untuk merubah perasaan negatif menjadi perasaan yang positif, melepaskan diri dari rasa amarah dan kebencian, dan juga merubah pola pikir terhadap pelaku, dan pemaafan merupakan motivasi dimana individu dapat memaafkan dengan ikhlas, memaafkan namun masih memiliki dendam, atau memaafkan namun menghindari pelaku.

2. Dimensi *Forgiveness*

Dimensi *forgiveness* merupakan dimensi pengembangan yang berasal dari Wade (dalam McCullough, 1998). Dimensi yang disusun Wade didapatkan dari hasil wawancara kepada beberapa psikolog ahli mengenai pendapat mereka tentang *forgiveness*. Kemudian dianalisis dan menghasilkan 23 konsep *forgiveness* dimana dari dimensi tersebut menghasilkan 600 item. Setelah itu, Wade mereduksi item tersebut menjadi 83 item dan 11 faktor yaitu balas dendam (*revenge*), terlepas dari obsesi terhadap pelaku (*freedom from obsession*), afirmasi, pembohongan (*victimization*), perasaan positif dengan negatif (*positive versus negative feelings*), penghindaran (*avoidance*), perlawanan (*movement against*), berserah kepada Tuhan (*toward god*), menahan dendam (*holding a grudge*), dan keuntungan bagi diri sendiri (*personal benefit*).

Namun Menurut McCulough (1998) hanya dua dimensi yang dianggap mempengaruhi motivasi interpersonal individu mengenai pelanggaran serta pelaku pelanggaran, dan secara langsung melandasi *forgiveness*, yaitu:

- a. *avoidance motivation* (menghindar) yaitu perilaku yang dimunculkan adalah motivasi untuk menghindar dari pelaku atau konflik yang sedang terjadi.
- b. *revenge motivation* (menyerang), yaitu perilaku menyerang yang dilakukan oleh korban kepada pihak yang menyakiti. Salah satu perilaku yang dimunculkan pada *revenge motivation* adalah keinginan untuk membalas dendam.

3. Bentuk Forgiveness

Worthington (dalam Cempaka, 2015) terdapat empat bentuk forgiveness individu:

1. Hollow forgiveness

Hal ini terjadi saat pihak yang disakiti dapat mengekspresikan *forgiveness* secara nyata melalui perilaku, namun individu belum dapat merasakan dan menghayati adanya *forgiveness* didalam dirinya. Pihak yang tersakiti masih menyimpan rasa dendam ataupun kebencian meski individu tersebut telah mengatakan kepada pelaku “saya memafkan kamu”.

2. *Silent Forgiveness*

Berbeda dengan *hollow forgiveness*, dalam *silent forgiveness* ini perasaan disakiti yang dirasakan, namun tidak diekspresikan individu tersebut melalui hubungan interpersonal, *no interpersonal forgiveness*. Individu yang tersakiti tidak lagi menyimpan perasaan marah, dendam, benci kepada pelaku namun tidak mengekspresikannya. Pihak yang tersakiti membiarkan pelaku terus merasa bersalah dan terus bertindak seakan-akan pelaku tetap bersalah.

3. *Total Forgiveness*

Total forgiveness ini individu yang tersakiti dapat menghilangkan perasaan kecewa, perasaan benci atau perasaan marah terhadap pelaku tentang konflik yang terjadi. Kemudian, hubungan antara individu yang tersakiti dengan pelaku pulih secara total seperti keadaan sebelum peristiwa yang menyakitkan terjadi.

4. *No Forgiveness*

Individu yang berada pada tahap ini, *intrapsychic* dan *interpersonal forgiveness* tidak terjadi pada individu yang tersakiti. Baumeister, Exline dan Sommer menyebut kondisi ini sebagai *total grudge combination*. Keadaan ini terjadi karena individu yang tersakiti memiliki pandangan yang salah mengenai *forgiveness*, terdapat lima proses pemikiran salah yang menjadi faktor terjadinya *no forgiveness*, yaitu:

a. *Claims on Reward and Benefit*

Individu yang tersakiti merasa bahwa ia berhak atas *reward* atau keuntungan sebelum individu tersebut harus memaafkan. Karena ia beranggapan bahwa pelaku telah memiliki 'hutang' yang harus dibayar karena telah menyakitinya.

b. *To Prevent Reccurence*

Forgiveness dinilai dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya pelanggaran atau peristiwa menyakitkan yang dialami individu yang tersakiti di masa yang akan datang. Dengan tidak diberikannya *forgiveness* kepada pelaku, individu yang tersakiti dapat terus mengingatkan pelaku untuk tidak mengulangi perbuatannya.

c. *Continued Suffering*

Individu yang tersakiti terus-menerus merasa menderita karena peristiwa menyakitkan yang dialami olehnya. Saat resiko dari pengalaman menyakitkan yang dialami oleh individu yang telah tersakiti di masa lalu memengaruhi hubungannya dengan pelaku di masa depan, maka *forgiveness* merupakan sesuatu yang sulit dilakukan.

d. *Pride and Revenge*

Pride and revenge, individu yang tersakiti merasa bahwa dengan memberikan maaf kepada pelaku maka individu tersebut telah melakukan perbuatan yang memermalukan dirinya bahkan menunjukkan rendahnya harga diri.

e. Principal Refusal

Hal ini, individu yang tersakiti menilai *forgiveness* sebagai pembebasan terhadap pelaku dari pengadilan. Individu yang tersakiti takut tidak mendapat perlindungan hukum jika individu telah memaafkan pelaku.

C. Kerangka Konseptual

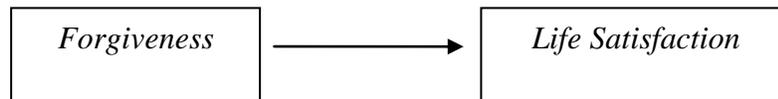
Pemaafan dapat berpengaruh terhadap kepuasan hidup individu. Hal ini dibuktikan oleh Chan (2013) bahwa orang yang memaafkan akan memiliki kepuasan hidup yang cenderung lebih besar dan kuat dibandingkan dengan orang lain lebih besar dibandingkan dengan orang yang kurang memaafkan. *Forgiveness* dan kepuasan hidup berhubungan positif dan secara signifikan memprediksi kepuasan hidup. Cristanto, dkk (2017) memperkuat teori terkait banyaknya faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif individu, yaitu pemaafan.

Pemaafan juga merupakan cara yang efektif dan penting untuk mengatasi konflik dan permasalahan yang dialami antar individu. Hal ini diutarakan oleh Allemand, dkk (2012) yang menjelaskan bahwa memaafkan seseorang memberikan banyak efek positif seperti kepuasan hidup, optimisme, kebahagiaan, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri.

Peterson (2015), Studi baru-baru ini juga menyoroti bahwa komponen subjective well-being paling banyak mempengaruhi pemaafan dengan menurunkan efek negatife dan meningkatkan kepuasan hidup. Ini berarti bahwa

pemaafan mungkin menjadi salah satu jalan yang membantu untuk mengelola pengaruh afek maladaptif serta persepsi seseorang tentang hidupnya.

Berdasarkan uraian penjelasan diatas, maka peneliti ingin mengajukan kerangka pemikiran sebagai berikut:



Bagan 1: Kerangka Konseptual

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan penjabaran diatas, maka peneliti ingin mengajukan hipotesis penelitian yang diuraikan sebagai berikut:

Ho: Tidak terdapat peran antara *Forgiveness* terhadap *Life Satisfaction* pada mahasiswa S1.

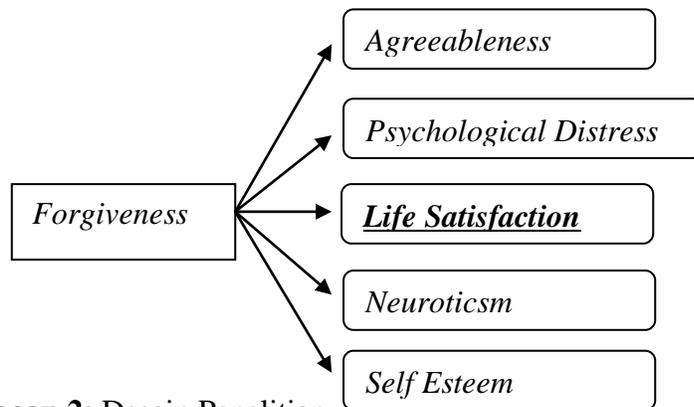
Ha: Terdapat peran antara *Forgiveness* terhadap *Life Satisfaction* pada mahasiswa S1

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian payung dengan tema Forgiveness. Berikut merupakan penjelasan dari penelitian ini:



Bagan 2: Desain Penelitian

Variabel yang digunakan peneliti pada penelitian ini adalah *Life Satisfaction*. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Jenis penelitian dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional.

B. Definisi Operasional

1. *Forgiveness*

Pemaafan merupakan proses untuk merubah perasaan negatif menjadi perasaan yang positif, melepaskan diri dari rasa amarah dan kebencian, dan juga merubah pola pikir terhadap pelaku, dan pemaafan merupakan motivasi dimana individu dapat memaafkan dengan ikhlas, memaafkan namun masih memiliki dendam, atau memaafkan namun menghindari pelaku. Terdapat dua

dimensi *forgiveness* yaitu *avoidance motivation* (menghindar) dan *revenge motivation* (menyerang). Peneliti menggunakan skala untuk mengukur *forgiveness* yaitu *Transgression Related Interpersonal Motivations-12 Item Version* (TRIM 12) yang sudah diadaptasi dan digunakan oleh Ika Herani dan Sukma Nurmala (2016) pada penelitian sebelumnya.

2. *Life Satisfaction*

Kepuasan hidup merupakan penilaian secara kognitif individu mengenai kepuasannya terhadap kehidupannya secara menyeluruh, terhadap tujuan yang diinginkan dan tujuan yang telah dicapai, secara sadar. Untuk mengukur kepuasan hidup peneliti menggunakan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) yang telah diadaptasi oleh Yusak Novanto (2018) pada penelitian sebelumnya.

C. Responden Penelitian

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa S1 (Strata 1) di Indonesia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian dihitung menggunakan rumus *Slovin*, dengan rumus

sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

e = Batas Toleransi Kesalahan (error tolerance) = 0,05

Dari hasil rumus diatas, jumlah populasi sebesar 5.806.544 mahasiswa berdasarkan data Kemenristekdikti tahun 2018. Sehingga jumlah sampel yang diperoleh sebesar 399,97.

D. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu *forgiveness* yang diukur menggunakan TRIM 12, dan *life satisfaction* yang diukur menggunakan SWLS. *Transgression Related Interpersonal Motivations-12 Item Version* (TRIM 12) dikembangkan oleh McCullough (1998) dan telah diadaptasi oleh Herani & Nurmala (2016) pada penelitian sebelumnya. TRIM 12 berbentuk skala *Likert* dimana memiliki lima alternatif pilihan jawaban antara lain SS (Sangat Setuju) yang memiliki skor 5, S (Setuju) memiliki skor 4, N (Netral) memiliki skor 3, TS (Tidak Setuju) memiliki skor 2, dan STS (Sangat Tidak Setuju) yang memiliki skor 1. Terdapat 12 item yang mengukur 2 dimensi yakni *Avoidance Motivation* (aitem 2,4,5,7,8,10,12) dan *Revenge Motivation* (aitem 1,3,6,9,11). Dua belas butir pengukuran dalam TRIM 12 terdiri dari dua sub-skala. Sub-skala *avoidance* mengukur motivasi korban untuk menghindari kontak dengan pelaku pelanggaran; misalnya “Saya menjaga jarak sejauh mungkin diantara kami”. Sedangkan, sub-skala *revenge motivation* mengukur motivasi korban untuk melakukan pembalasan dendam terhadap pelaku pelanggaran, misalnya “Saya akan membuat dia membayarkan apa yang seharusnya dia ganti”. Aitem-aitem untuk masing-masing dimensi akan ditampilkan pada Tabel 1. berikut:

Tabel 1.
Blue Print Skala Forgiveness

No.	Dimensi	Favorable	Jumlah
1.	<i>Avoidance</i>	2, 4, 5, 7, 8, 10,	7
	<i>Motivation</i>	12	
2.	<i>Revenge</i>	1, 3, 6, 9, 11	5
	<i>Motivation</i>		
Jumlah		12	

Skala TRIM 12 memiliki nilai *Cronbach a* sebesar 0,899, dimana reliabilitas yang ditunjukkan memenuhi syarat dan layak untuk digunakan. Semakin rendah skor TRIM 12 maka forgiveness pada individu akan semakin tinggi.

SWLS (Satisfaction With Life Scale) dikemukakan oleh Diener (1985) yang telah diadaptasi oleh Yusak Novanto (2018) pada penelitian sebelumnya. Skala ini berbentuk skala Likert yang memiliki 7 alternatif jawaban dengan skor tertentu yaitu STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), ATS (Agak Tidak Setuju), N (Netral), AS (Agak Setuju), S (Setuju), SS (Sangat Setuju). Terdapat 5 aitem dalam skala ini.

Selanjutnya, hasil uji coba alat ukur (*try out*) SWLS yang dilakukan peneliti mendapatkan hasil seluruh item dalam skala memiliki nilai koefisien atau memiliki korelasi item total $\geq 0,30$. Maka dari itu seluruh item yang ada dalam skala ini dinyatakan lolos. Nilai reliabilitas skala SWLS setelah dilakukan uji coba yakni sebesar 0,766.

E. Pengujian Alat Ukur

1. Analisis Item

Proses analisis item adalah prosedur yang harus dilewati terlebih dahulu sebelum melakukan estimasi terhadap validitas dan reliabilitas (Azwar, 2012). Analisis item bertujuan untuk mengetahui karakteristik masing-masing item yang akan menjadi bagian dari alat ukur atau skala penelitian. Hanya item dengan kualitas yang baik saja yang akan disertakan dalam alat ukur dan item yang tidak memenuhi kriteria harus dihilangkan.

Penelitian ini prosedur yang digunakan untuk menyeleksi item yang digunakan sebagai bagian dari alat ukur penelitian adalah daya diskriminasi item dengan memakai rumus koefisien korelasi item total. Kriteria dalam pemilihan item berdasar korelasi item total biasanya menggunakan batas koefisien $\geq 0,30$ sehingga item-item yang telah mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 dapat dinyatakan memenuhi persyaratan psikometrik sebagai bagian dari tes (Azwar, 2012).

Tabel 1. di bawah ini menunjukkan hasil analisis item yang peneliti lakukan terhadap skala SWLS (*Satisfaction With Life Scale*) dengan menggunakan formula koefisien korelasi item total. Tabel tersebut menunjukkan bahwa seluruh item (5 item) pada skala SWLS memiliki nilai koefisien korelasi item total $\geq 0,30$ sehingga semua item dalam skala tersebut dapat dinyatakan lolos dan dapat diikut sertakan dalam penelitian.

Tabel 2.
Nilai *Corrected Item Total Correlation SWLS*

No. Item	Nilai <i>Corrected Item Total Correlation SWLS</i>	Keterangan
1	0,607	Lolos
2	0,591	Lolos
3	0,700	Lolos
4	0,613	Lolos
5	0,427	Lolos

2. Validitas

Validitas atau kesahihan bertujuan untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur yang digunakan dapat mengukur apa yang ingin diukur oleh peneliti (Siregar, 2014). Hal tersebut selaras dengan apa yang dikemukakan oleh Sugiyono (2013) yang mengatakan bahwa suatu alat ukur dikatakan memiliki kevalidan apabila dapat digunakan untuk mengukur apa yang sejatinya hendak diukur.

Jenis validitas yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah *face validity* atau validitas rupa. Validitas ini menunjukkan apakah sebuah alat ukur/instrumen dalam penelitian dari segi rupa (tampilan skala) terlihat mengukur apa yang ingin diukur atau tidak (Siregar, 2014). Penelitian ini validitas rupa akan dilihat dengan cara meminta subjek yang mengisi skala penelitian untuk memberikan komentar tentang alat ukur yang digunakan oleh peneliti.

Pertanyaan yang dilampirkan dan dinilai dalam kuisisioner ini adalah tampilan *cover* kuisisioner, kejelasan setiap kalimat pada petunjuk pengisian kuisisioner, dan juga kejelasan kalimat pada setiap kuisisioner yang ditampilkan. Berikut akan dijelaskan pada Tabel 2. yang merupakan hasil dan persentase penilaian dari 100

orang responden mengenai validitas rupa yang dilakukan sebelum peneliti menyebarkan skala kepada sampel yang telah ditentukan dalam penelitian.

Tabel 3.
Hasil Face Validity

Face Validity		Total	Prosentase (%)
Tampilan Cover	Baik	50	50%
	Cukup Baik	31	31%
	Sangat Baik	18	18%
	Tidak Baik	1	1%
Kejelasan Petunjuk Pengisian	Baik	32	40%
	Cukup Baik	22	27%
	Sangat Baik	24	30%
	Tidak Baik	2	3%
Kejelasan Kalimat	Baik	49	50%
	Cukup Baik	28	29%
	Sangat Baik	20	20%
	Tidak Baik	3	1%

Tabel 2. diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden yaitu 50 orang (50%) mengatakan tampilan *cover* dari skala penelitian sudah baik. Disamping itu, 32 orang (40%) menyatakan bahwa kejelasan kalimat untuk petunjuk pengisian baik, dan 49 orang (50%) menyatakan kalimat yang digunakan dalam skala jelas dan baik. Oleh karena itu, berdasarkan oleh hasil yang didapatkan dari validitas rupa menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang berpartisipasi pada proses uji coba skala (*try out*) menyatakan bahwa *cover*,kejelasan petunjuk, dan kalimat yang digunakan dalam skala jelas dan sudah layak untuk diujikan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

3. Reliabilitas

Realibitas digunakan untuk mengetahui sejauh apa hasil dari pengukuran tetap konsisten jika pengukuran tersebut dilakukan secara berulang terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama (Siregar, 2014). Realibilitas dalam penelitian ini menggunakan konsistensi internal *Cronbach Alpha* dimana SWLS sebagai alat ukur yang peneliti gunakan dalam penelitian ini memiliki reliabilitas skala sebesar 0,766. Reliabilitas skala ini dapat dikategorikan sangat baik sebab suatu instrumen dikatakan reliable dan baik jika nilai *Cronbach Alpha* lebih dari 0,6 (Arikunto, 2010).

4. Tahapan Pengambilan Data

Adapun tahapan dalam penelitian ini antara lain :

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan ini peneliti menentukan topik yang akan diteliti, lalu peneliti menyusun desain penelitian apa yang akan digunakan. Selanjutnya peneliti dapat menentukan alat ukur yang akan digunakan sebagai instrumen dalam penelitian. Alat ukur yang digunakan yaitu TRIM 12 (*Transgression-Related Interpersonal Motivations-12 Item Version*) McCullough (1998) yang telah diadaptasi oleh Ika Herani dan Sukma Nurmala (2016) dan SWLS (*Satisfaction With Life Scale*) yang diadaptasi oleh Yusak Novanto (2018).

Setelah menentukan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian, peneliti kemudian melakukan uji coba (*try out*) untuk mengetahui realibilitas

dan daya deskriminasi item serta *face validity* atau validitas rupa kepada 100 responden.

2. Tahap Pelaksanaan

Setelah peneliti memastikan bahwa nilai realibilitas serta analisis item dan validitas rupa terpenuhi, maka pada tahap pelaksanaan peneliti menyebarkan skala secara *online* kepada subjek penelitian yang telah ditentukan sesuai dengan kriteria yang telah disusun sebelumnya. Peneliti menyebarkan skala *online* ke berbagai Universitas di Indonesia.

3. Tahap Analisis Data

Tahap ini, peneliti melakukan analisis serta mengolah data. Skala yang telah disebar sebelumnya dikumpulkan kembali oleh peneliti. Selanjutnya skala yang telah dikumpulkan lalu diseleksi. Lalu peneliti melakukan perhitungan dan tabulasi data yang didapatkan telah sesuai dengan kebutuhan peneliti. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *software SPSS 20.0 for windows*. Setelah dianalisis peneliti menginterpretasikan serta membahas hasil sesuai dengan kerangka pemikiran dan teori yang telah dirancang oleh peneliti sebelumnya untuk selanjutnya menarik kesimpulan hasil penelitian.

5. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi

Uji Asumsi penelitian ini menggunakan dua cara yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Uji pertama yaitu uji normalitas dihitung menggunakan Uji *Kolmogorov-Smirnov*, dihitung dengan bantuan SPSS 20,0 *For Windows* digunakan untuk mengidentifikasi normal atau tidaknya distribusi, digunakan kriteria berdasarkan nilai probabilitas, jika probabilitas ($\text{sig} > 0,05$) maka data terdistribusi dengan normal, sebaliknya jika probabilitas ($\text{sig} < 0,05$) maka data tidak terdistribusi dengan normal. Uji linearitas juga dinilai berdasarkan $\text{sig} > 0,05$ yang berarti data linear.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan peneliti untuk mengetahui apakah terdapat peran antara *forgiveness* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa. Peneliti menggunakan uji regresi linier sederhana untuk menjawab hipotesis penelitian.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

1. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Strata-1 (S1) aktif yang sedang mengenyam pendidikan di Indonesia. Jumlah subjek adalah 460 orang dengan usia 17-25 tahun. Klasifikasi subjek pada penelitian ini disusun berdasarkan data demografis diantaranya usia, jenis kelamin, suku, dan agama. Berikut adalah tabel 3. uraian gambaran umum atau data demografis subjek penelitian.

Tabel 4.
Data Demografis

Gambaran Umum berdasarkan pada	Kategori	Jumlah	Presentase
Usia	17-19 tahun	41	9%
	20-22 tahun	365	79%
	23-25 tahun	54	12%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	131	28%
	Perempuan	329	72%
Suku	Jawa	377	82%
	Sunda	18	4%
	Batak	6	1%
	Tionghoa	20	5%
	Lain-lain	39	8%
	Agama	Budha	7
	Hindu	8	2%
	Islam	412	90%
	Katolik	10	2%
	Kristen	20	4%
	Lain-lain	3	1%

Berdasarkan data yang diperoleh diketahui bahwa kategori berdasarkan usia lebih banyak berada dalam usia 20-22 tahun sebesar 365 orang (79%), sedangkan untuk kategori jenis kelamin lebih banyak di dominasi oleh subjek perempuan dengan jumlah 329 orang (72%), untuk kategori suku bangsa, subjek paling banyak berada di Jawa dengan jumlah 377 (82%), sedangkan dalam data berdasarkan agama subjek didapatkan lebih banyak Islam dengan prosentase 90% dengan jumlah 412 orang.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif ditentukan dengan cara peneliti menghitung skor maksimum, skor minimum, mean, serta standar deviasi dari variabel berdasarkan skor hipotetik dan skor empirik. Rumus data hipotetik akan dijelaskan dalam tabel 4. Deskripsi data penelitian memuat statistik deskriptif pada tiap variabel yang dianalisis, seperti mean (M), standar deviasi (SD), skor minimum, dan skor minimum (Anwar, 1993).

Tabel 5.
Rumus Data Hipotetik

Statistik	Persamaan
Nilai minimum hipotetik	Skor item terendah x jumlah item
Nilai maksimum hipotetik	Skor item tertinggi x jumlah item
Mean hipotetik	$\frac{\text{Skor maksimum} + \text{Skor minimum}}{2}$
Standar deviasi hipotetik	$\frac{\text{Skor maksimum} - \text{Skor minimum}}{6}$

Berdasarkan rumus data hipotetik diatas, peneliti menghitung skor item terendah dan tertinggi dari setiap skala yang digunakan. Hasil skor TRIM 12

didapatkan skor terendah yaitu 12 dan skor tertinggi 60. Skala SWLS didapatkan skor terendah 5 dan skor tertinggi 20. Skor empirik didapatkan dengan menghitung menggunakan aplikasi SPSS 20,0 *For Windows*, dan setelah dilakukan perhitungan, didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 6.
Skor data Hipotetik dan Empirik

Variabel	Statistik	Hipotetik	Empirik
<i>Forgiveness</i>	Skor Minimum	12.00	12.00
	Skor Maksimum	60.00	60.00
	Mean	36.00	39.23
	Standar Deviasi	8.00	9.90
<i>Life Satisfaction</i>	Skor Minimum	5.00	5.00
	Skor Maksimum	20	20.00
	Mean	12.50	12.23
	Standar Deviasi	2.50	2.85

Setelah melakukan perhitungan secara manual untuk mengetahui skor hipotetik dan menghitung skor empirik, maka peneliti melanjutkan dengan menyusun berbagai kategorisasi skor pada subjek penelitian yang didapatkan dari nilai *mean* (μ) dan standar deviasi (SD). Adapun penentuan batas kategori skor subjek pada penelitian ini adalah rendah, sedang, dan tinggi. Menurut Azwar (2012), ketentuan kategori tingkat variabel adalah sebagai berikut:

Tabel 7.
Ketentuan Kategori Jenjang Bagi Subjek Penelitian

Kategori	Daerah Keputusan
Rendah	$X < (\text{Mean} - \text{SD})$
Sedang	$(\text{Mean} - \text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + \text{SD})$
Tinggi	$(\text{Mean} + \text{SD}) \leq X$

Berdasarkan pengkategorian tersebut, norma atau hasil yang digunakan peneliti mengacu pada mean dan nilai standar deviasi hipotetik. Hasil kategorisasi masing-masing skor dalam penelitian di dapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 8.
Kategori Subjek Mahasiswa berdasarkan Skala TRIM 12

Variabel	Daerah Keputusan	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
Forgiveness	$X < 28.00$	Rendah	54	11,7%
	$28.00 \leq X < 44.00$	Sedang	231	50,2%
	$44.00 \leq X$	Tinggi	175	38%

Tabel 8. menyatakan bahwa sebanyak 11,7% atau 54 subjek berada pada kategori *forgiveness* yang rendah. Selain itu, sebanyak 231 (50,2%) subjek berada pada kategori *forgiveness* sedang, sementara sebanyak 38% atau 175 subjek berada pada kategori *forgiveness* yang tinggi.

Tabel 9.
Kategori Subjek Mahasiswa berdasarkan Skala SWLS

Variabel	Daerah Keputusan	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
<i>Life Satisfaction</i>	$X < 10.00$	Rendah	24	5,21%
	$10.00 \leq X < 15.00$	Sedang	305	66,3%
	$15.00 \leq X$	Tinggi	129	28%

Tabel 9. menyatakan bahwa *life satisfaction* subjek dalam kategori rendah berada dalam 5,21% atau sebanyak 24 subjek. Sedangkan *life satisfaction* pada kategori sedang sebanyak 305 atau 61,3% subjek, sementara sebanyak 28% atau 129 subjek berada pada kategori *life satisfaction* yang tinggi.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji normalitas digunakan peneliti untuk mengetahui apakah data dapat terdistribusi secara normal. Adapun pada penelitian ini uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan *software SPSS 20.0 for windows*. Hasil KSZ didapatkan sebesar 0,082 yang berarti bahwa $p > 0,05$ dinyatakan data terdistribusi secara normal.

Uji linearitas didapatkan hasil *deviation from linearity* sebesar 0,369. Data yang didapatkan memiliki signifikansi lebih dari 0,05 yang berarti data linear.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana yang digunakan untuk melihat peran dari variabel *independent* terhadap variabel *dependent* dimana variabel *independent* dalam penelitian ini adalah *forgiveness* (X) dan variabel *dependent* adalah *life satisfaction* (Y). Rumus regresi linier sederhana adalah sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = Variabel Response atau Variabel Dependent

X = Variabel Predictor atau Variabel Independent

a = konstanta

b = koefisien regresi, besaran Response yang ditimbulkan oleh Predictor.

Pengujian data untuk melihat uji hipotesis menggunakan uji regresi linier sederhana dilakukan menggunakan aplikasi SPSS 20.0 *for Windows*. Berikut adalah tabel hasil uji yang dilakukan dan didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 10.
Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana

Variabel	R Square	Sig	Kesimpulan
Life Satisfaction	0,020	0,002	Ha Diterima

Pengambilan keputusan yang digunakan pada tabel diatas adalah apabila Sig. < 0,05 terdapat peran yang signifikan, sedangkan jika Sig. > 0,05 maka tidak terdapat peran yang signifikan.

Berdasarkan data analisis yang pada tabel 10, maka diketahui hasil bahwa Sig. adalah 0,002 dimana $0,00 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan oleh peneliti bahwa ada peran signifikan dari *forgiveness* (X) terhadap *life satisfaction* (Y) pada mahasiswa. Peran Forgiveness terhadap life satisfaction diketahui sebesar 2%, sedangkan sebagian besar dipengaruhi oleh faktor-faktor atau variabel lain yang tidak diukur pada penelitian ini.

Nilai tersebut didapatkan dari nilai *R square* atau nilai koefisien determinasi yaitu sebesar 0,020. Peran *forgiveness* terhadap *life satisfaction* bersifat positif, sehingga jika individu memiliki *forgiveness* tinggi maka *life satisfaction* juga tinggi.

C. Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran *forgiveness* terhadap *life satisfaction* pada mahasiswa. Berdasarkan kontribusi hasil yang diperoleh melalui uji hipotesis yang telah dilakukan menggunakan analisis regresi linier sederhana, menunjukkan bahwa terdapat peran antara *forgiveness* terhadap *life satisfaction*. Peran yang didapatkan adalah peran positif dimana jika individu memiliki *forgiveness* yang tinggi, maka individu tersebut juga akan memiliki *life satisfaction* yang juga tinggi. Penelitian sebelumnya yaitu Eldelekliog (2015), menyatakan bahwa salah satu komponen penting yang dapat memengaruhi *life satisfaction* adalah *forgiveness*. Hal ini berarti bahwa ketika individu tersebut melakukan motivasi *forgiveness* yaitu melepaskan emosi negatif dan mencoba membangun emosi yang lebih positif, maka individu tersebut akan mengembangkan perasaan puas dan bahagia akan kehidupannya. Penelitian ini memprediksi peran *forgiveness* terhadap kepuasan hidup terhadap 380 mahasiswa Turki berusia 18-25 tahun, dan menemukan hasil penelitian bahwa *forgiveness* memiliki hubungan yang positif dengan *life satisfaction*.

Sejalan dengan ini, penelitian Aricioglu (2016), meneliti tentang efek rasa bersyukur terhadap hubungan *forgiveness* dan *life satisfaction* kepada 396 mahasiswa baru, mahasiswa tahun kedua, dan juga mahasiswa senior di Universitas yang berada di Denizli, menemukan hasil yang sama yaitu *forgiveness* yang memiliki peran signifikan dan positif terhadap *life satisfaction*. Individu yang memiliki kepuasan dalam hidupnya, cenderung lebih mudah untuk memaafkan, tidak membenci orang lain, dan penuh dengan harapan, sehingga dapat dikatakan bahwa individu yang menghindari permasalahan dan tidak membalas dendam akan merasa lebih puas dengan kehidupannya (Szcześniak, 2011). Kaleta & Justyna (2018) juga menjelaskan peran positif antara *forgiveness* dan *life satisfaction*, dimana *forgiveness* yang tinggi dari dalam individu, mampu memberikan pengampunan dan penerimaan terhadap diri, sehingga individu menjadi puas dengan kehidupan mereka.

Pada perhitungan yang dilakukan dalam penelitian ini ditemukan hasil bahwa *forgiveness* memiliki peran yang rendah terhadap *life satisfaction*. Sastre (dalam Eldeleklioglu, 2014) mengungkapkan bahwa hasil yang rendah pada peran *forgiveness* dan *life satisfaction* dapat dipengaruhi oleh perbedaan skala yang digunakan, dan juga dipengaruhi oleh perbedaan budaya. Sastre (dalam Toussaint, 2008) berpendapat bahwa kepuasan hidup dapat memiliki hubungan atau peran dengan beberapa hal seperti harga diri dan kesepian, tetapi memiliki hubungan yang sedikit dengan pengampunan, dan juga karena alat ukur SWLS hanya menilai kepuasan hidup berdasarkan kognitif individu, sehingga belum mampu

menjelaskan secara menyeluruh mengenai pemaafaannya. Mroz & Kaleta (2017) menjelaskan bahwa perbedaan alat ukur *forgiveness* memberikan hasil yang berbeda terkait perannya terhadap *life satisfaction*, dimana TRIM memberikan peran yang lebih kecil dibandingkan dengan alat ukur *forgiveness* yang lain, misalnya HFS.

Berbeda dengan (Neto & Mullet dalam Sastre 2003) yang mengungkapkan alasan bahwa *life satisfaction* sebenarnya tidak begitu memiliki peran yang tinggi dengan *forgiveness* dibandingkan dengan self-esteem ataupun loneliness.

Hasil yang rendah juga dapat dipengaruhi oleh perbedaan usia individu, yang dinyatakan oleh Toussaint, dkk (2001) bahwa *forgiveness* yang lebih kuat berpengaruh terhadap *life satisfaction* justru didapatkan oleh individu lansia dibandingkan dengan individu dengan usia remaja. Faktor lain yang dapat mempengaruhi peran *forgiveness* dan *life satisfaction* adalah *social support*. Zhu (2014) menemukan bahwa *Forgiveness* memiliki peran besar terhadap *life satisfaction*, jika terdapat *social support* didalamnya. Menurutnya, secara khusus individu dengan *forgiveness* yang lebih tinggi cenderung memiliki lebih banyak dukungan sosial, yang dapat berfungsi untuk meningkatkan tingkat kesejahteraan afektif mereka, sehingga juga akan meningkatkan kepuasan hidup mereka.

Faktor lain yang juga dapat menjadi pengaruh terhadap *forgiveness* adalah kebahagiaan individu atau *happiness*. Worthington dalam Yalcin (2015), empat manfaat potensial dari *forgiveness* adalah kesehatan secara fisik, kesehatan secara mental, dan kesehatan spiritual sehingga ini berkontribusi pada kehidupan

individu dan terkait dengan kebahagiaan. Jika individu mampu mengampuni diri sendiri, orang lain, atau situasi dan merasa puas dengan aspek-aspek kehidupan ini, mereka kemungkinan akan lebih bahagia.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti tidak dapat mempertimbangkan rentang konflik dalam pengisian skala, apakah subjek sedang mengalami konflik dalam waktu yang dekat, atau sedang berkonflik pada saat ini, dan sudah berkonflik dalam jangka yang sudah lama.

Skala yang disebarakan melalui online, memiliki keterbatasan dimana peneliti tidak mampu melihat dan mengawasi secara langsung saat subjek mengisi skala, sehingga ditemukan beberapa subjek penelitian mengisi tidak sesuai dengan kondisi yang dialami dan dirasakan, sehingga banyak data yang tidak sesuai.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan dan didapatkan hasil bahwa terdapat peran *forgiveness* terhadap *life satisfaction* pada Mahasiswa.

B. Saran

1. Saran Teoritis

- a. Penelitian selanjutnya lebih mempertimbangkan untuk menyesuaikan kategori subjek yang sedang mengalami konflik atau permasalahan, rentang konflik yang dialami oleh subjek dalam waktu yang singkat, sedang berkonflik pada saat ini, atau sudah mengalami konflik dalam jangka waktu yang lama.
- b. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk mengukur *subjective well-being* secara keseluruhan, sehingga tidak hanya didapatkan hasil dari kepuasan hidupnya saja.
- c. Dapat menjadi pertimbangan bagi penelitian selanjutnya untuk menggali *forgiveness* melalui variabel lain seperti dukungan sosial, kebahagiaan, atau spritualitas sehingga hasil yang didapatkan lebih komprehensif.

2. Saran Praktis

Bagi mahasiswa dapat menjadikan dan menerapkan motivasi *forgiveness* sebagai salah satu cara agar meningkatkan *life satisfaction* atau kepuasan dalam hidup. Motivasi memaafkan dapat dilakukan mahasiswa dengan berbagai cara, salah satunya adalah lebih membuka diri terhadap permasalahan yang ada, tidak memiliki dendam kepada individu yang telah menyakiti, dan mampu ikhlas dalam menghadapi setiap permasalahan atau konflik yang sedang dialami oleh individu tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mabuk, R. H., Enright, R.D., & Cardis, P. A. (1995). Forgiveness education with love deprived late adolescents. *Journal of Moral Education*. 427–444. DOI: [10.1080/0305724950240405](https://doi.org/10.1080/0305724950240405)
- Aricioglu, A. (2016). Mediating the effect of gratitude in the relationship between forgiveness and life satisfaction among university students. *International Journal Of Higher Education*. 275-282. DOI: [10.5430/ijhe.v5n2p275](https://doi.org/10.5430/ijhe.v5n2p275)
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, W. & Marettih, A. K. E. (2018). Apakah pemaafan berkorelasi dengan psychological well-being pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Jurnal Ilmu Perilaku*. 41-53. Vol.02 No.01
- Azra, F. N. (2017). Forgiveness dan subjective well-being dewasa awal atas perceraian orangtua pada masa remaja. *Psikoborneo*. 529-540. Vol.05 No.03
- Azwar. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cempaka, A.L. (2015). Faktor-faktor yang memengaruhi forgiveness dalam pernikahan di kecamatan makasar jakarta timur. *Skripsi*
- Chan, D.W. (2013). Subjective well-being of Hong Kong Chinese teachers: the contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness. *Teaching and teacher education*. 22-30. DOI: [10.1016/j.tate.2012.12.005](https://doi.org/10.1016/j.tate.2012.12.005).
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi (Kartini Kartono, Trans.)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Christanto, S.A., Brenda, D., Assisiansi, C., Pangestu, M.J., Sarita, I., & Sulistiani, V. (2017). Gratitude letter: an effort to increase subjective well-being in college. *Anima Indonesian Psychological Journal*. 158-168. DOI: [0.24123/aipj.v32i3.630](https://doi.org/0.24123/aipj.v32i3.630)
- Diener, E., Biswas-Diener, R. (2008). *Happines: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. USA: Blackwell Publishing.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal Of Personality Assesment*. 71-75. DOI: [10.1207/s15327752jpa4901_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)

- Eldeleklioglu, J. (2015). Predictive affects of subjective happiness, forgiveness, and rumination on life satisfaction. *Social Behaviour and Personality*. 1563-1574. DOI: [10.2224/sbp.2015.43.9.1563](https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.9.1563)
- Freedman, S.R. & Enright, R.D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 983-992. DOI: [0022.006XW7/S3.00](https://doi.org/0022.006XW7/S3.00)
- Hart, K.E. & Shapiro, D.A. (2002). *Secular and spiritual forgiveness interventions for recovering alcoholics harboring grudges*. Paper presented at the annual convention of the American Psychological Association: Chicago.
- Hebl, J.H., & Enright, R.D. (1993). Forgiveness as a psychotherapeutic goal with elderly females. *Psychotherapy*. 658-667. DOI: [10.1037/h0087778](https://doi.org/10.1037/h0087778)
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi 5. Jakarta: Erlangga
- Juwita, V.R. & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan. *Jurnal Empati*. 274-282. Vol.07 No.01
- Kaleta, K. & Mroz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences*. 17-23. DOI: [10.1016/j.paid.2017.08.008](https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.008)
- Larsen, R.J & Michelle E. (2008). *Ed Diener and the Science of Subjective Well-Being*. New York: Guildford
- Mathias, A., L, H. P., Pearl, L. M., & Mike, M. (2012). Forgivingness and subjective well-being in adulthood: the moderating role of future time perspective. *Journal of research in personality*. 1-29. DOI: [10.1016/j.jrp.2011.11.004](https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.11.004)
- Maulida M. & Sari, K. (2016). Hubungan memaafkan dengan kesejahteraan psikologis pada wanita yang bercerai. 7-18. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Psikologi*. Vol.01 No.03
- McCullough, M.E. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal Of Personality and Social Psychology*. 321-336. DOI: [10.1037/0022-3514.73.2.321](https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.321)
- McCullough, M.E., Rachal, K.C., Sandage, S.J., Jr Worthington, E.L., Brown, S.W., & Hight, T.L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II theoretical elaboration and measurement. *Journal Of Personality and Social Psychology*. 1586-1603. DOI: [0022-3514/98/53.00](https://doi.org/0022-3514/98/53.00)

- Mccullough, M.E., Fincham, F.D., & Tsang, J.A. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: the temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivation. *Journal Of Personality and Social Psychology*. 540-557. DOI: [10.1037/0022-3514.84.3.540](https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.540)
- Mroz, Y., & Kaleta, K. (2017). Cognitive and emotional predictors of episodic and dispositional forgiveness. *Polish Psychological Bulletin*. 143-153. DOI: [10.1515/ppb-2017-0018](https://doi.org/10.1515/ppb-2017-0018)
- Novanto, Y., Handoyo, S., Setiawan, J.L. (2018). Demographic Factors and Life Satisfaction of Indonesian Christian private universities lectures: a descriptive preliminary study. *Proceeding ICP-HESOS III*. Surabaya: Universitas Airlangga
- Nurmala, S., & Herani, I. (2016). Kesiediaan Korban untuk Memaafkan Pelaku Pelanggaran: Efek Moderasi Gender dan Etnis. *Prosiding*. 782-791.
- Oetari, R. (2017). Hubungan antara pemaafan dengan psychological well-being pada mahasiswa fakultas psikologi universitas muhammadiyah Surakarta. *Naskah Publikasi*
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *American Psychological Association*. 164-172. DOI: [1040-3590/93/53.00](https://doi.org/1040-3590/93/53.00)
- Prastihastari. I. & Wijaya N.K.T.P. (2012). Efikasi diri akademik dukungan sosial orangtua dan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan. *Jurnal Persona*. 40-52. Vol.01 No.01
- Raudatussalamah & Reni S. (2014). Pemaafan (forgiveness) dan psychological well being pada narapidana wanita. *Marwah*. 219-234. Vol.8 No.2
- Ryff, C.D. (2013). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherpsychosom*. 10-28. DOI: [10.1159/000353263](https://doi.org/10.1159/000353263)
- Salam, B. (2004). Cara Belajar Sukses di Perguruan Tinggi. Jakarta: Rineke Cipta.
- Santrock, J. W. (2002). *Life Span Development. Perkembangan Masa Hidup. Jilid II, Wisnu Chandra, (terj)*. Jakarta: Erlangga.
- Sousa, L., & Lyubomirsky, S. (2001). *Life satisfaction. In J. Worell (Ed.), Encyclopedia of women and gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender*. San Diego: Academic Press.
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

- Saputro, I. & Fuad N. (2017). Resiliensi mahasiswa ditinjau dari pemaafan dan sifat kepribadian agreeableness. *Jurnal Psikologi Islam*. 171-180. Vol.04 No.02
- Sastre, M. Genevieve, dkk. (2003). Forgivingness and satisfaction with life. *Journal of Happiness Studies* 323-335. DOI: [10.1023/A:1026251630478](https://doi.org/10.1023/A:1026251630478).
- Siregar, S. (2014). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Szcześniak, M. (2011). Are proneness to forgive, optimism, and gratitude associated with life satisfaction?. *Polish Psychological Buletin*. 20-23. DOI: [10.2478/v10059-011-0004-z](https://doi.org/10.2478/v10059-011-0004-z)
- Toussaint, L., David, dkk. (2001). Forgiveness and health: age differences in a U.S. probability sample. *Journal of Adult Development*. 249-257. DOI: [1068-0667/01/1000-0249\\$19.50/0](https://doi.org/10.667/01/1000-0249$19.50/0)
- Toussaint, L., & Friedman P. (2008). Forgiveness, gratitude, and well being: the mediating role of affect and beliefs. *Journal Happiness Studies*. 635-654. DOI [10.1007/s10902-008-9111-8](https://doi.org/10.1007/s10902-008-9111-8)
- Wade, N.G. & Everett L.W.J.R. (2005). In search of a common core: a content analysis of interventions to promote forgiveness. *Psychoteraphy: theory, research, practice, training*. 160-177. DOI: [10.1037/0033-3204.42.2.160](https://doi.org/10.1037/0033-3204.42.2.160)
- Yalcin, I., & Asude, M. (2015). The relationship between meaning in life and subjective well-being: forgiveness and hope as mediator. *Journal Happiness Studies*. 915-929. DOI: [10.1007/s10902-014-9540-5](https://doi.org/10.1007/s10902-014-9540-5)
- Zhu, H. (2014). Social support and affect balance mediate the association between forgiveness and life satisfaction. *Social Indicator Research*. 1-11. DOI: [10.1007/s11205-014-0790-8](https://doi.org/10.1007/s11205-014-0790-8)

