

**PENGARUH KEMATANGAN EMOSI DAN EMPATI TERHADAP
FORGIVENESS PADA SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH
BABAKAN CIWARINGIN CIREBON**

SKRIPSI

Diajukan kepada

**Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)**



Muflikhah

1907016141

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2023**

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
Jalan Prof. Dr. Hamka Km 01, Kampus III, Ngaliyan, Semarang 50185
Telepon (024) 76433370, Website fpk.walisongo.ac.id, Email fpk@walisongo.ac.id

PENGESAHAN

Judul : **PENGARUH KEMATANGAN EMOSI DAN EMPATI TERHADAP FORGIVENESS PADA SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH BABAKAN CIWARINGIN CIREBON**

Penulis : Muflikhah
NIM : 1907016141
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 28 Desember 2023

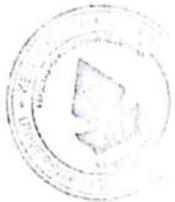
DEWAN PENGUJI

Penguji I

Moh Arifin, S.Ag., M.Hum.
NIP 197110121997031002

Penguji II

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP 198002202016012901



Penguji III

Dr. H. Abdul Wahib, M.Ag.
NIP 196006151991031004

Penguji IV

Lucky Ade Sessiani, M.Psi.
Psikolog
NIP 198512022019032010

Pembimbing I

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP 198002202016012901

Pembimbing II

Khairani Zikrinawati M.A.
NIP 199201012019032036

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH KEMATANGAN EMOSI DAN EMPATI TERHADAP
FORGIVENESS PADA SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH
BABAKAN CIWARINGIN CIREBON.

Nama : Muflikhah
NIM : 1907016141
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosyah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP 198002202016012901

Semarang, 29 November 2023
Yang bersangkutan

Muflikhah
NIM 1907016141

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING 2



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH KEMATANGAN EMOSI DAN EMPATI TERHADAP
FORGIVENESS PADA SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH
BABAKAN CIWARINGIN CIREBON.

Nama : Muflikhah
NIM : 1907016141
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqasyah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,


Khairani Zikrinawati, M.A.
NIP 199201012019032036

Semarang, 29 November 2023
Yang bersangkutan


Muflikhah
NIM 1907016141

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muflikhah

NIM : 190701641

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

**“PENGARUH KEMATANGAN EMOSI DAN EMPATI TERHADAP
FORGIVENESS PADA SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN
ASSA’ADAH BABAKAN CIWARINGIN CIREBON”**

Secara keseluruhan merupakan hasil penelitian atau karya sendiri guna memperoleh gelar sarjana psikologi UIN Walisongo Semarang, kecuali ada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan tercantum dalam daftar pustaka.

Semarang, 4 Desember 2023

Penulis



Muflikhah
NIM. 1907016141

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim,

Alhamdulillah, segala puji atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Kematangan Emosi dan Empati terhadap *Forgiveness* pada Santri Putri Di Pondok Pesantren Assa’adah Babakan Ciwaringin Cirebon”**.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi tugas akhir sebagai salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam proses penyusunan dan penelitian skripsi yang telah penulis lalui tidak terlepas dari adanya kendala dan keterbatasan, yang Alhamdulillah semuanya dapat teratasi berkat arahan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Sehingga dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat izinkan penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahNya yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Prof. Dr. Nizar, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Prof. Dr. Syamsul Ma’arif, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si, selaku Ketua Jurusan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

5. Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si, selaku dosen wali sekaligus pembimbing I yang telah berkenan membimbing, mengarahkan dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi.
6. Ibu Khairani Zikrinawati, S.Psi, M.A., selaku pembimbing II yang telah berkenan membimbing, mengarahkan dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi.
7. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu, arahan, dan bimbingan kepada penulis.
8. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang baik.
9. Kepada pengasuh, pengurus, dan santri-santri putri pondok Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon yang telah membantu melancarkan jalannya penelitian ini.
10. Kepada semua pihak yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu sehingga terselesaikannya skripsi ini.

Penulis menyadari penuh dalam penelitian ini masih banyak keterbatasan yang ada dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis memohon kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Semarang, 4 Desember 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Muflikhah', written in a cursive style.

Muflikhah
NIM 1907016141

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT., atas segala rahmat, hidayahNya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Karya tulis sederhana ini penulis persembahkan untuk:

1. Almamater Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
2. Ema Kuryati dan Bapak Rastoni tercinta yang senantiasa meridhoi, mendoakan, dan mendukung penulis baik secara materil dan moril.
3. Kakak Miftah Arifin, kakak Nina Farhatin, kakak Luthfi Rahman, kakak Fathul Mu'in, kakak Nurrofiqoh, kakak Firmawati, yang telah mendoakan, mendukung agar dapat menyelesaikan perkuliahan saya.
4. Kepada diri saya sendiri yang selalu semangat dan bersabar untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada Ibu Mukaromah, S.Pd, guru-guru RA Al-Madinah Dukuh Bugel, dan mama-mama wali murid RA yang senantiasa memberi semangat dan memberi dukungan kepada penulis.
6. Kepada teman dekat penulis Lintas Wahyuning Karimah, Meliani Putri, S.Tr.A.K, Teh Assha Luthfianie Alifah, S.Tr.Kes., Nur Khofifah, S.M yang selalu memberikan semangat, serta senantiasa bersedia untuk membantu penulis.
7. Kepada teman online penulis Lia Luthfi S.Sos dan Isti'anah yang telah memberikan semangat dan bersedia untuk mendengarkan keluh kesah penulis selama menyelesaikan skripsi walaupun via virtual.

8. Teman-teman seperjuangan psikologi angkatan 2019 terutama teman kelas psikologi D yang sama-sama berjuang dan saling mendukung dalam proses perkuliahan.
9. Teman-teman kos Fina Syifaatun Makhsus, S.Psi, Tesya Selviana Ruthi, Devi Cahyaningrum, dan Hana Rifatul.
10. Semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini.

MOTTO

“Pinter, Bener, Angger”

“Hidup Sekali, Hiduplah yang Berarti”

“Tidak Ada Orang yang Menjadi Mulia Tanpa Memuliakan Orang Tuanya”

- Mf -

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I.....	iii
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING 2	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
<i>ABSTRACT</i>	xix
BABI.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Konseptualisasi Variabel <i>Forgiveness</i>	12
1. Definisi <i>Forgiveness</i>	12
2. Aspek-Aspek <i>Forgiveness</i>	14
3. Faktor-Faktor <i>Forgiveness</i>	18
4. Proses <i>Forgiveness</i>	20
5. Bentuk Perilaku <i>Forgiveness</i>	22
6. Dampak <i>Forgiveness</i>	24
7. <i>Forgiveness</i> Ditinjau dari Perspektif Islam	25
B. Konseptualisasi Variabel Kematangan Emosi.....	27
1. Definisi Kematangan Emosi.....	27

2.	Aspek-Aspek Kematangan Emosi	30
3.	Kematangan Emosi Dalam Perspektif Islam.....	31
C.	Konseptualisasi Variabel Empati.....	33
1.	Definisi Empati.....	33
2.	Aspek-Aspek Empati	35
3.	Empati dalam Perspektif Islam	36
D.	Peran Kematangan Emosi dan Empati terhadap <i>Forgiveness</i>	38
E.	Hipotesis Penelitian.....	42
BAB III	43
METODE PENELITIAN	43
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian	43
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	43
1.	Variabel Penelitian	43
2.	Definisi Operasional.....	44
C.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
D.	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	46
1.	Populasi	46
2.	Sampel.....	46
E.	Teknik Pengumpulan Data	47
F.	Validitas, Daya Diskriminasi Aitem, Reliabilitas Alat Ukur	51
1.	Validitas.....	51
2.	Daya Diskriminasi Aitem.....	52
3.	Reliabilitas	53
G.	Teknik Analisis Data	54
1.	Uji Asumsi.....	54
2.	Uji Hipotesis	55
H.	Hasil Uji Coba Alat Ukur	56
BAB IV	61
HASIL DAN PEMBAHASAN	61
A.	Hasil Penelitian.....	61
B.	Hasil Uji Asumsi.....	66
C.	Hasil Uji Hipotesis.....	69
D.	Pembahasan.....	72

BAB V	80
PENUTUP.....	80
A. Kesimpulan.....	80
B. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	82
DAFTAR LAMPIRAN	87

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Aitem Favorable dan Unfavorable.....	48
Tabel 3.2 Blueprint Skala Forgiveness	49
Tabel 3.3 Blueprint Skala Kematangan Emosi.....	50
Tabel 3.4 Blueprint Skala Empati.....	51
Tabel 3.5 Interpretasi Nilai r Menurut Suharsimi Arinkunto	54
Tabel 3.6 Blueprint Skala Forgiveness setelah Uji Coba.....	57
Tabel 3.7 Blueprint Skala Kematangan Emosi Setelah Uji Coba.....	58
Tabel 3.8 Blueprint Empati setelah Uji Coba	58
Tabel 3.9 Reabilitas Forgiveness saat Aitem Gugur.....	59
Tabel 3.10 Reabilitas Forgiveness setelah Semua Aitem Valid.....	59
Tabel 3.11 Reabilitas Kematangan Emosi saat Aitem Gugur	60
Tabel 3.12 Reabilitas Kematangan Emosi setelah Semua Aitem Valid	60
Tabel 4.1 Distribusi Subjek Berdasarkan Usia.....	61
Tabel 4.2 Hasil Uji Deskriptif.....	62
Tabel 4.3 Kategori Skor Variabel Forgiveness	63
Tabel 4.4 Distribusi Variabel Forgiveness.....	63
Tabel 4.5 Kategori Skor Variabel Kematangan Emosi.....	64
Tabel 4.6 Distribusi Variabel Kematangan Emosi	64
Tabel 4.7 Kategori Skor Variabel Empati.....	65
Tabel 4.8 Distribusi Variabel Empati	65
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas	66
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas.....	67
Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinearitas.....	68
Tabel 4.12 Hasil Uji Hipotesis	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Skema Peran Kematangan Emosi dan Empati terhadap Forgiveness.....	42
---	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	87
Lampiran 2 Hasil Pra Riset.....	88
Lampiran 3. Blue Print <i>Forgiveness</i>	89
Lampiran 4. Blueprint Kematangan Emosi	90
Lampiran 5. Blueprint Empati	92
Lampiran 6. Kuesioner Skala Uji Coba	94
Lampiran 7. Bukti Uji Coba Instrumen Penelitian	100
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	100
Lampiran 9. Skala Penelitian setelah Uji Coba	103
Lampiran 10. Bukti Penelitian.....	107
Lampiran 11. Hasil Skor Responden Penelitian.....	108
Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas	110
Lampiran 13. Hasil Uji Linieritas	111
Lampiran 14. Hasil Uji Multikolinieritas	111
Lampiran 15. Hasil Uji Hipotesis	112
Lampiran 16. Daftar Riwayat Hidup.....	113

**PENGARUH KEMATANGAN EMOSI DAN EMPATI TERHADAP
FORGIVENESS PADA SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH
BABAKAN CIWARINGIN CIREBON**

Muflikhah

Program Studi Psikologi

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

ABSTRAK

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan uji hipotesis berupa regresi linier berganda melalui bantuan *SPSS 26*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 109 santri putri Assa'adah dengan teknik pengambilan sampel berupa sampel jenuh. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala *forgiveness*, skala kematangan emosi, dan skala empati. Berdasarkan hasil uji hipotesis pertama bahwa terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *forgiveness* dengan nilai signifikansi sebesar $0,036 < 0,05$. Hasil hipotesis kedua bahwa terdapat pengaruh empati terhadap *forgiveness* dengan nilai sebesar $0,001 < 0,05$. Hasil hipotesis ketiga memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($P < 0,05$) dengan sumbangan efektif sebesar 18%. Hasil tersebut menunjukkan terdapat pengaruh secara simultan antara kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

Kata kunci: Kematangan Emosi, Empati dan *Forgiveness*

ABSTRACT

Abstract: *This study aims to empirically examine the effect of emotional maturity and empathy on forgiveness in female students at the Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon Islamic boarding school. This study used quantitative methods with hypothesis testing in the form of multiple linear regression using SPSS 26. The population in this study was 109 Assa'adah female students with the sampling technique used was a saturated sample. This study used measuring instruments in the form of forgiveness scale, emotional maturity scale, and empathy scale. Based on the results of the first hypothesis test, there is an influence of emotional maturity on forgiveness with a significance value of $0.036 < 0.05$. The results of the second hypothesis are that there is an influence of empathy on forgiveness with a value of $0.001 < 0.05$. The results of the third hypothesis obtained a significance value of 0.000, which means the significance value is smaller than 0.05 ($P < 0.05$) with an effective contribution of 18%. These results show that there is a simultaneous influence between emotional maturity and empathy on forgiveness in female students at the Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon Islamic boarding school.*

Keyword: *Emoitional Maturity, Empathy, Forgiveness*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu unsur yang ada di pondok pesantren adalah santri. Santri merupakan individu yang sedang belajar mendalami ilmu agama Islam di pondok pesantren (Hikmah dkk., 2019). Interaksi sosial santri putri terbentuk dari aktivitas keseharian mereka yang membawanya pada situasi senang, bahagia, marah, tersakiti, serta konflik (Kusprayogi & Nashori, 2016).

Sebagaimana berita dari media massa di Indonesia yang dimuat dari ANTVKlik.Com seorang santri melakukan penganiayaan terhadap temannya hingga tewas. Diduga motif pelaku melakukan penganiayaan lantaran pelaku tersinggung atas perlakuan korban pada saat bercanda mencium ketiak. Fenomena tersebut terjadi akibat dari ketidakmampuan pelaku dalam memaafkan. Upaya yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan konflik melalui pemaafan (*forgiveness*).

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada 15 santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Pengambilan data yang dilakukan peneliti melalui *google form* yang dibagikan melalui aplikasi *WhatsApp* pada tanggal 22-24 September 2023. Hasil yang diperoleh memperlihatkan bahwa 15 santri putri di pondok pesantren Assa'adah sering mengalami konflik interpersonal dengan presentase 60%. Rata-rata konflik interpersonal yang dialami ke-15 santri putri Assa'adah yaitu kesalahpahaman, permasalahan kecil yang dibesar-besarkan. Konflik interpersonal yang terjadi

diantara santri putri ternyata menimbulkan rasa sakit hati dan meninggalkan bekas luka. Adapun presentase dari ke-15 santri putri yang mengalami sakit hati akibat konflik interpersonal sebesar 66,7%.

Dari hasil studi pendahuluan juga menemukan adanya indikator pemaafan yang rendah dari ke-15 santri putri Assa'adah yang berdasarkan pada teori Nashori (2010). Indikator pemaafan yang rendah tersebut ditandai dengan adanya perilaku menjaga jarak, perilaku malas untuk menolong atau tidak peduli, berpikiran negatif terhadap pelaku, memiliki perasaan benci terhadap pelaku, berpikiran untuk membalas dendam terhadap pelaku, serta ada perasaan senang ketika orang yang membuatnya sakit hati dipermalukan.

Forgiveness diartikan sebagai upaya meniadakan perasaan, pemikiran negatif seperti menghapus kebencian serta mengubah perasaan negatif ke perasaan positif atau netral terhadap pihak yang telah menyakitinya (Yudhianto dkk., 2016). *Forgiveness* adalah kesediaan individu untuk meniadakan hal-hal menyakitkan dari pelaku disertai dengan upaya menumbuhkembangkan perasaan, hubungan interpersonal, dan pikiran positif terhadap pelaku (Nashori, 2010).

Finkel, dkk (2002) dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih mudah untuk memaafkan jika dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan cenderung tidak menyukai konflik karena konflik sering kali memicu serangkaian negatif hormon yang memicu stres. Perempuan juga mempunyai sifat lemah lembut dan penuh kasih

sayang yang membuat perempuan lebih mudah untuk memaafkan (Kartono, 2006:178).

Membalas atas perlakuan yang menyakitkan dari orang lain merupakan hal yang wajar, sebagaimana sejalan dengan hukum timbal balik. Akan tetapi ada sebagian orang yang memilih untuk tidak membalasnya, melainkan memilih untuk melakukan *forgiveness* terhadap pelaku pelanggaran. Karena sebagian orang menyadari bahwa *forgiveness* memiliki beberapa dampak positif bagi dirinya.

Forgiveness merupakan komponen penting dalam menciptakan ketenangan dan meningkatkan kesejahteraan individu (Worthington, 1995). Tingkat *forgiveness* yang lebih tinggi sering kali dikaitkan dengan kesehatan fisik khususnya pada kesehatan jantung. *Forgiveness* juga mampu memberi efek positif lainnya seperti mampu menurunkan kecemasan (Oktaviana, 2022), menurunkan depresi (Snyder & Heinze, 2005), dan memperbaiki hubungan interpersonal akibat konflik. Selain itu pemaafan yang tulus mampu meningkatkan kualitas hidup individu (Nashori, 2010). Individu yang bersedia memaafkan menyadari bahwa peristiwa yang menyakitkan merupakan bagian dari skenario dan kehendak Allah. Dengan demikian, individu mulai merasakan ketenangan dan perasaan negatif yang ada dalam dirinya semakin berkurang.

Individu yang enggan memaafkan, emosi negatif (perasaan marah, benci) yang ada pada dirinya akan tetap bersarang. Kemudian emosi negatif tersebut akan terus bertambah hingga muncul keinginan untuk membalas perbuatan pelaku. Ketika emosi negatif dibiarkan begitu saja akan berdampak pada

kesehatan jantung (Brosschot & Thayer, 2003), serta menimbulkan gejala kecemasan dan gangguan depresi (Thayer & Lane, 2000).

Forgiveness total yang dilakukan santri putri mampu membawa manfaat bagi dirinya. Adapun manfaat dari melakukan pemaafan total diantaranya memperoleh ketenangan jiwa dan kedamaian hidup. Artinya ketika santri putri memaafkan akan merasakan emosi positif, kemudian tidak lagi mengingat kembali peristiwa yang membuatnya sakit hati, bahkan tidak ada niatan untuk membalas dendam. Ketenangan jiwa dan kedamaian hidup tersebut dapat menunjang kelancaran dalam proses belajar di pondok pesantren. Dengan demikian, santri putri mampu mengembangkan potensinya dengan maksimal.

Ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi *forgiveness* diantaranya yaitu karakteristik kepribadian yang meliputi stabilitas emosi (McCullough dkk., 2007) dan empati (McCullough, 2000). Salah satu faktor yang berperan dalam *forgiveness* yaitu karakteristik kepribadian yang meliputi stabilitas emosi. Individu yang stabil emosinya cenderung memiliki kematangan yang menunjukkan bahwa individu tersebut tidak lagi mengikuti gejolak emosinya dan mampu mengeskpresikan emosinya dengan cara yang bisa diterima di lingkungan sosialnya.

Kematangan emosi merupakan bentuk kepribadian dalam mengontrol emosinya serta mampu mengeskpresikan emosi dengan baik Annisavitry & Budiani (2017). Sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Fitriany dkk. mengenai Hubungan Kematangan Emosi dengan *Forgiveness* pada Siswa SMAN 1 Lembah Gumanti yang menunjukkan bahwa kematangan emosi dan

forgiveness memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai korelasi 0,452. Hal ini menandakan bahwa hubungan tersebut bersifat positif, karena semakin tinggi kematangan emosi maka *forgiveness* yang dimiliki individu juga akan tinggi, begitu sebaliknya. Adapun variabel kematangan emosi memiliki sumbangsih sebesar 20% dan faktor lain sebesar 80% terhadap *forgiveness* (Fitriany dkk., 2022).

Empati juga memiliki peran dalam proses *forgiveness*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari & Agung (2016) yang menunjukkan bahwa empati memotivasi individu untuk memberi maaf terhadap individu lain. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Silfasari & Prasetyaningrum (2017) mengenai Empati dan Pemaafan dalam Hubungan Pertemanan Siswa Reguler kepada Siswa Berkebutuhan Khusus (ABK) Di Sekolah Inklusif bahwasanya empati memiliki hubungan yang positif terhadap pemaafan. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketika empati yang dimiliki siswa reguler tinggi maka siswa reguler tersebut akan lebih mudah dalam melakukan pemaafan kepada siswa ABK. Berdasarkan penelitian tersebut empati memiliki sumbangsih sebesar 10,5% terhadap *forgiveness* dan faktor lain sebesar 89,5%.

Dengan adanya kematangan emosi dan empati diharapkan individu mampu meniadakan keinginan untuk membalas perbuatan pelaku pelanggaran, meniadakan keinginan untuk menjaga jarak dengan pelaku pelanggaran. Selain itu, adanya kematangan emosi dan empati diharapkan individu mampu menumbuhkan keinginan untuk berdamai dengan pelaku pelanggaran.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan pemaparan yang telah dijelaskan, peneliti hendak melakukan penelitian dengan judul **Pengaruh Kematangan Emosi dan Empati terhadap *Forgiveness* pada Santri Putri Di Pondok Pesantren Ass'adah Babakan Ciwaringin Cirebon**. Penelitian ini penting dilakukan karena mengingat bahwa *forgiveness* mampu memberikan ketenangan batin khususnya bagi remaja santri putri dan berkaitan dengan kesehatan mental. Artinya ketika santri putri mampu memaafkan kesalahan orang lain dengan tulus tanpa keinginan balas dendam, maka ia akan mendapatkan ketenangan dalam hidupnya dan mampu memaksimalkan potensi yang dimilikinya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti menetapkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon?
2. Apakah terdapat pengaruh empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon?
3. Apakah terdapat pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh kematangan emosi terhadap *forgiveness* santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh empati terhadap *forgiveness* santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang ingin diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam menambah literasi teoritis serta mengembangkan pengetahuan dalam bidang ilmu psikologi terkait kematangan emosi, empati, dan *forgiveness*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Santri Putri

Diharapkan dalam penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada santri putri terkait pentingnya menanamkan rasa empati dan sikap saling memaafkan dalam menjalin hubungan dengan temannya terlebih ketika terjadi konflik interpersonal. Selain itu, diharapkan mampu memberikan pengetahuan khususnya santri putri mengenai

bagaimana kematangan emosi mampu memengaruhi perilaku dalam kesehariannya, khususnya dalam memaafkan kesalahan orang lain.

b. Bagi Lembaga Pondok Pesantren

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi lembaga pondok pesantren Assa'adah terutama dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis khususnya santri putri melalui teknik pemaafan. Selanjutnya diharapkan dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan kualitas hidup dengan menumbuhkembangkan sikap empati dan pemaafan, serta dalam penelitian ini dapat memberikan ilmu pengetahuan baru di pondok pesantren Assa'adah.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan pengetahuan tentang kematangan emosi, empati, dan *forgiveness*.

E. Keaslian Penelitian

Untuk menghindari adanya plagiasi dalam penelitian, maka peneliti melakukan telaah kajian pustaka yang memuat hasil penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini. Adapun penelitian terdahulu dalam penelitian ini, sebagai berikut:

Penelitian yang dilakukan oleh Silfasari & Prasetyaningrum (2017) dengan judul Empati dan Pemaafan dalam Hubungan Pertemanan Siswa Reguler kepada Siswa Berkebutuhan Khusus (ABK) Di Sekolah Inklusi. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara empati dan pemaafan dalam

hubungan pertemanan siswa reguler kepada siswa ABK di sekolah inklusi ($r = 0,323$; $p = 0,001$; $p < 0,005$). Adapun perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan diteliti yaitu terletak pada jumlah variabel independennya, kemudian perbedaan lainnya mengenai metode penelitian yaitu dengan menggunakan regresi linear berganda.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitrianti (2022) tentang Pengaruh Empati dan Komitmen terhadap Pemaafan dalam Perkawinan Di Desa Pagaruyung Kecamatan Tapung Kampar Riau. Hasilnya menunjukkan bahwa empati dan komitmen mempunyai pengaruh yang positif terhadap pemaafan dalam perkawinan. Sebagaimana hasil perhitungan nilai *effect size* yang diperoleh sebesar 12,6% (0,126) yang mendandakan bahwa empati dan komitmen memengaruhi pemaafan dalam perkawinan, dan sebesar 97,4% dipengaruhi faktor lainnya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti terletak pada salah satu variabel bebasnya. Perbedaan yang lainnya terletak pada kategori subjek. Subjek dalam penelitian ini dalam kategori dewasa sedangkan subjek dalam penelitian yang akan diteliti dalam kategori remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Ru'iyah (2013) Pengaruh Religiusitas Islami terhadap Pemaafan pada Remaja: Studi Kasus Di Madrasah Aliyah Negeri III Yogyakarta. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif terhadap pemaafan pada remaja. Sebagaimana hasil yang didapat bahwa religiusitas islami mampu memengaruhi pemaafan dengan sumbangsih sebesar 6,1%. Penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki perbedaan. Salah satunya yaitu jumlah dan perbedaan pada variabel bebasnya,

dalam penelitian ini menggunakan satu variabel bebas yaitu variabel religiusitas islami. Sedangkan variabel bebas yang digunakan pada penelitian yang akan diteliti yaitu kematangan emosi dan empati.

Selanjutnya penelitian yang berjudul Hubungan antara *Forgiveness* dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Tinggal Di Panti Asuhan yang dilakukan oleh Rienneke & Setianingrum (2018). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa antara *forgiveness* dengan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan memiliki hubungan yang signifikan. Dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti memiliki beberapa perbedaan. Adapun perbedaannya terletak pada variabel bebas dan letak variabel *forgiveness*nya. Dalam penelitian ini variabel *forgiveness* dijadikan sebagai variabel bebas, Sedangkan dalam penelitian yang akan diteliti variabel *forgiveness* dijadikan sebagai variabel terikat serta kematangan emosi dan empati dijadikan sebagai variabel bebasnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Annisa & Marettih (2016) mengenai *Empathy Care Training* untuk Meningkatkan Perilaku Memaafkan pada Remaja Akhir. Hasil menunjukkan bahwa *empathy care training* bisa meningkatkan perilaku pemaafan pada remaja akhir. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu terletak pada jenis penelitiannya. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen murni dengan menggunakan desain *between subject randomized two group pretest-posttest control group design*.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahman dkk. (2019) mengenai *Forgiveness as a Mediator on the Effect of Self-Compassion on The Ego Depletion*. Hasil penelitian menunjukkan bahwasanya *forgiveness* terbukti secara signifikan bisa menjadi mediator dalam pengaruh *self-compassion* yang dapat menurunkan *ego depletion*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti sama-sama membahas *forgiveness*, namun terdapat perbedaan pula. Perbedaan tersebut antara lain yaitu dalam penelitian ini *forgiveness* sebagai variabel mediator sedangkan penelitian yang akan diteliti *forgiveness* dijadikan sebagai variabel terikat atau variabel Y. Selanjutnya dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik regresi dengan mediator. Sedangkan penelitian yang akan diteliti menggunakan teknik analisis regresi linear berganda.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas, terdapat perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Pada penelitian terdahulu belum ada yang melakukan penelitian dengan penggabungan tiga variabel yaitu variabel *forgiveness* sebagai variabel dependen, kematangan emosi sebagai variabel independen pertama dan empati sebagai variabel independen kedua. Dengan demikian, penelitian ini bersifat orisinal tanpa ada plagiat baik dalam segi judul, jenis penelitian, lokasi penelitian, responden, dan analisis kasus.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konseptualisasi Variabel *Forgiveness*

1. Definisi *Forgiveness*

Forgiveness dalam kamus Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English (2010) berasal dari kata *forgive* dan mendapat imbuhan *ness*. Kata *forgive* dimaknai sebagai pengampunan atau menunjukkan kemurahan hati terhadap individu lain, tidak memelihara perasaan tidak senang terhadap individu.

Forgiveness dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai pemaafan. Secara termonologis pemaafan berasal dari kata dasar “maaf” yang mendapat imbuhan “pe-an”. Menurut Tim Penyusun Kamus Besar Bahasa Indonesia (2012) kata maaf diartikan sebagai pembebasan individu dari hukuman karena suatu kesalahan. Sementara kata dasar “maaf” merupakan kata saduran dari bahasa Arab *al-'afw* (Shihab, 2007). Kata *al-'afw* pada awalnya bermakna berlebihan, kemudian kata tersebut akhirnya berkembang maknanya menjadi keterhapusan.

Menurut Shihab (2007) pemaafan didefinisikan sebagai menghapus luka hati atau bekas luka yang masih ada dalam hati. Definisi *forgiveness* dalam bahasa Indonesia cenderung bersifat interpersonal, lain halnya definisi *forgiveness* dalam bahasa Arab dan bahasa Inggris yang cenderung bersifat intrapersonal dengan tujuan interpersonal. Oleh karena itu, proses

memaafkan melibatkan perasaan, pikiran, dan tindakan (intrapersonal dan interpersonal).

Forgiveness menurut (McCullough, 2000) didefinisikan sebagai proses perubahan perilaku dalam penurunan keinginan individu untuk menjauhkan diri dari pelaku pelanggaran, penurunan keinginan untuk membalas dendam diikuti dengan keinginan untuk berdamai dengan pelaku pelanggaran. Keinginan untuk berdamai tersebut ditunjukkan dengan adanya perasaan kasihan, memberikan rasa cinta, serta berupaya untuk berbuat baik terhadap pelaku. Hampir sama dengan pendapat McCullough, Ru'iyah (2013) mendefinisikan *forgiveness* sebagai keinginan individu untuk meredakan kebencian yang ada dalam dirinya, menurunkan motivasi untuk membalas dendam serta mengembangkan motivasi untuk berkonsiliasi hubungan dengan pelaku pelanggaran.

Forgiveness diartikan sebagai upaya individu untuk meniadakan perasaan dan pemikiran negatif seperti mengurangi kebencian dan balas dendam serta mengubah perasaan negatif ke perasaan positif atau netral terhadap pihak yang telah menyakitinya (Yudhianto dkk., 2016). Thompson (2005) mendefinisikan *forgiveness* sebagai upaya pembebasan diri dari perasaan, penilaian, respon negatif terhadap individu lain yang telah melakukan pelanggaran. Adapun definisi lain dari *forgiveness* yaitu proses menetralisasi sumber stres yang berasal dari perbuatan dan perkataan yang menyakitkan dari pelaku dalam hubungan interpersonal (Strelan & Covic, 2006).

Ada juga yang mendefinisikan *forgiveness* sebagai kesediaan individu untuk meninggalkan perihal negatif dan kesediaan untuk menumbuhkembangkan afektif, kognitif, serta hubungan interpersonalnya yang positif dengan pelaku pelanggaran (Nashori, 2010). Pemaafan menurut Nashori ditandai dengan meniadakan pikiran dan perasaan negatif, meniadakan keinginan untuk membalas dendam, menjaga perkataan dan perbuatan dari perihal yang menyakitkan, menurunkannya perilaku menghindar, dibarengi dengan perilaku peduli dan rasa iba terhadap pelaku pelanggaran.

Berdasarkan uraian diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa *forgiveness* merupakan kesediaan individu dalam memberikan maaf yang ditandai dengan menghilangnya perasaan dan pikiran negatif, kemudian bersedia untuk menumbuhkan perasaan dan pikiran positifnya, serta diikuti dengan kesediaannya untuk menjalin hubungan kembali dengan individu lain yang telah membuatnya terluka.

2. Aspek-Aspek *Forgiveness*

Aspek dasar *forgiveness* menurut Thompson, dkk (2005) antara lain :

a. *Forgiveness of Self* (Memaafkan Diri Sendiri)

Aspek *forgiveness of self* merupakan kecenderungan individu untuk memaafkan dirinya sendiri dilihat dari respon (perilaku, emosi, dan kognitif) individu terhadap dirinya sendiri setelah terjadi peristiwa pelanggaran. Respon tersebut diwujudkan dengan adanya perasaan positif terhadap dirinya sendiri, melupakan kejadian buruk yang ia

alami, tidak melukai diri sendiri atau orang lain, memahami dan menerima dirinya sendiri setelah terjadinya peristiwa pelanggaran.

b. *Forgiveness of Another Person* (Memaafkan Kesalahan Orang lain)

Forgiveness of another person merupakan kecenderungan individu untuk memaafkan pelaku yang telah menyakitinya. Kecenderungan tersebut bisa dilihat dari respon positif individu yang diwujudkan dengan memahami, berpikir positif, berperilaku baik terhadap pelaku pelanggaran, serta melupakan perilaku buruk yang telah dilakukan oleh pelaku.

c. *Forgiveness of Situatiton* (Memaafkan Situasi)

Forgiveness of situatiton merupakan kecenderungan individu untuk memaafkan situasi negatif diluar batas kontrol manusia (takdir, penyakit, bencana alam). Dari situasi tersebut individu berusaha mengambil hikmah (pelajaran positif) dengan berusaha untuk meniadakan dan mengubah persepsi bahwa bukan karena situasi yang menyebabkan individu tersiksa menderita. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar individu dapat menerima dan memaafkan.

Forgiveness menurut McCullough (2001) memiliki tiga aspek, aspek-aspek tersebut meliputi:

a. *Avoidance Motivation*

Avoidance motivation yaitu penurunan motivasi untuk menghindari kontak pribadi dan psikologis dengan pelaku pelanggaran. Ketika individu merasa sakit hati akibat perilaku menyakitkan, individu

tersebut biasanya akan menarik diri dengan menjaga jarak atau menjauhi pelaku. Lain halnya individu yang bersedia untuk memaafkan, ia akan berusaha untuk tidak lagi menghindari atau menarik diri dari pelaku pelanggaran.

b. *Revenge Motivation*

Revenge motivation yaitu penurunan motivasi dalam membalas dendam terhadap pelaku pelanggaran. Artinya individu yang menjadi korban akan membuang keinginannya untuk membalas dendam. Sering kali individu yang merasa tersakiti pada umumnya akan marah bahkan menyimpan dendam dan mengharap bahaya datang pada pelaku yang telah menyakitinya. Individu yang bersedia untuk memaafkan menurut aspek ini ditandai dengan membuang keinginan untuk membalas dendam dengan pelaku.

c. *Benevolence Motivation*

Benevolence motivation yaitu peningkatan motivasi untuk berbuat kebaikan, keinginan untuk berdamai dengan pelaku yang telah melukai hatinya, keinginan untuk melihat *well-being* pelaku. Misalnya individu yang menjadi korban berusaha untuk berpikir positif serta mengabaikan perbuatan pelaku demi terjalinnya hubungan dengan pelaku.

Menurut Nashori bahwa *forgiveness* terdiri dari tiga dimensi yaitu dimensi emosi, dimensi kognisi, dan dimensi interpersonal (Nashori, 2010). Ketiga dimensi *forgiveness* tersebut berasal dari pendapat Baumeister

(1998) kemudian beliau kembangkan. Adapun penjelasan mengenai ketiga dimensi tersebut antara lain sebagai berikut:

a. Dimensi Emosi

Dimensi emosi mengenai bagaimana perasaan individu yang menjadi korban pelanggaran terhadap pelaku dengan berupaya meninggalkan perasaan negatif dan menumbuhkan perasaan positif terhadap pelaku.

b. Dimensi Kognisi

Dimensi ini berhubungan dengan pemikiran individu yang menjadi korban atas peristiwa pelanggaran yang terjadi pada dirinya, artinya individu sudah tidak lagi berpikiran negatif terhadap pelaku dan berusaha untuk menumbuhkan pemikiran positif terhadap pelaku.

c. Dimensi Interpersonal

Dimensi interpersonal berkaitan dengan dorongan dalam diri individu dan perilaku untuk memberikan pemaafan terhadap pelaku pelanggaran. Seperti individu mampu meninggalkan perilaku acuh tidak acuh terhadap pelaku, mampu meninggalkan perilaku menghindar ataupun balas dendam, mampu menjalin kembali dengan pelaku pelanggaran, dan mampu berbuat baik terhadap pelaku.

Berdasarkan aspek-aspek atau dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh beberapa tokoh, maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini akan menggunakan pengukuran yang berdasarkan pada pendapat Nashori

(2010) yang mencakup tiga dimensi yaitu dimensi emosi, kognisi, dan interpersonal.

3. Faktor-Faktor *Forgiveness*

Menurut McCullough (2000) pada dasarnya *forgiveness* dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya yaitu:

a. Empati

Empati mempunyai kapasitas yang berperan penting dalam keberhasilan *forgiveness* (Macaskill dkk., 2002). Kemampuan empati berhubungan dengan pengambilan peran dengan individu memposisikan dirinya berada dalam situasi pelanggaran yang dialami pelaku. Dengan individu mencoba memahami dan merasakan menjadi pelaku bahwa pelaku merasa bersalah atas perilakunya dan merasa tertekan akibat perbuatan pelanggaran yang ia perbuat. Kemudian diiringi dengan niat baik dari pelaku untuk meminta maaf juga mampu memengaruhi pemberian maaf. Permintaan maaf tersebut mampu membuat individu lebih berempati kepadanya lalu mendorong dirinya untuk memaafkan pelaku.

b. Tingkat Kelukaan yang Dialami Individu

Individu sulit memaafkan kepada pelaku biasanya disebabkan karena peristiwa yang terjadi sangat traumatis serta luka yang ditimbulkan cukup besar. Hal tersebut menandakan bahwa semakin besar luka akibat dari perbuatan pelaku, maka akan semakin sulit individu untuk memaafkan kesalahan pelaku.

c. Permintaan Maaf Pelaku

Salah satu faktor yang memengaruhi *forgiveness* adalah permintaan maaf tulus dari pelaku. Permintaan maaf pelaku kepada korban menunjukkan bentuk tanggung jawab tidak bersyarat dari pelaku atas kesalahannya serta merupakan bentuk komitmen untuk memperbaiki hubungan. Pelaku yang menyadari kesalahannya dan berusaha untuk meminta maaf kepada korban akan mampu meningkatkan empati korban. Dengan demikian, individu (korban) akan lebih mudah untuk memaafkan kesalahan pelaku.

d. Karakteristik Kepribadian

Kepribadian ekstrovert memiliki karakter antara lain keterbukaan ekspresi, asertif, berjiwa sosial, empatik, fleksibel, dan sopan. Sehingga individu yang memiliki kepribadian ekstrovert akan lebih mudah untuk memaafkan (McCullough dkk., 1997). Lain halnya dengan individu yang berkepribadian introvert. Kepribadian introvert ini merupakan salah satu faktor penghambat munculnya *forgiveness*. Hal ini terjadi karena individu yang memiliki kepribadian introvert cenderung bersikap tertutup, suka menyembunyikan perasaan, tidak asertif..

e. Kualitas Hubungan Interpersonal

Kualitas hubungan interpersonal ini memengaruhi *forgiveness*. Hal ini ditandai dengan sejauh mana kedekatan hubungan antara individu yang disakiti dengan pihak yang menyakiti. *Forgiveness* akan terjadi apabila hubungan interpersonal yang mereka jalani mencirikan

closeness, commitment, satisfaction (kepuasan tinggi, komitmen, dan kedekatan).

Menurut McCullough dkk., (2007) bahwasanya salah satu faktor yang memengaruhi *forgiveness* yaitu karakteristik kepribadian yang meliputi stabilitas emosi. Kematangan emosi berdasar pada karakteristik kepribadian yang meliputi stabilitas emosi, dimana individu yang stabil emosinya cenderung mempunyai kematangan (McCullough dkk., 2007).

Berdasarkan uraian diatas mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *forgiveness*, maka penelitian ini menggunakan faktor empati dan kematangan emosi sebagai variabel bebas.

4. Proses *Forgiveness*

Pemaafan yang dilakukan individu memerlukan adanya sebuah proses, berawal dari perasaan sakit hati yang dirasakan individu hingga pembebasan diri dari belenggu kejadian yang menyakitkan dan berakhir pada tindakan kebaikan hati kepada pihak yang telah menyakitinya.

Adapun fase-fase dalam proses *forgiveness* (McCullough dkk., 1997) yaitu

a. *Uncovering Phase* (Fase Pembukaan)

Uncovering phase merupakan fase individu mengalami peristiwa tidak menyenangkan yang menyebabkan munculnya sakit hati dan berulang-ulang memikirkannya. Secara singkatnya individu mengakui bahwa dirinya telah dilukai hingga menyebabkan perasaan sakit hati, terluka, marah. Kemudian jika individu membiarkan perasaan negatif

menguasainya dan masih mengingat peristiwa menyakitkan hanya akan membuat korban merasa dilukai untuk kedua kalinya. Pertama terluka karena pada saat peristiwa pelanggaran yang telah melukainya dan kedua ketika ia membiarkan perasaan-perasaan negatif menguasai hatinya.

b. *Decision Phase* (Fase Keputusan)

Di fase ini individu mengerti akan dampak dari luka yang dialaminya. Individu menyadari bahwasanya perlu adanya upaya untuk membantu menyembuhkan rasa sakitnya. Salah satu upaya yang perlu dilakukan yaitu dengan mempertimbangkan pemaafan sebagai pemilihan respon. Pada fase ini individu memikirkan dan mengambil keputusan yang akan ia pilih. Pilihan tersebut berupa apakah ia memilih untuk memaafkan pelaku yang telah bersalah tersebut ataukah tidak, akan tetapi dalam fase ini individu tersebut belum mengambil tindakan.

c. *Work Phase* (Fase Tindakan)

Untuk dapat melaksanakan keputusan yang telah dibuat difase sebelumnya itu, individu harus mewujudkannya dalam tindakan nyata yaitu mengambil tindakan untuk memberi maaf kepada pelaku yang telah menyakitinya. Maka fase ini individu memberi maaf kepada pelaku.

d. *Deepening Phase (Outcome Phase)* Fase Pendalaman

Fase ini merupakan fase individu menyadari dan merasakan adanya manfaat dari *forgiveness* yaitu ia mengalami kesembuhan,

mengalami penurunan emosi negatif dan mengalami peningkatan perasaan positif terhadap pelaku. Pada saat korban mulai memaafkan, ia akan menemukan makna baru dalam peristiwa menyakitkan yang ia alami. Kemudian individu tersebut juga menyadari bahwa ia membutuhkan pemaafan dari orang lain dan bukan ia sendiri saja yang mengalami penderitaan.

Bisa disimpulkan bahwasanya *forgiveness* memerlukan adanya suatu proses mulai dari *uncovering phase*, *decision phase*, *work phase*, sampai *deeping phase*.

5. Bentuk Perilaku *Forgiveness*

Forgiveness mempunyai empat bentuk perilaku yang saling berinteraksi sehingga menghasilkan beberapa kombinasi *forgiveness*. Adapun kombinasi *forgiveness* tersebut yaitu (Goss, 2002):

a. *Hollow Forgiveness*

Hollow forgiveness ditandai dengan individu yang menjadi korban mampu mengekspresikan pemaafannya secara konkret melalui perilaku yaitu dengan mengatakan kepada pelaku bahwa “saya memaafkan anda”. Akan tetapi, di dalam diri individu tersebut masih menyimpan kebencian dan rasa dendam terhadap pelaku pelanggaran. Hal tersebut menunjukkan bahwa korban belum terbebas dari emosi, pemikiran negatif, belum dapat merasakan dan menghayati adanya pemaafan dalam dirinya.

b. *Silent Forgiveness*

Silent forgiveness merupakan antonim atau kebalikan dari *hollow forgiveness* yang menunjukkan bahwa intrapsikis *forgiveness* dirasakan, akan tetapi individu yang menjadi korban tidak mengekspresikannya melalui perilaku dalam hubungan interpersonalnya. Dalam *silent forgiveness* ini individu yang menjadi korban telah terbebas dari perasaan marah, tidak lagi menyimpan kebencian kepada pelaku serta telah berdamai dengan hatinya. Hanya saja ia tidak mengekspresikan *forgiveness*nya dan membiarkan pelaku terus merasa bersalah.

c. *Total Forgiveness*

Total forgiveness ini individu merasakan dan mengungkapkan pemaafannya yang ditandai dengan melepaskan perasaan negatifnya (marah, kecewa, benci) terhadap pelaku, serta pelaku dibebaskan dari perasaan bersalah dan terbebas dari tekanan dibarengi dengan terjalannya kembali hubungan secara total dengan pelaku seperti situasi sebelum terjadi peristiwa pelanggaran yang menyakitkan. Dengan demikian dalam kombinasi ini telah melibatkan kedua dimensi yaitu dimensi intrapsikis dan interpersonal.

d. *No Forgiveness*

No forgiveness merupakan kombinasi antara intrapsikis dan interpersonal *forgiveness* tidak terjadi pada individu yang menjadi korban. Hal ini terjadi karena ada beberapa faktor, diantaranya

mengenai anggapan bahwa korban yang secara cepat mampu memberikan pemaafan pada pelaku, ia akan dipersepsikan sebagai orang yang bodoh. Selanjutnya memaafkan dianggap sebagai perbuatan yang menunjukkan rendahnya harga diri individu yang menjadi korban dan menurutnya perbuatan tersebut akan memperlakukan dirinya sebagai korban. Terakhir pemaafan yang diberikan tidak memberikan keuntungan praktis ataupun material bagi korban, artinya korban akan memberi pemaafan pada saat pelaku menampilkan tindakan yang memberikan keuntungan bagi korban.

6. Dampak *Forgiveness*

Secara tidak langsung *forgiveness* akan memengaruhi kesehatan dan ketahanan fisik individu. Adapun dampak positif dari pemaafan yaitu menurunkan tekanan darah, meningkatkan sistem kekebalan pada sel dan neuri-endokrin (Worthington & Scherer, 2004) dan memiliki efek ketenangan. Individu yang mampu memaafkan kesalahan pelaku akan jauh lebih tenang, ia tidak mudah tersinggung, tidak mudah marah, serta mampu membina hubungan dengan baik.

Kemudian individu yang mampu memaafkan akan mengalami pembebasan rasa marah, kekesalan, benci, permusuhan, khawatir, dan depresi (Worthington dkk., 2005). Selain itu memaafkan mampu mencegah terjadinya balas dendam terhadap pelaku. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa *forgiveness* memiliki dampak positif bagi

kesehatan fisik dan psikologis individu serta mampu memperbaiki hubungan dengan pelaku.

7. *Forgiveness* Ditinjau dari Perspektif Islam

Perilaku memaafkan sangat dianjurkan oleh agama, sebagaimana telah dicontohkan oleh Rasulullah ketika Rasulullah berdakwah ke negeri Thaif. Sesampainya Rasulullah di Thaif, bukan sambutan baik dan antusias yang didapat dari masyarakat. Melainkan penolakan dan perlakuan yang menyakitkan yang diterima oleh Nabi Muhammad. Beliau dilempari batu hingga berlumuran darah. Melihat perlakuan masyarakat Thaif yang tidak manusiawi itu malaikat menawarkan untuk membalas perbuatan mereka, akan tetapi Nabi Muhammad justru memaafkan semua perbuatan tersebut.

Sebagaimana dalam Surah Ali Imran ayat 134 yang menjelaskan tentang anjuran untuk memiliki sikap *forgiveness* (pemaafan). Adapun artinya sebagai berikut:

“(Yaitu) mereka yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan mereka yang mampu menahan amarah dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan”.

(Q.S. Ali Imran :134).

Berdasarkan Tafsir Al-Mishbah (Shihab, 2002b:202), ayat ini menjelaskan tentang sifat-sifat para penghuni surga atau sifat orang-orang yang bertaqwa. Ayat ini dan sifat-sifat ini berhubungan dengan peristiwa perang Uhud. Adapun ciri atau sifat orang-orang bertaqwa adalah yang pertama orang-orang yang senantiasa menafkahkan hartanya di jalan Allah

baik dalam keadaan lapang maupun dalam keadaan sempit. Sifat yang selanjutnya juga masih berhubungan dengan peristiwa perang Uhud dimana banyak dari kaum muslimin yang gugur di medan perang. Oleh karena itu sifat yang kedua yaitu mampu menahan amarah serta yang mampu memaafkan kesalahan orang lain. Bahkan akan sangat terpuji apabila orang-orang mampu berbuat kebaikan terhadap orang yang pernah melakukan kesalahan.

Dalam ayat ini menunjukkan bahwa ada tiga tingkatan sikap manusia. Tingkatan pertama yaitu mampu menahan amarah. Kata *al-kazhimin* ini diibaratkan sebagai wadah yang penuh dengan air kemudian ditutup rapat agar tidak tumpah. Hal ini mengisyaratkan bahwa individu dalam hatinya ini masih dipenuhi dengan perasaan negatif, serta pikirannya menginginkan untuk balas dendam. Akan tetapi ia memilih untuk menahan amarahnya dan tidak mengikuti hati dan pikirannya tersebut. Artinya ia menahan diri berusaha untuk tidak melakukan perbuatan buruk kepada pelaku kesalahan.

Tingkat yang kedua yaitu yang mampu memaafkan orang lain. Kata *al-afin* berasal dari kata *al-afn* yang memiliki arti menghapus. Individu yang mampu memaafkan orang lain menunjukkan bahwa individu tersebut telah menghapus bekas luka hatinya akibat perbuatan menyakitkan dari orang lain terhadapnya. Pada tingkatan pertama individu masih berada pada tahap menahan amarah artinya bekas lukanya masih membekas di hati. Maka tingkatan kedua ini individu telah menghapus bekas luka yang masih membekas di hatinya.

Adapun untuk mencapai tingkat ketiga dimana Allah mengingatkan bahwa yang disukainya yaitu tidak hanya sekedar individu yang mampu menahan amarah serta memaafkan. Melainkan individu yang mampu berbuat kebaikan kepada orang yang telah melakukan kesalahan terhadapnya.

Berdasarkan penjelasan mengenai *forgiveness* dalam perspektif Islam dapat disimpulkan bahwa dikatakan melakukan *forgiveness* yaitu individu yang mampu menghapus kesalahan individu lain atau mampu menghapus luka batin. Selain itu, dikatakan melakukan *forgiveness* apabila individu tidak membalas perbuatan pelaku sekalipun ia mampu untuk membalasnya. Justru ia berperilaku baik terhadap pelaku yang telah melakukan kesalahan. Hal tersebut merupakan perihal yang tidak mudah dilakukan, oleh karena itu perilaku memaafkan dianggap sebagai perilaku atau sikap orang yang bertakwa.

B. Konseptualisasi Variabel Kematangan Emosi

1. Definisi Kematangan Emosi

Secara bahasa, kematangan emosi berasal dari dua kata yaitu kematangan dan emosi. Menurut Chaplin (2011:291) kematangan diartikan sebagai proses perkembangan mencapai usia masak. Sedangkan emosi diartikan sebagai kondisi kejiwaan yang mewarnai tingkah laku manusia seperti sedih, cinta, marah, takut, serta sejenisnya. Emosi biasanya muncul dalam waktu yang singkat dan merupakan bentuk luapan perasaan.

Kematangan emosi menurut Guswani (2011) didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam menerima hal-hal negatif dari sekelilingnya tanpa membalasnya dengan sikap negatif, melainkan dengan suatu kebaikan. Sedangkan Hurlock mendefinisikan kematangan emosi sebagai kemampuan individu dalam mengontrol emosinya, mengekspresikan emosinya dengan cara yang tepat dan dapat diterima oleh lingkungan sosialnya (2010:213).

Kematangan emosi merupakan suatu keadaan jika dilihat dari segi emosionalnya individu telah mencapai kedewasaan dengan tidak menampilkan pola emosional seperti kanak-kanak (Chaplin, 2011:165). Kematangan emosi memengaruhi individu dalam bertindak laku. Individu yang secara emosionalnya telah matang menunjukkan bahwa ia mampu mengendalikan dan mengontrol emosinya. Ketika individu mampu dalam mengontrol emosi maka individu tersebut juga memiliki kemampuan dalam melihat persoalan secara objektif serta dapat berpikir secara kritis dan lebih baik.

Menurut Muawanah dan Pratikto (2012) kematangan emosi merupakan kemampuan remaja yang ditandai dengan memiliki penerimaan diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan wajar dan dapat diterima oleh lingkungan sosialnya. Sedangkan kematangan emosi menurut Davidoff (1991:49) yaitu suatu kemampuan individu dalam mengekspresikan emosinya pada hal-hal yang lebih bermanfaat serta mampu menggunakan emosinya dengan baik. Artinya bukan berarti

individu tersebut menghilangkan emosi yang ada pada dirinya melainkan dengan menyalurkan atau mengekspresikan emosinya pada hal-hal yang bermanfaat dan yang dapat diterima oleh lingkungan sekitarnya.

Kematangan emosi menurut Shafeeq dan Thaqib (2015) adalah hasil dari perkembangan emosional yang sehat yang menunjukkan bahwa individu mampu mengekspresikan emosinya serta menciptakan mental yang positif. Adapun kematangan emosi menurut Annisavitry, dkk (2017) yaitu suatu bentuk kepribadian dimana individu mampu mengendalikan dan mengatasi emosinya dengan baik. Individu yang memiliki kematangan emosi menunjukkan bahwa individu tersebut mengetahui cara untuk mengungkapkan emosinya dengan baik (menunggu waktu yang tepat dan cara yang dapat diterima oleh lingkungan sosialnya).

Sartre (2002:7) mendefinisikan kematangan emosi sebagai suatu kondisi individu yang tidak mudah terganggu oleh stimulus yang bersifat emosional baik dari luar ataupun dalam dirinya serta mampu menanggapi segala sesuatu dengan wajar dan tepat sesuai dengan kondisi sekitarnya.

Dari beberapa uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kematangan emosi adalah kondisi individu dimana jika dilihat dari perkembangan emosionalnya telah mencapai tingkat kedewasaan yang ditandai dengan kontrol emosi yang baik, kemudian mampu menghadapi tekanan hidup, mampu mengenali emosinya, mampu mengekspresikan emosinya, serta mampu menilai dan berpikir secara kritis sebelum merespon secara emosional.

2. Aspek-Aspek Kematangan Emosi

Aspek-aspek kematangan emosi menurut Hurlock (2010) yaitu

a. Kontrol Emosi

Aspek emosi ini mencakup bagaimana individu tidak meledakan emosinya di hadapan orang lain, melainkan menampilkan atau mengeskpresikannya dengan menunggu waktu yang tepat dan dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan sosialnya.

b. Pemahaman Diri

Individu yang memiliki pemahaman diri mampu mengenali emosi yang ada pada dirinya sendiri serta memiliki kesadaran diri. Individu mampu mengetahui dan memahami apa yang ia rasakan, serta mampu mengetahui penyebab dari emosi yang sedang ia hadapi.

Individu dikatakan mampu memahami dirinya sendiri ketika individu menyikapi segala sesuatu secara positif dan mampu memberikan reaksi emosional yang stabil dimana emosinya atau suasana hatinya tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke emosi atau suasana hati yang lain.

c. Penggunaan Fungsi Kritis Mental

Aspek ini mengenai bagaimana individu memberikan penilaian secara cermat terhadap situasi yang kemudian bertindak secara emosional. Individu yang matang emosinya ketika ada rangsangan stimulus baik dari dalam dirinya atau luar dirinya yang menyebabkan

munculnya emosi, individu tersebut akan menilai secara kritis dan berpikir terlebih dahulu sebelum memberikan tanggapan atau bertindak.

Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini akan menggunakan pengukuran yang berdasarkan pada aspek dari Hurlock yaitu kontrol emosi, pemahaman diri, dan penggunaan fungsi kritis mental.

3. Kematangan Emosi Dalam Perspektif Islam

Ciri individu yang memiliki kematangan emosi menurut Hurlock (2010) adalah mampu mengontrol emosi dengan baik. Salah satu bentuk kontrol diri yang baik adalah mampu menahan amarah (mengendalikan kemarahannya). Artinya ketika terjadi konflik interpersonal khususnya dalam konteks menghadapi kesalahan orang lain, individu mampu menahan amarahnya dengan tidak meledakan emosinya di depan individu lain. Sebagaimana dalam surah Ali-Imran ayat 134.

“(Yaitu) mereka yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan mereka yang mampu menahan amarah dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan”. (Q.S. Ali Imran :134).

Berdasarkan Tafsir Al-Mishbah (Shihab, 2002b:202), ayat ini menjelaskan tentang sifat-sifat para penghuni surga atau sifat orang-orang yang bertaqwa. Diantara sifat orang yang bertaqwa adalah mampu menahan amarah dan mampu memaafkan kesalahan individu lain. Marah merupakan salah satu titik lemah manusia. Itu sebabnya sikap mengendalikan diri adalah ciri dari orang yang bertaqwa.

Dalam surah Ali Imran 134 terdapat kata *kazimin* yang mengandung arti wadah yang penuh air kemudian ditutup rapat agar tidak tumpah. Perihal tersebut diisyaratkan sebagaimana hati masih dipenuhi dengan perasaan atau emosi negatif, pikiran masih menuntut untuk membalasnya, akan tetapi ia tidak mengikuti ajakan hati dan pikirannya tersebut. Sehingga ia tidak melakukan hal-hal negatif atau mengeluarkan perkataan buruk terhadap individu yang melakukan kesalahan terhadapnya.

Kemudian salah satu cara untuk mengendalikan emosi (emosi marah) yaitu dengan cara pengalihan. Salah satunya dengan mengalihkan emosi untuk meredakan ketegangan emosi. Sebagaimana dalam surat Al-Baqarah ayat 153 yang memiliki artinya sebagai berikut:

“Hai orang-orang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar” (Q.S. Al-Baqarah:153).

Berdasarkan Tafsir Al-Misbah (Shihab, 2002a:356) bahwa surah Al-Baqarah ayat 153 mengajak untuk menjadikan shalat dan kesabaran sebagai penolong dalam menghadapi permasalahan dalam hidup. Kata *ash-shabr/sabar* dalam ayat tersebut mengandung banyak hal, salah satunya sabar dalam menghadapi ejekan atau perkataan atau perbuatan yang menyakitkan. Arti terakhir dari ayat ini menyatakan bahwa *sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar* yang mengisyaratkan bahwa apabila individu ingin teratasi penyebab dari kesedihannya, maka harus

menyertakan Allah dalam segala urusan dan setiap langkahnya. Ketika itu pula pasti Allah akan membantunya dalam mengatasi persoalan hidupnya.

Berdasarkan penjelasan diatas mengenai kematangan emosi dalam perspektif Islam dapat disimpulkan bahwa individu yang matang emosinya memiliki kemampuan dalam menahan amarah dan mampu bersabar dalam menghadapi segala persoalan terutama konflik interpersonal dengan individu lain. Bersabar merupakan salah satu bentuk pengalihan dari mengendalikan emosi khususnya emosi negatif.

C. Konseptualisasi Variabel Empati

1. Definisi Empati

Empati merupakan salah satu upaya yang cukup efektif untuk memahami, mengerti, mengenali, dan mengevaluasi individu lain. Empati merupakan kecenderungan individu untuk merasakan apa yang dirasakan dan dilakukan orang lain jika berada dalam posisi tersebut (Umar dkk., 1992:68). Selanjutnya definisi menurut Titchener (2014) yaitu kemampuan individu untuk memahami dan mengerti apa yang dirasakan dan dipikirkan individu lain pada kondisi tertentu kemudian bertindak dan berbicara sesuai dengan pemahamannya.

Empati didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam memahami perasaan, penyebab terjadinya emosi dan sudut pandang orang lain, serta kemampuan merasakan emosi yang dirasakan orang lain (Carré dkk., 2013). Empati juga didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam memposisikan diri berada diposisi individu lain dan emosional individu lain

tanpa harus kehilangan kontrol dirinya dimana dalam hal ini melibatkan proses afektif dan kognitif (Riess dkk., 2012). Sejalan dengan pendapat Riess, dkk., (2012), Silfasari & Prasetyaningrum (2017) bahwasanya empati yaitu memahami perasaan orang lain, mampu berpartisipasi dalam perasaan emosional orang lain, dan mampu membayangkan seolah-olah dirinya berada di posisi orang lain tersebut.

Definisi empati menurut Asih & Pratiwi (2010) adalah kemampuan individu dalam memahami dan menghargai perasaan individu lain dengan cara melihat dan memandang situasi dari sudut pandang individu lain serta memahami emosi dan perasaannya. Menurut Davis (2018) mendefinisikan empati sebagai kemampuan individu untuk ikut merasakan apa yang dirasakan, mengerti apa yang dipikirkan, dan memahami emosi serta sikap individu lain dengan mengambil perspektif individu tersebut.

Empati menurut Brigham (dalam Nurviani & Ilham, 2018) diartikan kemampuan individu secara emosional dalam memahami apa yang dirasakan individu lain. Hubungan yang semula terjalin bisa saja hancur akibat tidak adanya keterampilan empati dalam suatu hubungan. Hal ini bisa terjadi karena keliru dalam mengartikan perasaan yang dirasakan individu lain akibat tumpulnya perasaan. Menurut Nurviani & Ilham (2018) Individu yang memiliki sifat empati diibaratkan sebagai individu dengan pribadi yang humanis yang memiliki kontrol diri yang baik serta memiliki rasa toleransi yang tinggi.

Berbeda dengan pendapat Halpern (2007) bahwasanya empati diartikan sebagai suatu keterampilan sikap individu yang mencoba masuk kedalam dunia orang lain agar individu tersebut mampu mengerti pikiran dan memahami apa yang dirasakan orang tersebut. Empati merupakan proses psikis individu untuk ikut merasakan emosi, perasaan yang sama dengan orang lain (Nursyahrurahmah, 2018). Selanjutnya empati menurut Ramdhani (2016) adalah kepribadian individu untuk merasakan dan memahami apa yang dialami orang lain tanpa ia kehilangan kontrol dirinya.

Dari beberapa pendapat yang dikemukakan oleh beberapa tokoh mengenai empati, maka dapat disimpulkan bahwa empati merupakan kemampuan individu dalam menempatkan diri sendiri pada posisi individu lain dan kemampuan dalam menghayati, memahami pikiran, emosi, perasaan orang lain guna untuk memberikan respon yang tepat.

2. Aspek-Aspek Empati

Menurut Davis (2018) aspek-aspek empati antara lain yaitu:

a. Pengambilan Perspektif (*Perspective Taking*)

Aspek ini individu cenderung untuk memandang segala sesuatu dari perspektif (sudut pandang) dan perasaan individu lain secara spontan.

b. Perhatian (*Empathic Concern*)

Aspek ini cenderung berorientasi pada individu lain dengan memberikan perhatian, merasa kasihan dan kepedulian terhadap individu lain yang ada di lingkungan sekitarnya.

c. Fantasi (*Fantasy*)

Fantasi merupakan terhanyutnya individu terhadap karakter-karakter fiksi dengan membayangkan dirinya secara imajinatif kedalam tindakan dan perasaan dari karakter-karakter yang ada dalam buku, film, cerita novel. Hal tersebut menunjukkan bahwa fantasi ini akan melihat bagaimana individu menempatkan dirinya dan hanyut dalam perbuatan dan perasaan tokoh.

d. Distres Pribadi (*Personal Distress*)

Distres pribadi merupakan kecenderungan individu bahwasanya ia merasa khawatir dan tidak nyaman terhadap perasaannya diri sendiri serta merasa sedih ketika terjadi keretakan hubungan dalam pertemanannya.

Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini akan menggunakan pengukuran yang berdasarkan pada pendapat Davis (2018) yang disusun oleh Zikrinawati, dkk (2023). Adapun aspek-aspek tersebut yaitu pengambilan perspektif, fantasi, perhatian empatik, dan distres pribadi.

3. Empati dalam Perspektif Islam

Ayat yang berkaitan dengan empati termuat dalam surah An-Nisa ayat 8. Sebagaimana dalam surah An-Nisa ayat 8 yang memiliki arti sebagai berikut:

“Dan apabila sewaktu pembagian itu hadir kerabat, anak yatim dan orang miskin, maka berilah mereka sebagian harta itu dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang baik” (Q.S. An-Nisa:8).

Berdasarkan tafsir Al-Misbah (Shihab, 2002b:354) bahwasanya dalam ayat ini mengenai anjuran untuk memberi sebagian harta meski memberi sekadarnya dari harta tersebut. Pemberian tersebut diberikan kepada kerabat yang tidak berhak untuk mendapatkan warisan namun sewaktu pembagian itu hadir, kemudian diberikan kepada anak yatim dan kaum lemah yang membutuhkan bantuan baik mereka hadir atau tidak selama diketahui bahwasanya mereka butuh uluran tangan. Selain itu hendaklah berkata dengan perkataan yang baik kepada anak yatim, kaum lemah.

Maka dapat disimpulkan bahwasanya empati dalam perspektif Islam diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk mendengar, ikut merasakan, membantu orang lain yang didasari dengan hati yang ikhlas dan tulus. Artinya ketika individu terpanggil hatinya untuk ikut merasakan kesusahan orang lain dan membantu meringankan beban penderitaan orang lain perlu dilandasi dengan adanya keikhlasan yang tujuannya hanya semata-mata karena Allah. Empati dalam konteks ini tidak hanya ikut merasakan kepedihan atau kesusahan yang dialami oleh orang lain saja melainkan juga ikut merasakan kesenangannya.

D. Peran Kematangan Emosi dan Empati terhadap *Forgiveness*

Konflik akan selalu hadir dan tidak mungkin untuk dihindari dalam sebuah hubungan seperti halnya dalam hubungan interpersonal dengan teman (Fatmawati dkk., 2018). Hal ini terjadi pada santri putri, dimana aktivitas santri putri yang hampir dilakukan secara bersama-sama tidak menutup kemungkinan terjadi konflik. Terlebih santri putri tergolong dalam kategori remaja yang mana emosi yang dimilikinya belum stabil atau emosinya masih meledak-ledak. Satu dari beberapa santri putri pernah mengalami situasi atau mendapat perlakuan yang tidak menyenangkan dan menyakitkan dari temannya. Untuk itu, upaya yang efektif untuk mengatasi konflik yaitu dengan melalui proses *forgiveness* (pemaafan).

Forgiveness merupakan kesediaan individu untuk menghilangkan kemarahan, kebencian, dan rasa balas dendam akibat dari pelanggaran yang dilakukan oleh pelaku serta dibarengi dengan peningkatan belas kasih sayang, iba terhadap pelaku yang telah menyakiti. *Forgiveness* juga diartikan sebagai kemampuan individu dalam kesediaannya untuk meninggalkan perihal negatif dan bersedia untuk menumbuhkembangkan aspek afektif, aspek kognitif, serta hubungan interpersonalnya dengan pelaku yang telah melakukan pelanggaran terhadapnya (Nashori, 2010).

Remaja yang memiliki *forgiveness* tinggi, ia akan lebih adaptif dalam berperilaku. Sebaliknya remaja yang memiliki *forgiveness* yang rendah, cenderung melakukan tindakan yang merugikan dirinya dan orang lain termasuk melakukan tindakan kekerasan ataupun yang lainnya. Karena

biasanya remaja yang *forgiveness*nya rendah mempunyai sifat egois yang tinggi, lebih mementingkan dirinya sendiri (Khasanah, 2017).

Memaafkan merupakan suatu perkara yang tidak mudah dilakukan. Salah satu faktor yang bisa membentuk *forgiveness* yaitu karakteristik kepribadian yang meliputi stabilitas emosi (McCullough dkk., 2007). Individu yang stabil emosinya cenderung memiliki kematangan yang menunjukkan bahwa individu tersebut tidak lagi mengikuti gejolak emosinya, kemudian mampu berpikir terlebih dahulu sebelum memberi tanggapan atau sebelum bertindak, dan mampu mengeskpresikan emosinya dengan cara yang bisa diterima di lingkungan sosialnya. Kematangan emosi merupakan bentuk kepribadian dalam mengontrol emosinya serta mampu mengeskpresikan emosi dengan baik (Annisavitry & Budiani, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Khasanah (2017) mengenai Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kematangan Emosi terhadap *Forgiveness* pada Remaja di SMA Negeri 2 Kota Pasuruan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan kematangan emosi terhadap *forgiveness*. Semakin tinggi kematangan emosi, maka semakin tinggi pula pemaafannya. Sebaliknya semakin rendah kematangan emosinya maka semakin rendah pula tingkat pemaafannya. Perilaku memaafkan tersebut merupakan sebagai coping dalam mengatasi suatu permasalahan (Rahman dkk., 2019) dan strategi coping dari pelepasan beban penderitaan yang remaja alami sehingga mereka tidak lagi menyimpan perasaan benci, sakit hati, rasa dendam, juga tidak menanggung beban pikiran.

Kematangan emosi tidak hanya menjadi faktor utama dalam mewujudkan *forgiveness* pada remaja. Akan tetapi empati juga berperan penting dalam proses *forgiveness* (McCullough, 2000). Empati merupakan kemampuan individu dalam memahami keadaan, perasaan, serta pikiran individu lain, sehingga mampu merasakan apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh individu lain (Davis, 1983)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fitrianti (2022) menunjukkan hasil bahwasanya empati dan komitmen mempunyai pengaruh yang positif terhadap pemaafan dalam perkawanan di Desa Pagaruyung Kecamatan Tapung Kampar Riau. Semakin tinggi empati yang dimiliki maka semakin tinggi pula pemaafannya. Begitu sebaliknya semakin rendah empati yang dimiliki remaja maka semakin rendah pula pemaafannya. Penelitian tersebut diperkuat dengan pendapat McCullough (2000) yang mengemukakan bahwa empati merupakan elemen penting untuk memotivasi individu dalam proses pemaafan. Melalui empati individu mampu memberikan pemaafan serta memberikan pengaruh positif terkait pihak yang telah menyakiti.

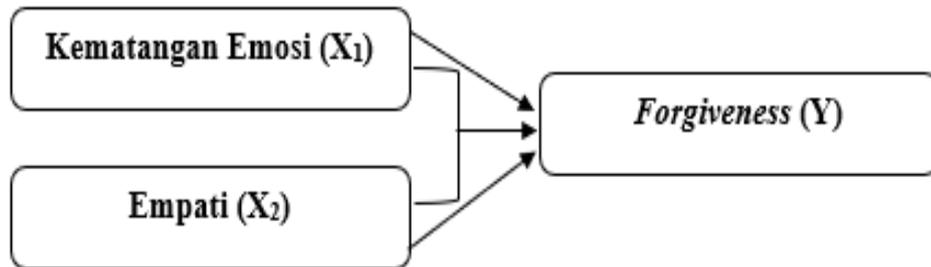
Dengan adanya proses empati yang berlangsung dalam diri individu yang menjadi korban, maka diharapkan terjadi penurunan keinginan untuk membalas dendam, melakukan penghindaran, serta penurunan keinginan untuk menyakiti pelaku tersebut sehingga individu yang dapat berempati dengan baik maka akan mampu memberikan pemaafan masa lalu yang tidak menyenangkan yang pernah ia lewati (McCullough, 2000).

Ketika individu akan memberi pemaafan, pastinya individu tersebut mengingat kembali akan rasa sakit yang pernah ia terima dan membutuhkan empati yang baik (McCullough, 2000). Empati akan memberikan kontribusi pada perkembangan moral orang lain khususnya remaja. Jika individu mampu menempatkan diri pada sudut pandang pelaku yang menyakiti, maka ia akan bisa memahami dan mengerti mengenai alasan dan motivasi individu tersebut melakukan hal yang menyakitkan.

Kesimpulan yang dapat diambil dari uraian di atas bahwasanya kematangan emosi dan empati merupakan variabel independen yang sama-sama dapat berpengaruh pada *forgiveness*. Jika ditinjau dari karakteristik remaja itu sendiri yaitu memiliki emosi yang tinggi atau kurang mampu mengontrol emosi sehingga dalam hal ini kematangan emosi sangat dibutuhkan oleh remaja serta dengan adanya empati yang dimiliki individu maka dapat meningkatkan potensi individu untuk memaafkan pelaku.

Berikut skema peran antara kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

**Gambar 1.1 Skema Peran Kematangan Emosi dan Empati terhadap
*Forgiveness***



E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan dan landasan yang telah diuraikan, sehingga hipotesis (H) yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H₁ :Terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon
- H₂ :Terdapat pengaruh empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon
- H₃ :Terdapat pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kausalitas dengan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian kausalitas ini guna meneliti seberapa jauh hubungan saling memengaruhi (sebab-akibat) diantara ketiga variabel yang akan diteliti.

Pendekatan kuantitatif merupakan suatu pendekatan dimana data penelitiannya berupa data-data numerik yang kemudian diolah menggunakan metode analisis statistika (Azwar, 2018: 5). Data berupa angka tersebut nantinya digunakan sebagai bahan untuk mengukur tingkat kematangan emosi, tingkat empati, tingkat *forgiveness*, dan menguji pengaruh dari kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness*.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan atribut atau nilai atau sifat dari individu yang ditentukan peneliti kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009:38). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis variabel yaitu variabel terikat (*dependen*) dan variabel bebas (*idependen*).

Variabel *dependen* merupakan variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat dari adanya variabel *idependen*. Sementara variabel *independen* yaitu variabel yang menjadi penyebab timbulnya perubahan pada variabel *dependen* (Sugiyono, 2009:39).

Adapun kedua jenis variabel dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Variabel Bebas (X) : Kematangan Emosi (X_1)
Empati (X_2)
- b. Variabel Terikat (Y) : *Forgiveness*

2. Definisi Operasional

a. *Forgiveness*

Forgiveness yaitu kesediaan individu dalam memberikan maaf yang ditandai dengan hilangnya perasaan dan pikiran negatif, kemudian bersedia untuk menumbuhkan perasaan dan pikiran positifnya, serta diikuti dengan kesediaannya untuk menjalin hubungan kembali dengan individu lain yang telah membuatnya terluka.

Pengukuran ini dilakukan menggunakan skala *forgiveness*, dengan aspek yang terdiri dari emosi, kognitif, serta interpersonal. Semakin tinggi skor yang didapat pada skala *forgiveness*, menandakan semakin tinggi perilaku *forgiveness* yang dimunculkan. Begitu sebaliknya semakin rendah skor yang didapat pada skala *forgiveness*, menandakan bahwa semakin rendah pula perilaku *forgiveness* yang dimunculkan.

b. Kematangan Emosi

Kematangan emosi merupakan kondisi individu jika dilihat dari perkembangan emosionalnya telah mencapai tingkat kedewasaan yang ditandai dengan memiliki kontrol emosi yang baik, mampu menghadapi tekanan hidup, mampu mengenali emosinya, mampu mengekspresikan

emosinya, mampu menilai dan berpikir secara kritis sebelum merespon secara emosional.

Pengukuran ini dilakukan menggunakan skala kematangan emosi, dengan aspek yang terdiri dari kontrol emosi, pemahaman diri, dan penggunaan fungsi kritis mental. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala kematangan emosi menandakan semakin tinggi pula tingkat kematangan emosi yang akan memengaruhi individu untuk melakukan pemaafan. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula tingkat kematangan emosi yang akan memengaruhi individu untuk melakukan pemaafan.

c. Empati

Empati merupakan kemampuan individu dalam menempatkan diri sendiri pada posisi individu lain dan kemampuan dalam menghayati, memahami pikiran, emosi, perasaan orang lain guna untuk memberikan respon yang tepat. Pengukuran ini dilakukan menggunakan skala empati yang terdiri dari empat aspek yaitu pengambilan perspektif, fantasi, perhatian empatik, dan distress pribadi. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala empati menandakan semakin tinggi pula tingkat empati yang akan memengaruhi individu untuk melakukan pemaafan. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula tingkat empati yang akan memengaruhi individu untuk melakukan pemaafan.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara offline di pondok pesantren Assa'adah Jl. Kebon Melati No. 02 Babakan Ciwaringin Cirebon.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada 8-9 November 2023 dengan waktu yang dibutuhkan selama 1-2 hari untuk mengumpulkan semua data terkait penelitian.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang digunakan untuk generalisasi hasil penelitian (Sugiyono, 2009:80). Populasi pada penelitian ini yaitu santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin dengan jumlah 109 santri putri.

2. Sampel

Sampel yaitu bagian dari populasi yang memiliki karakteristik tertentu dan dapat mewakili populasi (Sugiyono, 2009:81). Adapun jumlah sampel mempunyai taraf kesalahan yang berbeda-beda. Semakin kecil taraf kesalahan, maka semakin besar ukuran sampel yang dibutuhkan. Sebaliknya semakin besar taraf kesalahan, maka semakin kecil ukuran sampel yang dibutuhkan dalam penelitian. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh santri putri Assa'adah Babakan Ciwaringin sejumlah 109 santri putri.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2009:81). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik *nonprobability* berupa teknik sampling jenuh. Teknik *nonprobability sampling* merupakan suatu metode pengambilan sampel dengan cara tidak memberi kesempatan atau peluang yang sama bagi setiap anggota populasi atau unsur untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2009:84). Sementara sampling jenuh yaitu teknik pengambilan sampel bila seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2009:85).

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan prosedur yang dilakukan untuk memperoleh data. Penelitian ini menggunakan instrumen skala sebagai teknik pengumpulan datanya. Adapun skala yang digunakan yaitu skala *forgiveness*, skala kematangan emosi, dan skala empati. Dari ketiga variabel (variabel kematangan emosi, empati, dan *forgiveness*) peneliti mengumpulkan data menggunakan kuesioner yang berisi tentang pertanyaan atau pernyataan terstruktur dari ketiga variabel tersebut (Sugiyono, 2009).

Peneliti menggunakan indikator dari setiap aspek pada ketiga variabel penelitian. Indikator-indikator tersebut dijadikan sebagai bahan acuan untuk menyusun sebuah aitem-aitem instrumen. Adapun aitem-aitem terdiri dari aitem mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*).

Skala dalam penelitian ini menggunakan empat alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 3.1 Skor Aitem *Favorable* dan *Unfavorable*

Pilihan Alternatif Jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu

1. Skala *Forgiveness*

Pengukuran pada *forgiveness* dilakukan dengan skala *forgiveness* yang dikembangkan oleh peneliti. Butir pernyataan pada skala *forgiveness* dibuat berdasarkan pada aspek *forgiveness* menurut Nashori (2010). Skala *forgiveness* ini mencakup tiga aspek yaitu aspek emosi, kognisi, dan interpersonal yang terdiri dari 24 aitem.

Tabel 3.2 Blueprint Skala *Forgiveness*

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Emosi	Meniadakan perasaan negatif terhadap pelaku	1, 2	13, 14	4
		Memiliki perasaan positif terhadap pelaku	3, 4	15, 16	4
2.	Kognisi	Meniadakan penilaian negatif terhadap pelaku	17, 18	5, 6	4
		Memiliki pandangan yang berimbang terhadap pelaku	19, 20	7, 8	4
3.	Interpersonal	Meniadakan keinginan untuk melakukan hal-hal yang negatif terhadap pelaku	9, 10	21, 22	4
		Mampu melakukan hal-hal positif terhadap pelaku	11, 12	23, 24	4
Total					24

2. Skala Kematangan Emosi

Pengukuran pada kematangan emosi dilakukan dengan skala kematangan emosi yang dikembangkan oleh peneliti. Butir pernyataan

pada skala kematangan emosi ini dibuat berdasarkan pada aspek kematangan emosi menurut Hurlock (2010). Skala kematangan emosi ini mencakup tiga aspek diantaranya yaitu kontrol emosi, pemahaman diri, penggunaan fungsi kritis mental yang terdiri dari 24 aitem.

Tabel 3.3 Blueprint Skala Kematangan Emosi

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kontrol Emosi	Mengekspresikan emosi dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan sosial	1, 2	13, 14	4
		Mampu mengendalikan emosi yang memuncak	3, 4	15, 16	4
2.	Pemahaman Diri	Mampu mengidentifikasi kondisi emosi yang dirasakan	5, 6	17, 18	4
		Mampu mengetahui penyebab dari apa yang sedang dirasakan	7, 8	19, 20	4
3.	Penggunaan Fungsi Kritis Mental	Berpikir kritis sebelum memberikan reaksi terhadap rangsangan yang ada	9, 10	21, 22	4
		Mampu mengevaluasi setiap tindakan yang dilakukan	11, 12	23, 24	4
Total					24

3. Skala Empati

Skala yang digunakan pada penelitian ini mengadopsi skala empati Zikrinawati dkk., (2022) yang berdasarkan pada aspek empati menurut Davis (2018) dengan nilai reliabilitas sebesar 0,901. Skala empati ini mencakup empat aspek diantaranya yaitu pengambilan perspektif, fantasi, perhatian empatik, dan distress pribadi yang terdiri dari 21 aitem. Alasan peneliti mengadopsi skala empati dari Zikrinawati, dkk (2023) yaitu karena skala empati tersebut memiliki reliabilitas sebesar 0,901 yang menunjukkan bahwa reliabilitasnya memiliki nilai yang baik, kemudian skala tersebut dinyatakan reliabel dan terbukti bisa digunakan dalam pengukuran empati.

Tabel 3.4 Blueprint Skala Empati

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Pengambilan Perspektif	1, 3,	17, 18, 19	5
2.	Fantasi	22	6, 7, 8	4
3.	Perhatian Empatik	9, 10, 11, 12	25, 26, 27, 28	8
4.	Distress Pribadi	-	13, 14, 15, 16	4
Total				21

F. Validitas, Daya Diskriminasi Aitem, Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Valid menurut Sugiyono (2009:121) yaitu ketika instrumen pengukuran dapat digunakan dengan tepat guna mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas merupakan suatu kegiatan untuk mengukur ke validan atau kesahihan sebuah instrumen dalam suatu penelitian. Validitas

suatu tes dikatakan akurat jika data yang dihasilkan mampu memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur serta yang dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut (Azwar, 2018).

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu validitas isi melalui *expert judgement* (pendapat dari para ahli). Uji validitas isi dilakukan guna mengetahui apakah setiap butir aitem dalam skala pengukuran telah mencakup semua aspek dari variabel penelitian atau tidak, yang kemudian dikonsultasikan dengan dosen pembimbing (*expert judgement*), serta selanjutnya diujicobakan (Sugiyono, 2009:129). *Expert judgement* ini ditujukan untuk menguji kelayakan item skala dengan melibatkan dua dosen yang ahli di bidang psikologi, bidang kuantitatif yang bertempat di Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

2. Daya Diskriminasi Aitem

Setelah melakukan perbaikan dan seleksi setiap butir aitem yang dilakukan oleh *expert judgement*. Tahapan selanjutnya yaitu pemberian nilai terhadap validitas dari tiap-tiap butir aitem dengan melihat daya beda aitem yang dapat dilihat dari *corrected item-total correlation*. Daya beda aitem yang baik ditandai dengan semakin tinggi skor *corrected item-total correlation*. Sebaliknya jika skor *corrected item-total correlation* yang diperoleh relatif kecil atau mempunyai tanda negatif menunjukkan bahwa butir aitem tersebut tidak mempunyai daya beda aitem yang baik.

Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan uji validitas maka dapat ditentukan bahwasanya ketentuan apabila skor butir aitem memiliki kolerasi dengan skor total $< 0,3$ dapat dinyatakan tidak valid. Jika skor butir aitem memiliki kolerasi dengan skor total $\geq 0,30$ maka dapat dinyatakan valid.

3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu alat ukur yang digunakan untuk mengukur dan melihat sejauh mana alat ukur akan memberi hasil yang konsisten setiap kali digunakan dengan waktu yang berbeda. Reliabilitas menurut Saifuddin (2020:5) yaitu daya konsistensi instrumen psikologi.

Uji reliabilitas dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan *Alpha Cronbach* dengan dibantu *SPSS 26.0 for windows*. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila mempunyai nilai koefisien reliabilitas (nilai *cronbach's alpha*) minimal 0,6 (Sugiyono, 2019). Reliabilitas yang mempunyai rentang 0 sampai 1,00 menandakan bahwa semakin tinggi nilai *cronbach's alpha*. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Azwar (2016:181) yang menyatakan bahwa semakin mendekati 1,00 maka semakin tinggi nilai *cronbach's alpha* (koefisien reliabilitas). Meskipun demikian, menurut Saifuddin (2020:206) bahwasanya koefisien reliabilitas dianggap tinggi (memuaskan) apabila mencapai angka 0,800 sampai 0,900.

Suharsimi Arikunto (2006:75) juga memiliki pedoman untuk memberikan interpretasi nilai *r*. Adapun pedoman menurut Suharsimi sebagai berikut:

Tabel 3.5 Interpretasi Nilai r Menurut Suharsimi Arinkunto

Interval besarnya nilai r	Interpretasi
0,81 – 1,00	Sangat Tinggi
0,61 – 0,80	Tinggi
0,41 – 0,60	Cukup
0,21 – 0,40	Rendah
0,00 – 0,20	Sangat Rendah

G. Teknik Analisis Data

Langkah selanjutnya setelah semua data yang dibutuhkan terkumpul yaitu melakukan analisis data. Tujuan dari dilakukan analisis data yaitu guna mengetahui apakah terdapat pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri di pondok pesantren Assa'adah. Oleh karena itu, untuk mengetahui adanya pengaruh tersebut perlu dilakukan uji prasyarat berupa uji asumsi dan uji hipotesis.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan pengujian data yang digunakan untuk mengetahui kondisi apakah data yang diperoleh telah terdistribusi dengan normal atau tidak (Sugiyono, 2009:172). Pengujian data normalitas ini menggunakan uji *kolmogorov-smirnov*. Variabel dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$. Sebaliknya apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka distribusi data dinyatakan tidak normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah variabel dependen dan variabel independen memiliki hubungan yang linear

(berkolerasi) atau tidak. Uji linieritas menggunakan uji *test for linearity* dengan ketentuan sebagai berikut. Jika nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* $\geq 0,05$ dan jika nilai signifikansi pada baris *Linearty* $< 0,05$ maka hubungan antar variabelnya bersifat linear. Sebaliknya jika nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* $< 0,05$ maka hubungan antar variabelnya tidak linear.

c. Uji Multikolinieritas

Adanya uji multikolinieritas ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada korelasi (hubungan) yang kuat antar variabel bebas yang diteliti atau tidak. Bentuk regresi yang baik adalah bentuk regresi yang bebas dari pertanda multikolinieritas. Artinya bentuk regresi tersebut tidak terjadinya hubungan kolinearitas antar variabel bebas. Untuk mengetahui ada tidaknya multikolinieritas bisa dilakukan dengan pengecekan dari besaran VIF (*Variance Inflation Factor*) dan nilai *tolerance* yang dihasilkan dari aplikasi SPSS. Apabila nilai *tolerance* $< 0,10$ dan nilai VIF > 10 maka terjadi multikolinieritas. Sebaliknya apabila nilai VIF < 10 dan nilai *tolerance* $> 0,10$ maka tidak terjadi adanya multikolinieritas (Widodo, 2017).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji regresi linear berganda. Uji regresi linear berganda tersebut digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh variabel bebas yang jumlahnya lebih dari satu terhadap satu variabel terikat. Perhitungan ini dibantu dengan

aplikasi *SPSS 26.0 for windows*. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ mempunyai arti bahwa hipotesis yang diajukan diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel. Sebaliknya hipotesis ditolak apabila nilai signifikansinya $> 0,05$, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antar variabel tersebut (Ghozali, 2018:98).

H. Hasil Uji Coba Alat Ukur

1. Hasil Validitas

Berdasarkan hasil *expert judgement* yang telah dilakukan maka dapat diperoleh sebagai berikut:

a. *Forgiveness*

Dalam pelaksanaan *expert judgement* ada beberapa perbaikan dalam variabel *forgiveness* diantaranya pengubahan jumlah indikator dalam setiap aspek *forgiveness*. Sebelum diperbaiki jumlah tiap indikator yaitu 3 indikator dari setiap aspeknya, kemudian diubah menjadi 2 indikator dari setiap aspeknya. Sedangkan pernyataan dari setiap aitem tidak ada perbaikan dalam pelaksanaan *expert judgement*.

b. Kematangan Emosi

Dalam pelaksanaan *expert judgement* ada beberapa butir aitem yang diperbaiki diantaranya penambahan jumlah indikator pada aspek penggunaan fungsi kritis mental. Perbaikan selanjutnya mengenai pengurangan jumlah indikator pada aspek pemahaman diri. Terakhir mengenai perbaikan pernyataan aitem dalam indikator pemahaman diri yaitu pernyataan aitem sebelum diperbaiki “Saya berusaha untuk

memahami dan mengerti perasaan saya”, diubah menjadi “Saya memahami perasaan saya”. Selanjutnya perbaikan pada pernyataan aitem “Saya mampu mengetahui penyebab dari kemarahan yang saya alami”, diubah menjadi “Saya mampu mengetahui penyebab dari kemarahan yang saya rasakan”.

2. Hasil Uji Daya Diskriminasi Aitem

a. *Forgiveness*

Skala *forgiveness* yang digunakan pada uji coba berjumlah 24 aitem yang diuji cobakan kepada 37 santri putri. Hasil uji daya diskriminasi aitem menunjukkan terdapat 19 aitem yang dinyatakan valid dan 5 aitem yang dinyatakan gugur karena mempunyai nilai *corrected item total correlation* < 0,30. Adapun aitem yang dinyatakan gugur adalah aitem nomor 6, 15, 17, 19, 24. Berikut adalah tabel blueprint skala *forgiveness* setelah dilakukan uji coba:

Tabel 3.6 Blueprint Skala *Forgiveness* setelah Uji Coba

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Emosi	1, 2, 3, 4	13, 14, *15, 16	7
2.	Kognisi	*17, 18, *19, 20	5, *6, 7, 8	5
3.	Interpersonal	9, 10, 11, 12	21, 22, 23, *24	7
Total		10	9	19

Keterangan: (*) item yang gugur

b. Kematangan Emosi

Skala kematangan emosi yang digunakan pada uji coba berjumlah 24 aitem yang diuji cobakan kepada 37 santri putri. Hasil uji daya diskriminasi aitem menunjukkan terdapat 19 aitem yang dinyatakan

valid dan 5 aitem yang dinyatakan gugur karena mempunyai nilai *corrected item total correlation* < 0,30. Aitem yang dinyatakan gugur adalah aitem nomor 1, 6, 11, 20, 21. Berikut adalah tabel blueprint skala kematangan emosi setelah dilakukan uji coba:

Tabel 3.7 Blueprint Skala Kematangan Emosi setelah Uji Coba

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kontrol Emosi	*1, 2, 3, 4	13, 14, 15, 16	7
2.	Pemahaman Diri	5, *6, 7, 8	17, 18, 19, *20	6
3.	Penggunaan Fungsi Kritis Mental	9, 10, *11, 12	*21, 22, 23, 24	6
Total		9	10	19

Keterangan: (*) item yang gugur

c. Empati

Peneliti tidak melakukan pengujian daya diskriminasi aitem terhadap 21 aitem skala empati. Hal ini dikarenakan 21 aitem skala empati yang disusun Zikrinawati dkk. (2023) secara keseluruhan dinyatakan valid. Berikut adalah tabel blueprint skala empati:

Tabel 3.8 Blueprint Empati Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Pengambilan Perspektif	1, 2	8, 9, 10	5
2.	Fantasi	3	11, 12, 13	4
3.	Perhatian Empatik	4, 5, 6, 7	14, 15, 16, 17	8
4.	Distress pribadi		18, 19, 20, 21	4
Total		7	14	21

3. Hasil Uji Reliabilitas

a. *Forgiveness*

Skala *forgiveness* memperoleh hasil *Alpha Cronbach* sebesar 0,874 sehingga dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas yang sangat tinggi dikarenakan nilai *Alpha Cronbach* berada pada interval 0,81-1,00. Hal ini berdasarkan pada interpretasi nilai *r* menurut Suharsimi Arikunto (2006:75).

Tabel 3.9 Reabilitas *Forgiveness* saat Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.846	24

Tabel 3.10 Reabilitas *Forgiveness* setelah Semua Aitem Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.874	19

b. Kematangan Emosi

Skala kematangan emosi memperoleh hasil *Alpha Cronbach* sebesar 0,864 sehingga dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas yang sangat tinggi dikarenakan nilai *Alpha Cronbach* berada pada interval 0,81-1,00. Hal ini berdasarkan pada interpretasi nilai *r* menurut Suharsimi Arikunto (2006:75).

Tabel 3.11 Reabilitas Kematangan Emosi saat Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.850	24

Tabel 3.12 Reabilitas Kematangan Emosi setelah Semua Aitem Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.864	19

c. Empati

Berdasarkan pengujian yang dilakukan oleh Zikrinawati dkk., (2022) pada skala empati memiliki reliabilitas sebesar 0,901 sehingga alat ukur dinyatakan reliabel serta bisa digunakan untuk mengukur empati.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, kriteria subjek yang digunakan yaitu santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin dengan rentang usia 15-17 tahun. Jumlah populasi pada penelitian ini sebanyak 109. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh santri putri Assa'adah Babakan Ciwaringin sebanyak 109 santri putri dengan rincian sebagai berikut:

a. Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi Subjek Berdasarkan Usia

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	48	44.0	44.0	44.0
	16	27	24.8	24.8	68.8
	17	34	31.2	31.2	100.0
Total		109	100.0	100.0	

Berdasarkan usia, penyebaran data penelitian bisa dilihat pada tabel 4.1 yang menunjukkan bahwa subjek dengan usia 15 tahun sebanyak 48 orang, subjek dengan usia 16 tahun sebanyak 27 orang, serta subjek yang berusia 17 tahun sebanyak 34 orang.

2. Deskripsi Data Penelitian

Tujuan dari deskripsi data penelitian yaitu untuk mempermudah peneliti dalam menginterpretasikan dan memberikan gambaran pada setiap variabel. Hasil deskripsi data ini menggunakan *SPSS* versi 26.0 *for windows* dengan menunjukkan nilai *minimum* (terendah), *maximum* (tertinggi), *mean* (rata-rata), serta *std. deviation* (simpangan baku). Berikut ini rincian nilai *minimum*, *maximum*, *mean*, serta standar deviasi dari masing-masing variabel:

Tabel 4.2 Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KEMATANGAN EMOSI	109	37	69	55.12	6.580
EMPATI	109	48	76	63.63	6.108
FORGIVENESS	109	33	70	52.82	8.337
Valid N (listwise)	109				

Berdasarkan hasil uji deskriptif pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa masing-masing rincian nilai sebagai berikut: variabel kematangan emosi (X1) mempunyai nilai *minimum* 37, nilai *maximum* 69, skor *mean* sebesar 55,12, serta skor *std. deviation* 6,580. Sementara variabel empati (X2) memperoleh skor *minimum* 48, skor *maximum* 76, skor *mean* 63,63, serta skor *std. deviation* 6,108. Dilanjut variabel *forgiveness* (Y) mempunyai nilai *minimum* 33, nilai *maximum* 70, skor *mean* sebesar 52,82, serta skor *std. deviation* 8,337.

Berdasarkan hasil uji deskriptif, kategori skor masing-masing variabel dapat dilihat sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel *Forgiveness*

Tabel 4.3 Kategori Skor Variabel *Forgiveness*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$Y < (M-1SD)$	$Y < 44$	Rendah
$(M-1SD) \leq Y < (M + 1SD)$	$44 \leq Y < 61$	Sedang
$Y \geq (M+ 1SD)$	≥ 61	Tinggi

Berdasarkan rumus pada tabel 4.3 diatas dapat disimpulkan bahwa *forgiveness* pada santri putri pondok Assa'adah dikategorikan rendah apabila memiliki skor di bawah 44. Sementara santri putri yang dikategorikan sedang apabila memiliki skor antara 44 sampai 60. Terakhir, santri yang memperoleh skor lebih besar atau sama dengan 61 adalah santri putri yang memiliki *forgiveness* yang tinggi. Berikut merupakan tabel distribusi jumlah subjek pada tiap kategori:

Tabel 4.4 Distribusi Variabel *Forgiveness*

		Kategori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	14	12.8	12.8	12.8
	Sedang	73	67.0	67.0	79.8
	Tinggi	22	20.2	20.2	100.0
	Total	109	100.0	100.0	

Tabel di atas menunjukkan hasil bahwa dari 109 subjek penelitian, 14 santri putri pondok pesantren Assa'adah atau 12,8% diantaranya mempunyai tingkat *forgiveness* yang rendah. Selanjutnya

73 santri putri Assa'adah atau 67% diantaranya mempunyai tingkat *forgiveness* yang sedang. Terakhir 22 santri putri atau setara dengan 20,2% memiliki tingkat *forgiveness* yang tinggi.

b. Kategorisasi Variabel Kematangan Emosi

Tabel 4.5 Kategori Skor Variabel Kematangan Emosi

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X1 < (M-1SD)$	$X1 < 49$	Rendah
$(M-1SD) \leq X1 < (M + 1SD)$	$49 \leq X1 < 62$	Sedang
$X1 \geq (M+ 1SD)$	≥ 62	Tinggi

Berdasarkan rumus pada tabel 4.5 diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat kematangan emosi pada santri putri pondok Assa'adah dikategorikan rendah apabila memiliki skor di bawah 49. Sementara santri putri yang dikategorikan sedang tingkat kematangan emosinya apabila memiliki skor antara 49 sampai 61. Terakhir, santri yang memperoleh skor lebih besar atau sama dengan 62 adalah santri putri yang memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi. Berikut merupakan tabel distribusi jumlah subjek pada tiap kategori:

Tabel 4.6 Distribusi Variabel Kematangan Emosi

		Kategori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	19	17.4	17.4	17.4
	Sedang	69	63.3	63.3	80.7
	Tinggi	21	19.3	19.3	100.0
	Total	109	100.0	100.0	

Tabel di atas menunjukkan hasil bahwa dari 109 subjek penelitian, 19 santri putri pondok pesantren Assa'adah atau 17,4% diantaranya

mempunyai tingkat kematangan emosi yang rendah. Selanjutnya 69 santri putri Assa'adah atau 63,3% diantaranya mempunyai tingkat kematangan emosi yang sedang. Terakhir 21 santri putri atau setara dengan 19,3% memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi.

c. Kategorisasi Variabel Empati

Tabel 4.7 Kategori Skor Variabel Empati

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X_2 < (M-1SD)$	$X_2 < 58$	Rendah
$(M-1SD) \leq X_2 < (M + 1SD)$	$58 \leq X_2 < 70$	Sedang
$X_2 \geq (M+ 1SD)$	≥ 70	Tinggi

Berdasarkan rumus pada tabel 4.7 diatas dapat disimpulkan bahwa empati yang dimiliki santri putri pondok Assa'adah dikategorikan rendah apabila memiliki skor di bawah 58. Sementara santri putri yang dikategorikan sedang empatinya apabila memiliki skor antara 58 sampai 69. Terakhir, santri yang memperoleh skor lebih besar atau sama dengan 70 adalah santri putri yang memiliki empati yang tinggi. Berikut merupakan tabel distribusi jumlah subjek pada tiap kategori:

Tabel 4.8 Distribusi Variabel Empati

		Kategori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	16	14.7	14.7	14.7
	Sedang	74	67.9	67.9	82.6
	Tinggi	19	17.4	17.4	100.0
	Total	109	100.0	100.0	

Tabel di atas menunjukkan hasil bahwa dari 109 subjek penelitian, 16 santri putri pondok pesantren Assa'adah atau 14,7% diantaranya mempunyai tingkat empati yang rendah. Selanjutnya 74 santi putri Assa'adah atau 67,9% diantaranya mempunyai tingkat empati yang sedang. Terakhir 19 santri putri atau setara dengan 17,4% memiliki tingkat empati yang tinggi.

B. Hasil Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* melalui bantuan *SPSS 26.0 for windows*. Uji normalitas dilakukan guna mengetahui apakah data yang didapat selama penelitian berdistribusi secara normal atau tidak. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada nilai signifikansi yang diperoleh. Berikut tabel hasil uji normalitas yang telah dilakukan:

Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		109
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.48073654
Most Extreme Differences	Absolute	.059
	Positive	.036
	Negative	-.059
Test Statistic		.059
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas bahwa nilai signifikansinya (*Asymp. Sig. (2-tailed)*) yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,200. Hal ini dapat disimpulkan data berdistribusi normal karena nilai yang diperoleh 0,200 > 0,05.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan guna mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang linear antara variabel dependen dan variabel independen. Uji linearitas ini menggunakan bantuan aplikasi *SPSS 26.0* yang dapat dilihat melalui nilai signifikansi pada baris *deviation from linearity* dan baris *linearity*. Jika nilai signifikansi > 0,05 pada baris *deviation from linearity* dan jika nilai signifikansi < 0,05 pada baris *linearity* maka hubungan antara dua variabel bersifat linear (garis lurus). Berikut tabel hasil uji linearitas:

Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas

Variabel	<i>Linearity</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	Keterangan
<i>Forgiveness</i> dengan Kematangan Emosi	0,000	0,175	Linear
<i>Forgiveness</i> dengan Empati	0,000	0,826	Linear

Berdasarkan tabel 4.10 dapat dilihat bahwa nilai signifikansi pada kolom *linearity* antara *forgiveness* dengan kematangan emosi adalah 0,000 < 0,05 kemudian pada kolom *deviation from linearity* diperoleh nilai 0,175 > 0,05. Hal tersebut mengindikasikan bahwa hubungan antara *forgiveness*

dengan kematangan emosi bersifat linear. Selanjutnya nilai signifikansi pada kolom *linearity* antara *forgiveness* dengan empati adalah $0,000 < 0,05$ kemudian pada kolom *deviation from linearity* diperoleh nilai $0,826 > 0,05$. Hal tersebut mengindikasikan bahwa hubungan antara *forgiveness* dengan empati bersifat linear juga.

3. Uji Multikolinearitas

Syarat yang harus dipenuhi dalam penelitian yang menggunakan metode regresi linear berganda yaitu tidak adanya gejala multikolinieritas. Tujuan dilakukan uji multikolinearitas yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang kuat antara variabel bebas atau tidak. Ketentuan dalam uji multikolinearitas ini dapat dilihat dari nilai tolerance dan VIF. Dikatakan bahwa tidak adanya gejala multikolinearitas antara variabel bebas apabila nilai *tolerance* $> 0,10$ dan nilai VIF < 10 . Berikut tabel hasil uji multikolinearitas:

Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinearitas

		Coefficients ^a					Collinearity Statistics	
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
Model		B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	11.259	8.243		1.366	.175		
	Kematangan Emosi	.259	.122	.205	2.129	.036	.821	1.218
	Empati	.428	.131	.314	3.262	.001	.821	1.218

a. Dependent Variable: Forgiveness

Berdasarkan tabel 4.12 di atas menunjukkan nilai *tolerance* 0,821 > 0,10 dan nilai VIF 1.218 < 10. Untuk itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi adanya gejala multikolinearitas antar variabel bebas (independen).

C. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi *SPSS 26.0 for windows* dengan teknik regresi linear berganda. Adanya uji hipotesis guna mengetahui apakah hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Ketentuan diterima atau ditolaknya hipotesis yang diajukan dilihat berdasarkan nilai signifikansi masing-masing variabel. Jika nilai signifikansi yang didapat < 0,05, maka hipotesis yang diajukan diterima. Sebaliknya jika hipotesis yang dinyatakan ditolak apabila nilai signifikansi yang diperoleh > 0,05.

Hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini ada tiga yaitu pengaruh kematangan emosi terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin, pengaruh empati terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin, serta pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin. Berikut adalah tabel hasil uji regresi liner beganda yang didapat:

Tabel 4.12 Hasil Uji Hipotesis

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.441 ^a	.195	.180	7.551

a. Predictors: (Constant), Empati (X2), Kematangan Emosi (X1)

b. Dependent Variable: Forgiveness (Y)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1462.497	2	731.249	12.825	.000^b
	Residual	6043.833	106	57.017		
	Total	7506.330	108			

a. Dependent Variable: Forgiveness (Y)

b. Predictors: (Constant), Empati (X2), Kematangan Emosi (X1)

Berdasarkan tabel di atas dapat diamati bahwa dalam penelitian ini mendapatkan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,180. Hal ini menunjukkan bahwa kematangan emosi dan empati secara bersama-sama memengaruhi *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah dengan kontribusi yang diberikan sebesar 18%, sedangkan 82% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	11.259	8.243		1.366	.175
	Kematangan Emosi	.259	.122	.205	2.129	.036
	Empati	.428	.131	.314	3.262	.001

a. Dependent Variable: Forgiveness (Y)

Tabel diatas menghasilkan nilai signifikansi yang diperoleh dari variabel kematangan emosi (X1) sebesar 0,036, artinya nilai $0,036 < 0,05$. Nilai tersebut menunjukkan bahwa diterimanya hipotesis pertama serta menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah.

Selanjutnya, nilai signifikansi yang diperoleh dari variabel empati (X2) sebesar $0,001 < 0,05$. Nilai tersebut menunjukkan bahwa hipotesis kedua yang telah diajukan dalam penelitian ini diterima. Diterimanya hipotesis kedua menandakan bahwasanya terdapat pengaruh empati terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah.

Terakhir, hipotesis ketiga yang telah diajukan dalam penelitian ini diterima. Hal ini karena pada tabel ANOVA memperlihatkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kematangan emosi dan empati secara bersama-sama berpengaruh terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin.

Secara tematik persamaan regresi linier berganda dirumuskan sebagai berikut: $Y = \alpha + b_1.X_1 + b_2.X_2$. Berdasarkan hasil tabel diatas, maka dapat dilihat nilai koefisien $\alpha = 11,259$, $b_1 = 0,259$, $b_2 = 0,428$. Dari nilai koefisien tersebut dapat dibuat persamaan sebagai berikut:

$$Y = 11,259 + 0,259X_1 + 0,428X_2$$

Y: *forgiveness*, X_1 : kematangan emosi, X_2 : empati. Dari persamaan tersebut, bisa dimaknai bahwa setiap penambahan satu skor kematangan emosi pada santri putri Assa'adah, maka *forgiveness* akan bertambah sebanyak 0,259. Begitu juga pada setiap penambahan satu skor empati pada santri putri, maka *forgiveness* akan bertambah.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Subjek dalam penelitian ini adalah santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Sebanyak 109 santri putri dengan rentang usia 15-17 tahun dijadikan sebagai sampel penelitian. Subjek dengan usia 15 tahun sebanyak 48 orang, subjek dengan usia 16 tahun sebanyak 27 orang, serta subjek dengan usia 17 sebanyak 34 orang.

Berdasarkan data yang didapat bahwa sebanyak 14 santri putri pondok pesantren Assa'adah mempunyai *forgiveness* yang rendah, sebanyak 73 santri putri pondok pesantren Assa'adah mempunyai *forgiveness* yang sedang, dan sebanyak 22 santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin

Cirebon mempunyai *forgiveness* yang tinggi. Selanjutnya jika dilihat dari kematangan emosi bahwa sebanyak 19 santri putri pondok pesantren Assa'adah mempunyai kematangan yang rendah, sebanyak 69 santri putri pondok pesantren Assa'adah mempunyai kematangan emosi yang sedang, dan sebanyak 21 santri putri pondok pesantren Assa'adah mempunyai kematangan emosi yang tinggi. Kemudian diperoleh data bahwa sebanyak 16 putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon mempunyai empati yang rendah, sebanyak 74 santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon mempunyai empati yang sedang, dan sebanyak 19 santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon mempunyai empati yang tinggi.

Penelitian ini mengajukan tiga hipotesis terkait masalah yang diteliti. **Uji hipotesis pertama**, terdapat pengaruh antara kematangan emosi terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin. Hipotesis ini berhasil dibuktikan dengan adanya nilai signifikansi sebesar $0,036 < 0,05$ serta nilai t hitung sebesar $2,129 > t$ tabel sebesar $1,982$. Nilai tersebut menjelaskan bahwa hipotesis diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi (X1) berpengaruh secara parsial terhadap *forgiveness*. Koefisien regresi yang positif menunjukkan bukti bahwasanya semakin tinggi tingkat kematangan emosi, maka semakin tinggi pula kecenderungan untuk melakukan *forgiveness* pada santri putri Assa'adah. Begitu sebaliknya semakin rendah tingkat kematangan emosinya maka semakin rendah pula kecenderungan untuk melakukan *forgiveness*.

Penelitian ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sitohang dan Huwae (2023:332) bahwasanya kematangan emosi dan pemaafan pada remaja akhir perempuan dari keluarga *broken home* memiliki hubungan yang positif dengan nilai koefisien korelasi antara kematangan emosi dengan pemaafan sebesar 0,533, $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kematangan emosi menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan meningkatnya pemaafan. Penelitian lain Fitriany dkk. (2022:68) bahwa diperoleh nilai korelasi sebesar 0,452, $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kematangan emosi memiliki hubungan yang positif terhadap *forgiveness* pada siswa SMAN 1 Lembah.

Rata-rata santri putri Assa'adah yang menjadi subjek penelitian masuk dalam kategori remaja dengan rentang usia 15-17 tahun. Remaja yang memiliki kematangan emosi yang rendah cenderung memiliki *forgiveness* yang rendah pula. Remaja tersebut rentan melakukan tindakan yang merugikan bahkan melakukan tindakan kekerasan terhadap pelaku pelanggaran. Hal ini terjadi karena remaja tersebut belum mampu mengontrol emosinya, tergesa-gesa dalam mengambil keputusan serta dibarengi dengan ketidakmampuan ia dalam berpikir kritis sebelum berperilaku secara emosional. Untuk itu, dalam proses menuju kematangan emosi remaja dituntut untuk dapat memahami, mengontrol dan menguasai emosinya. Sehingga remaja tersebut dapat lebih adaptif dalam melakukan tindakan yang akan dilakukannya, terutama dalam mengatasi problem yang sedang ia alami (Dariyo, 2003).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar santri putri Assa'adah mempunyai tingkat intensitas kematangan emosi dalam kategori sedang. Hal ini bisa diindikasikan bahwa santri putri Assa'adah sudah cukup mampu dalam mengontrol emosinya, mampu mengetahui bagaimana menyelesaikan problem dengan baik. Selain itu, santri putri Assa'adah mampu mempertimbangkan keputusan yang akan diambil dengan baik dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan. Sehingga dengan adanya kematangan emosi yang baik, santri putri Assa'adah mampu menangani konflik interpersonal yang terjadi yaitu melalui *forgiveness*.

Kematangan emosi merupakan kemampuan untuk menilai situasi secara kritis sebelum bereaksi secara emosional sehingga untuk mengambil suatu keputusan atau berperilaku didasari dengan suatu pertimbangan dan tidak mudah berubah-ubah ke dalam suasana hati yang lain (Hurlock,1990:200). Individu yang memiliki kematangan emosi yang baik, ia mampu bertanggung jawab atas keputusan yang ia ambil, salah satunya mengenai keputusan untuk memberikan pemaafan terhadap pelaku yang telah menyakiti hatinya (Angelita dan Arthur, 2023:333).

Uji hipotesis kedua menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara empati terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin. Hipotesis ini berhasil dibuktikan dengan adanya nilai signifikansi empati yang diperoleh sebesar $0,001 < 0,05$, serta nilai t hitung sebesar $3.262 > t$ tabel sebesar 1,982. Nilai tersebut menjelaskan bahwa hipotesis diterima,

terdapat pengaruh yang diberikan empati (X2) terhadap *forgiveness* bersifat signifikan dan positif.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fitrianti (2022:2249) dengan hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara empati dan komitmen perkawinan terhadap pemaafan dalam sebuah perkawinan. Empati dan komitmen perkawinan berpengaruh terhadap pemaafan sebesar 12,6%, hal ini berdasarkan dari hasil nilai *effect size* sebesar 0,126.

Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Umar dkk. (2020: 81) hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut bahwasanya empati dan pemaafan memiliki hubungan yang positif pada remaja yang memiliki orang tua yang bercerai dengan nilai koefisien korelasi antara empati dengan pemaafan sebesar 0,368 $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Empati merupakan kemampuan individu dalam memposisikan dirinya pada posisi orang lain dan untuk melihat kondisi dari sudut pandang orang lain. Menurut Worthington dan Wade (1999) bahwasanya empati mampu mendorong individu untuk melakukan pemaafan. Pernyataan tersebut juga diperkuat oleh pendapat McCullough dkk. (1997) bahwa empati adalah salah satu unsur yang berperan penting dalam *forgiveness*. Karena melalui empati, mampu memotivasi individu untuk memaafkan kesalahan pelaku pelanggaran dan mampu menumbuhkan perasaan positif terhadap pelaku.

Sebelum individu memberikan maaf pada pelaku pelanggaran, tentunya individu mengingat kembali rasa sakit yang pernah ia terima dari pelaku

pelanggaran tersebut, oleh karena itu memerlukan empati yang baik (McCullough, 2000). Melalui empati individu mampu memposisikan dirinya pada sudut pandang pelaku pelanggaran. Kemudian ia akan memahami alasan dan motivasi apa yang menyebabkan pelaku melakukan hal yang menyakitinya. Selain itu individu mencoba membayangkan jika dirinya berada disituasi pelaku dan membutuhkan adanya *forgiveness*, maka individu tersebut pasti mampu untuk memaafkan pelaku. Hal ini dikarenakan individu mampu merasakan apa yang dibutuhkan oleh pelaku pelanggaran yaitu kebutuhan akan pemaafan dari korban.

Disisi lain, Individu yang menjadi korban tentunya ketika berada dalam situasi yang tidak menyenangkan atau berada dalam konflik, hatinya selalu gelisah dan cemas. Untuk itu, upaya yang perlu dilakukan agar mendapatkan ketenangan hati, menghilangkan kecemasan dan perasaan gelisahnya melalui pemaafan. Sebagaimana hasil penelitian Frederic Luskin (dalam Taufik, 2012) yang menunjukkan bahwa terdapat efek positif terhadap kesehatan emosional ketika individu melakukan pemaafan secara total.

Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa santri putri pondok pesantren Assa'adah memiliki empati dan *forgiveness* pada kategorisasi sedang. Hal ini menandakan bahwa santri putri Assa'adah memiliki empati yang baik sehingga mereka mampu untuk memaafkan kesalahan temannya. Menurut Nashori (2008) individu yang mampu memaafkan kehidupan sosialnya akan jauh lebih tenang. Hal ini terjadi karena individu menjadi pribadi yang tidak mudah marah,

tidak mudah tersinggung, serta mampu membina relasi lebih baik lagi dengan individu lainnya.

Uji hipotesis ketiga dengan nilai F hitung sebesar 12,825 yang berarti nilai F hitung $>$ F tabel (3,08) dan nilai signifikansi 0,000 yang berarti nilai signifikansi $<$ 0,05. Nilai tersebut menunjukkan terdapat pengaruh secara bersama-sama antara kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness*. Maka dengan demikian hipotesis ketiga diterima. Semakin tinggi tingkat kematangan emosi dan empati yang dimiliki santri putri pondok pesantren Assa'adah, maka semakin tinggi pula kecenderungan untuk melakukan *forgiveness*. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kematangan emosi dan empati yang dimiliki santri putri Assa'adah maka semakin rendah pula kecenderungan untuk melakukan *forgiveness*. Kontribusi yang diberikan oleh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* sebesar 18% dan 82% *forgiveness* dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Adapun faktor lain yang memengaruhi *forgiveness* selain kematangan emosi dan empati adalah tingkat kelukaan yang dialami korban, permintaan maaf dari pelaku, dan kualitas hubungan interpersonal korban dan pelaku (McCullough, 2000). Wade dan Worthington (2003) mengemukakan bahwa faktor yang memengaruhi *forgiveness* yaitu religiusitas, kecerdasan emosi. Mullet, dkk (2005) berpendapat bahwasanya faktor situasional, faktor relasional, faktor budaya, dan faktor kepribadian dengan teori *Big Five* memengaruhi *forgiveness*. Sedangkan menurut Nashori (2010) faktor yang

memengaruhi *forgiveness* adalah religiusitas, sosial kognitif, hubungan interpersonal, tingkat kelukaan, usia, jenis kelamin, dan pendidikan.

Kematangan emosi dan empati yang baik mampu meningkatkan individu dalam kecenderungan untuk memaafkan kesalahan individu yang telah menyakiti hatinya. Ketika individu mampu memaafkan pelaku terjadi penurunan keinginan untuk membalas perbuatan dan menghindari pelaku (McCullough,2000).

Individu yang mampu memaafkan menandakan bahwa ia mampu berdamai dengan peristiwa masa lalu yang menyakitkan dengan kesediaan dalam menurunkan kebenciannya kemudian tidak berniat untuk membalas dendam dan memusuhi pelaku pelanggaran. Pada intinya memaafkan tidak hanya sekedar menghilangkan perasaan negatif saja, melainkan individu harus mengembalikan perasaan positif terhadap pelaku pelanggaran dan menjalin hubungan kembali dengan pelaku. Individu mengubah perasaan negatifnya akibat pelaku, tindakan, peristiwa yang menyakitkan menjadi perasaan positif dengan artian mampu menerima dan meningkatkan perhatian, perasaan rasa iba, dan kasih sayang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini telah terpenuhi yaitu mengenai pembuktian teori dengan keadaan nyata yang terjadi di lapangan. Berdasarkan pemaparan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan peneliti bahwasanya H1 terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah, artinya semakin tinggi tingkat kematangan emosi maka semakin tinggi pula dalam melakukan *forgiveness*. Sebaliknya semakin rendah tingkat kematangan emosi maka semakin rendah pula dalam melakukan *forgiveness*. Selanjutnya hasil H2 terdapat pengaruh empati terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah, artinya semakin tinggi empati maka semakin tinggi pula dalam melakukan *forgiveness*, begitupun sebaliknya. Terakhir, dari hasil H3 menunjukkan terdapat pengaruh kematangan emosi dan empati terhadap *forgiveness* pada santri putri pondok pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon, maka semakin tinggi tingkat kematangan emosi dan empati maka semakin tinggi pula melakukan *forgiveness*.

Keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian ini adalah hanya ada dua variabel bebas yang digunakan yaitu kematangan emosi dan empati. Kemudian variabel bebas tersebut masih belum mewakili seluruh faktor yang memengaruhi *forgiveness*. Adapun faktor lain yang dapat memengaruhi *forgiveness* seperti religiusitas, tingkat kelukaan, kualitas

hubungan interpersonal, permintaan maaf pelaku. Keterbatasan lainnya mengenai cakupan sampel penelitian yang terlalu sempit dan kurang heterogen. Dalam penelitian ini peneliti hanya menggunakan sampel satu pondok pesantren saja. Terakhir mengenai pengambilan data yang dilakukan secara offline sehingga memerlukan banyak biaya dalam pengambilan datanya.

B. Saran

1. Bagi Santri

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, kematangan emosi dan empati yang dimiliki santri putri Assa'adah masuk kategori sedang. Sehingga diharapkan santri dapat meningkatkan kematangan emosi dan empati agar mampu melakukan pemaafan secara total dan tuntas kepada teman yang telah melukai hatinya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk membahas mengenai *forgiveness* ini diharapkan dapat menambahkan atau mengganti variabel lain, karena *forgiveness* tidak hanya dipengaruhi oleh kematangan emosi dan empati saja. Melainkan *forgiveness* dipengaruhi oleh faktor beberapa faktor internal dan eksternal seperti religiusitas, faktor demografi, kualitas hubungan, *problem focused coping*. Selanjutnya bagi peneliti lain yang tertarik membahas *forgiveness* maka diharapkan untuk lebih heterogen lagi dalam pengambilan sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu & Umar. 1992. *Psikologi umum (edisi revisi)*. Surabaya: Bina Ilmu.
- Annisa, R., & Maretih, A. K. (2016). Empathy care training untuk meningkatkan perilaku memaafkan pada remaja akhir. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 8(2), 285–303. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol8.iss2.art9>
- Annisavitry, Y., & Budiani, M. S. (2017). Hubungan antara kematangan emosi dengan agresivitas pada remaja. *Character: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(1), 1–6.
- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. S. (2010). Perilaku prososial ditinjau dari empati dan kematangan emosi. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 33–42.
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi (2 ed)*. Pustaka Pelajar.
- Brosschot, J. F., & Thayer, J. F. (2003). Heart rate response is longer after negative emotions than after positive emotions. *International Journal of Psychophysiology*, 50(3), 181–187. [https://doi.org/10.1016/S0167-8760\(03\)00146-6](https://doi.org/10.1016/S0167-8760(03)00146-6)
- Carré, A., Stefaniak, N., Ambrosio, F. D., Bensalah, L., & Besche-richard, C. (2013). The basic empathy scale in adults (BES-A): Factor structure of a revised form. *Psychological Assessment*, 25(3), 679–691. <https://doi.org/10.1037/a0032297>
- Dariyo, A., Sareb, R. Masri., Evelina Lidia. (2003). *Psikologi perkembangan dewasa muda*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Davidoff, L. L. (1991). *Psikologi suatu pengantar : edisi kedua jilid 2*. Erlangga.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113–126. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.44.1.113>
- Fatmawati, F., Nurviani, R., & Ilham, R. (2018). Efektivitas pelatihan empati dalam mengurangi konflik perkawinan pada pasangan suami istri yang berada pada tahun awal pernikahan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 165–176. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2954>
- Fitrianti, F. (2022). Pengaruh empati dan komitmen terhadap pemaafan dalam perkawinan di desa Pagaruyung Kecamatan Tapung Kampar Riau. *SIBATIK Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 1(10), 2247–2252. <https://doi.org/10.54443/sibatik.v1i10.325>
- Fitriany, R., Desra, H. H., & Candra, I. (2022). Hubungan kematangan emosi dengan forgiveness pada siswa SMA N 1 Lembah Gumanti. *Jurnal Psikologi Jambi*, 7(02), 62–70. <https://doi.org/10.22437/jpj.v7i02.22458>
- Guswani, A. M., & Kawuryan, F. (2012). Perilaku agresi pada mahasiswa ditinjau

- dari kematangan emosi. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(2), 86–92.
- Halpern, J. (2007). Empathy and patient-physician conflicts. *Journal of General Internal Medicine*, 22(5), 696–700.
- Hikmah, N., Sedjo, P., & Julianti, A. (2019). Pemaafan dan kualitas persahabatan pada santri yang tinggal di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 31–43. <https://doi.org/10.35760/psi.2019.v12i1.1914>
- Hornby, A.S., Cowie, A.P., & Gimson, A. (1987). *Oxford advanced learner's dictionary of current english*. Oxford University Press.
- Hurlock, B. E. (2010). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5 ed). Erlangga.
- Kusprayogi, Y., & Nashori, F. (2016). Kerendahhatian dan pemaafan pada mahasiswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 12–29. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.963>
- Lestari, D. I., & Agung, I. M. (2016). Empati dan pemaafan pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Suska Riau. *Jurnal Studia Insania*, 4(2), 137–146. <https://doi.org/10.18592/jsi.v4i2.1126>
- Macaskill, A., Maltby, J., & Day, L. (2002). Forgiveness of self and others and emotional empathy. *Journal of Social Psychology*, 142(5), 663–665. <https://doi.org/10.1080/00224540209603925>
- McCullough, M. E., Bono, G., & Root, L. M. (2007). Rumination, emotion, and forgiveness : Three longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 490–505. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.3.490>
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strenght: Theory, measurement, and links to wellbeing. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 43–55. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.43>
- McCullough, M. E. (2001). Forgiveness: Who does it and how do they do it? *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 194–197.
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., & Worthington, E. L. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321–336. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.321>
- Muawanah, L. B., & Pratikto, H. (2012). Kematangan emosi, konsep diri dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi*, 7(1), 490–500. <https://doi.org/10.26905/jpt.v7i1.202>
- Mullet, E., Riviere, S., & Munoz Sastre, M. T. (2005) Relationship between young adults' forgiveness culture and their parents' forgiveness culture. *Journal of Cultural and Evolutionary Psychology*, 4 (6), 159-172.
- Nashori, F. (2010). Meningkatkan kualitas hidup dengan pemaafan. *UNISIA*, 33(75), 214–226. <https://doi.org/10.20885/unisia.vol33.iss75.art1>

- Nursyahrurahmah, N. (2018). Hubungan antara kualitas persahabatan dan empati dengan kebahagiaan pada mahasiswa bima. *Jurnal Ecopsy*, 5(2), 88–93. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v5i2.5177>
- Oktaviana, S. K. (2022). Terapi pemaafan untuk menurunkan tingkat kecemasan remaja korban kekerasan. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 5(1), 59–70. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i1.15523>
- Rahman, A. A., Arisanti, E. V., Prahastuti, N. F., & Djamal, N. N. (2019). Forgiveness as a mediator on the effect of self-compassion on the ego depletion. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(2), 181–190. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i2.3814>
- Ramdhani, N. (2016). Emosi moral dan empati pada pelaku perundungan-siber. *Jurnal Psikologi*, 43(1), 66–80. <https://doi.org/10.22146/jpsi.12955>
- Rienneke, T. C., & Setianingrum, M. E. (2018). Hubungan antara forgiveness dengan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 18–31.
- Riess, H., Kelley, J. M., Bailey, R. W., Dunn, E. J., & Phillips, M. (2012). Empathy training for resident physicians: a randomized controlled trial of a neuroscience-informed curriculum. *Journal of General Internal Medicine*, 27(10), 1280–1286. <https://doi.org/10.1007/s11606-012-2063-z>
- Ru'ya, S. (2013). Pengaruh religiusitas islami terhadap pemaafan pada remaja: Studi kasus di Madrasah Aliyah Negeri III Yogyakarta. *Al-Misbah (Jurnal Islamic Studies)*, 1(1), 61–89. <https://doi.org/10.26555/almisbah.v1i1.79>
- Sitohang, A., & Huwae, A. (2023). Kematangan emosi dan pemaafan pada remaja akhir perempuan yang berasal dari keluarga broken home. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5 (2), 327-336.
- Shafeeq, N. Y., & Thaqib, A. (2015). Comparative study of emotional maturity of secondary school students in relation to academic achievement. *The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention*, 2(6), 1437–1444.
- Shihab, M. Q. (2002a). *Tafsir Al-Misbah : Pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an jilid 2*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2002b). *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an jilid 1*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2007). *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir tematik atas pelbagai persoalan umat*. Mizan.
- Silfiasari, S. (2017). Empati dan pemaafan dalam hubungan pertemanan siswa regular kepada siswa berkebutuhan khusus (ABK) di sekolah inklusif. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 126–143. <https://doi.org/10.22219/jipt.v5i1.3886>

- Sihotang, A., & Huwae, A. (2023). Kematangan emosi dan pemaafan pada remaja akhir perempuan yang berasal dari keluarga broken home. *Jurnal Psikologi*, 5(2), 327-336.
- Snyder, C. R., & Heinze, L. S. (2005). Forgiveness as a mediator of the relationship between PTSD and hostility in survivors of childhood abuse. *Cognition and Emotion*, 19(3), 413–431. <https://doi.org/10.1080/02699930441000175>
- Strelan, P., & Covic, T. (2006). A review of forgiveness process models and a coping framework to guide future research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(10), 1059–1085. <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.10.1059>
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Thayer, J. F., & Lane, R. D. (2000). A model of neurovisceral integration in emotion regulation and dysregulation. *Journal of Affective Disorders*, 61(3), 201–216. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(00\)00338-4](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(00)00338-4)
- Thompson, C. R. Snyder, Lesa Hoffman, Scott T. Michael, H. N. R. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313–360. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Tim Redaksi Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2012). *Kamus besar bahasa Indonesia pusat bahasa* (4 ed). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Titchener, E. B. (2014). History of mental concepts introspection and empathy. *Dialogues in Phylosophy*, 7 (1), 25-30. <https://doi.org/10.4324/9780429483110-2>
- Umar, M. F. R., Daud, M., & Faradillah, F. (2020). Hubungan antara empati dan pemaafan pada remaja yang memiliki orang tua bercerai. *Jurnal Ecopsy*. 7 (2). 79-83.
- Wade, N. G., & Worthington, E. L. Jr. (2003). Overcoming interpersonal: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness. *Journal of Counseling & Development-Summer*, 81 (3), 343-353.
- Worthington, E. L. (1995). Promoting forgiveness: a comparison of two brief psychoeducational group interventions with a waiting-list control. *Counseling and Values*, 40(1), 55–68. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.1995.tb00387.x>
- 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 and Health*, 19(3), 385–405. <https://doi.org/10.1080/0887044042000196674>
- Worthington, E. L., vanOyen Witvliet, C., Lerner, A. J., & Scherer, M. (2005). Forgiveness in health research and medical practice. *Explore: The Journal of*

Science and Healing, 1(3), 169–176.
<https://doi.org/10.1016/j.explore.2005.02.012>

Yudhianto, A. D., Hidayah, N., & Hambali, I. M. (2016). Pengembangan modul latihan forgiveness untuk siswa SMA di kota malang. *Jurnal Pendidikan*, 1(12), 2345–2352. <https://doi.org/10.17977/jp.v1i12.8342>

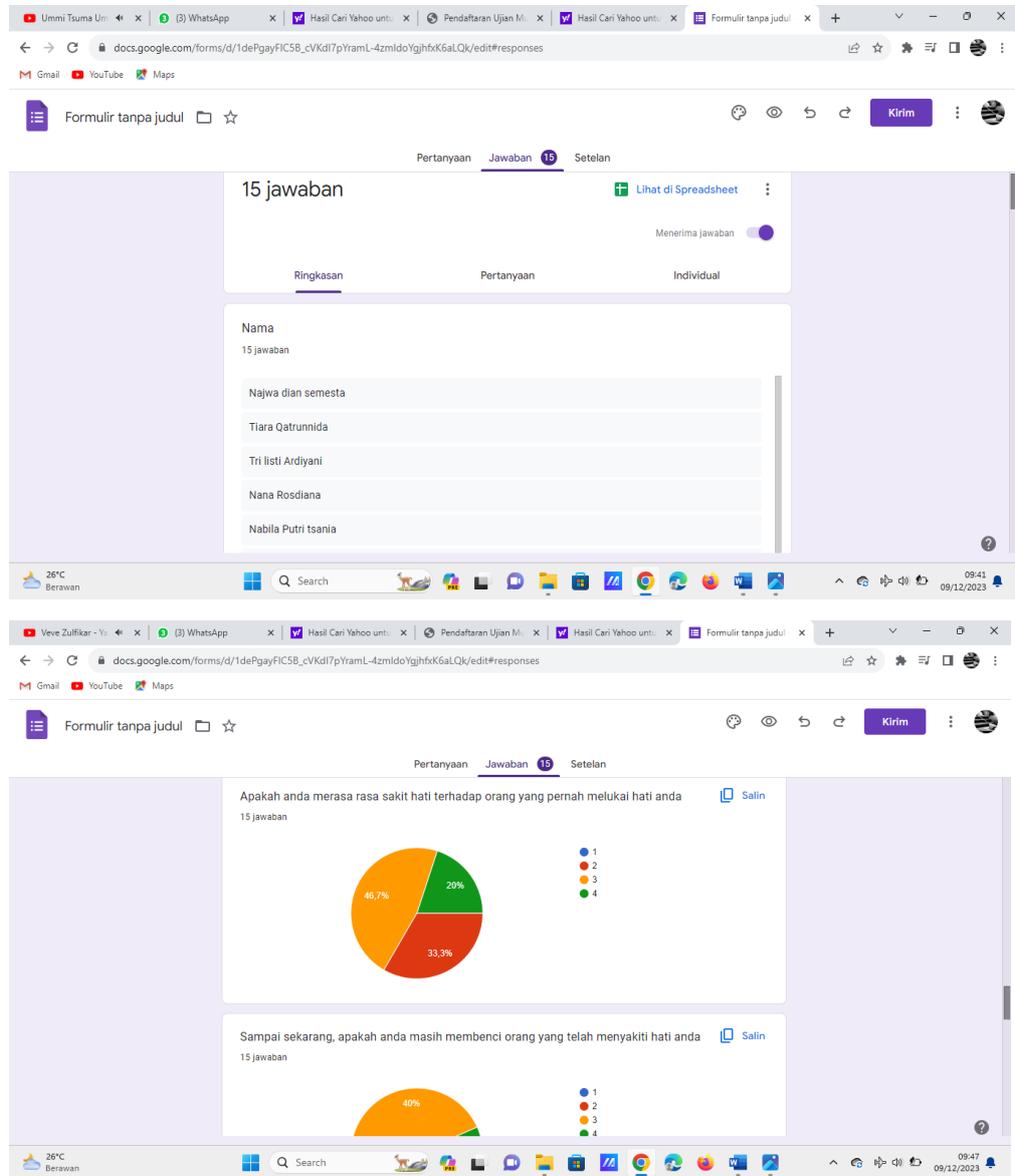
Zikrinawati, K., Aiyuda, N., Kusuma, D., Fitryani, A., Fahjati, E., & Nikmah, N. (2022). Internet altruistic behavior: the role of empathy and self esteem. *Psikostudia*, xx(x), 1–11. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i1>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

	KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus III Ngaliyan telp/Fax (024)7608454 Semarang 50185
Nomor	: 4265/Un.10.7/DI/KM.00.01/09/2023
Lamp	: -
Hal	: Permohonan Ijin Riset/Penelitian
Kepada Yth :	
Pengasuh Pondok Pesantren Assaadah Babakan Ciwaringin di Tempat	
Dengan hormat,	
Kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan ini kami memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset kepada :	
Nama	: Muflikhah
NIM	: 1907016141
Program Studi	: Psikologi
Judul Skripsi	: Pengaruh Kematangan Emosi dan Empati terhadap Forgiveness pada Santri Putri di Pondok Pesantren Assaadah Babakan Ciwaringin Cirebon
Dosen Pembimbing	: Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si dan Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A
Waktu Penelitian	: September 2023 s.d Selesai
Lokasi Penelitian	: Pondok Pesantren Babakan Ciwaringin Cirebon
Demikian surat permohonan riset, dan dipergunakan sebagaimana mestinya. <i>Wassalamu'alaikum Wr. Wb.</i>	
Semarang, 13 September 2023 Mengetahui An: Dekan Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan	
	
Dr. Baidi Bukhori, S. Ag., M.Si.	
Tembusan :	
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang	

Lampiran 2 Hasil Pra Riset



Lampiran 3. Blue Print *Forgiveness*

ASPEK	FAVORABLE	UNFAVORABLE
Emosi	<p>1. Saya telah menghapus kebencian terhadap teman yang pernah melukai hati saya.</p> <p>2. Saya melupakan kemarahan pada teman yang telah melukai hati saya.</p> <p>3. Meskipun teman telah melukai hati, saya masih memiliki rasa sayang terhadapnya.</p> <p>4. Saya masih merasa nyaman meskipun satu kelompok dengan teman yang pernah melukai hati saya.</p>	<p>13. Saya masih membenci teman yang pernah melukai hati saya.</p> <p>14. Saya sukar dalam menghilangkan kemarahan pada teman yang telah melukai hati saya.</p> <p>15. Rasa sayang saya hilang terhadap teman yang telah melukai hati saya.</p> <p>16. Saya merasa tidak nyaman jika duduk satu meja dengan teman yang pernah melukai hati saya.</p>
Kognisi	<p>17. Saya berusaha sebaik mungkin meskipun teman telah melukai hati saya.</p> <p>18. Meskipun teman saya telah melukai hati, saya tetap mempercayainya.</p> <p>19. Ketika teman berbuat buruk terhadap saya, saya berpikir bahwa ada alasan lain mengapa ia berbuat buruk seperti itu.</p> <p>20. Saya berpikir bahwa teman saya adalah manusia biasa yang bisa saja melakukan kesalahan.</p>	<p>5. Saya selalu berburuk sangka terhadap teman yang pernah menyakiti hati saya.</p> <p>6. Saya sukar percaya bahwa teman saya menyadari akan kesalahannya.</p> <p>7. Saya berpikir bahwa teman saya sengaja menyakiti hati saya.</p> <p>8. Saya berpikir bahwa teman saya yang pernah melukai hati adalah orang yang jahat.</p>
Interpersonal	<p>9. Ketika berpapasan dengan teman yang pernah melukai hati saya, saya berusaha</p>	<p>21. Saya sengaja menjauhi teman yang telah melukai hati saya.</p>

	<p>untuk menyapanya terlebih dahulu.</p> <p>10. Meskipun teman telah melukai hati saya, saya berusaha untuk tidak membalas perbuatannya.</p> <p>11. Ketika ada teman yang membutuhkan bantuan, saya akan membantunya meskipun ia pernah menyakiti hati saya.</p> <p>12. Saya berupaya untuk menjalin silaturahmi dengan teman yang telah melukai hati saya.</p>	<p>22. Jika ada teman yang melukai hati saya, saya akan membalas perbuatannya.</p> <p>23. Sulit bagi saya untuk menolong teman yang pernah melukai hati saya.</p> <p>24. Meskipun teman saya meminta maaf atas kesalahannya, saya enggan untuk menjalin hubungan baik dengannya.</p>
--	---	--

Lampiran 4. Blueprint Kematangan Emosi

ASPEK	FAVORABLE	UNFAVORABLE
Kontrol Emosi	<p>1. Ketika pendapat saya tidak didengar, saya berusaha untuk tidak menampilkan ekspresi kecewa.</p> <p>2. Ketika sedang berselisih dengan teman, saya berusaha untuk membicarakan masalah tersebut dengan baik-baik.</p> <p>3. Saya berusaha untuk tetap tenang meskipun teman menjelek-jelekan saya dihadapan banyak orang.</p> <p>4. Saya mampu mengatasi dan mengendalikan kemarahan saya yang sedang meluap luap.</p>	<p>13. Saya meninggalkan diskusi yang sedang berlangsung saat pendapat saya tidak didengar.</p> <p>14. Untuk meredakan kemarahan, biasanya saya cenderung membanting benda yang ada di sekitar saya.</p> <p>15. Jika teman menjelek-jelekan saya, saya membalasnya dengan mengeluarkan kata-kata kasar.</p> <p>16. Dalam keadaan marah, saya sering melampiaskan kemarahan saya pada</p>

		orang lain.
Pemahaman Diri	<p>5. Saya memahami perasaan saya.</p> <p>6. Saya mengerti apa yang menjadi keinginan saya.</p> <p>7. Saya mampu mengetahui penyebab dari kemarahan yang saya rasakan.</p> <p>8. Saya mengetahui penyebab dari rasa sedih yang sedang saya rasakan.</p>	<p>17. Sukar bagi saya untuk memahami apa yang sedang saya rasakan.</p> <p>18. Saya sulit mengerti apa yang menjadi keinginan saya.</p> <p>19. Saya tidak tahu penyebab dari kemarahan yang sedang saya rasakan.</p> <p>20. Sulit bagi saya untuk mengetahui penyebab dari kesedihan yang saya alami.</p>
Penggunaan Fungsi Kritis Mental	<p>9. Sebelum menjawab kritikan dari teman, saya menyusun kata-kata terlebih dahulu.</p> <p>10. Sebelum mengambil keputusan, terlebih dahulu saya mempertimbangkan segala sesuatunya.</p> <p>11. Saya berusaha untuk mengevaluasi diri saya setelah mendapat kritikan dari teman.</p> <p>12. Saya berusaha mengevaluasi setiap tindakan yang saya lakukan.</p>	<p>21. Saya sering menjawab masukan kritikan dari teman tanpa menyusun kata-kata terlebih dahulu.</p> <p>22. Dalam mengambil keputusan, saya jarang mempertimbangkan segala sesuatunya.</p> <p>23. Saya sukar untuk mengevaluasi diri saya setelah mendapat kritikan dari teman.</p> <p>24. Saya sukar dalam mengevaluasi setiap tindakan yang saya lakukan.</p>

Lampiran 5. Blueprint Empati

ASPEK	FAVORABLE	UNFAVORABLE
Pengambilan Perspektif	<p>1. Saya dapat mengambil pelajaran dari setiap kejadian.</p> <p>2. Sebelum mengkritik seseorang, saya mencoba membayangkan bagaimana perasaan saya jika berada di posisi mereka.</p>	<p>8. Saya terkadang merasa sulit untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain.</p> <p>9. Jika saya yakin benar tentang sesuatu, saya tidak membuang banyak waktu mendengarkan argumen orang lain.</p> <p>10. Menghabiskan banyak waktu untuk mendapatkan sudut pandang orang lain adalah hal yang merugikan.</p>
Fantasi	<p>3. Saya sering membayangkan kesedihan yang dialami korban bencana alam.</p>	<p>11. Menurut saya orang yang menonton film sampai meneteskan air mata adalah orang yang cengeng.</p> <p>12. Saya malas menanggapi teman yang ingin curhat.</p> <p>13. Saya merasa kesal ketika siaran televisi terus menayangkan berita bencana alam.</p>
Perhatian Empatik	<p>4. Saya sering mudah tersentuh oleh hal-hal yang saya lihat.</p> <p>5. Saya memiliki perasaan yang lembut dan prihatin terhadap orang</p>	<p>14. Kadang saya tidak terlalu bersimpati kepada teman ketika mereka sedang bersedih.</p> <p>15. Saya tidak terlalu</p>

	<p>yang kurang beruntung dari saya.</p> <p>6. Saya benar-benar merasa turut bahagia ketika melihat keberhasilan teman.</p> <p>7. Hati saya merasa iba jika melihat para penyandang cacat.</p>	<p>khawatir ketika melihat orang lain dalam masalah.</p> <p>16. Ketika melihat seseorang diperlakukan tidak adil, terkadang saya tidak terlalu merasa kasihan pada mereka.</p> <p>17. Saya benci dengan orang yang mengeluh akan hidupnya.</p>
Distress Pribadi		<p>18. Saya benar-benar merasa terganggu dengan pengemis di jalanan.</p> <p>19. Kemalangan yang dialami orang lain, tidak ada kaitannya dengan hidup saya.</p> <p>20. Saya percaya setiap orang bisa menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain.</p> <p>21. Saya tidak terlalu khawatir ketika melihat teman pingsan.</p>

Lampiran 6. Kuesioner Skala Uji Coba

Kuesioner Instrumen Penelitian

Assalamualaikum Wr. Wb.

Kepada Yth. Saudara/i Partisipan

Perkenalkan Saya Muflikhah mahasiswi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang sedang melakukan penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir (skripsi). Mohon kesediaannya Anda untuk dapat mengisi kuesioner penelitian ini. Berikut beberapa hal yang dapat diperhatikan dalam pengisian kuesioner penelitian ini:

- Seluruh identitas dan jawaban akan dijaga penuh kerahasiaannya sesuai dengan kode etik penelitian.
- Kesungguhan dan keterbukaan Anda sangat peneliti harapkan demi kualitas penelitian ini.
- Partisipasi Anda sangat berarti dalam penelitian ini.

Terimakasih atas kerja sama dan partisipasi Anda. Semoga kesediaan Anda akan menjadi catatan kebaikan untuk diri Anda.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin :

Usia :

Nomor WA :

Petunjuk Pengerjaan

- Dimohon tidak melewatkan salah satu atau beberapa pernyataan kosong tanpa jawaban.
- Pilihlah jawaban pernyataan yang sesuai dengan **keadaan pribadi masing-masing secara jujur.**
- Tidak ada jawaban benar atau salah.
- Adapun empat pilihan jawaban yang tersedia, diantaranya yaitu

Sangat Sesuai (SS)
Sesuai (S)
Tidak Sesuai (TS)
Sangat Tidak Sesuai (STS)

- Kesungguhan dan kejujuran Anda sangat saya hargai karena akan ikut menentukan kualitas penelitian ini.

Untuk itu saya ucapkan terimakasih.

Skala 1

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya telah menghapus kebencian terhadap teman yang pernah melukai hati saya.				
2.	Saya melupakan kemarahan pada teman yang telah melukai hati saya.				
3.	Meskipun teman telah melukai hati, saya masih memiliki rasa sayang terhadapnya.				
4.	Saya masih merasa nyaman meskipun satu kelompok dengan teman yang pernah melukai hati saya.				
5.	Saya selalu berburuk sangka terhadap teman yang pernah menyakiti hati saya.				
6.	Saya sukar percaya bahwa teman saya menyadari akan kesalahannya.				
7.	Saya berpikir bahwa teman saya sengaja menyakiti hati saya.				
8.	Saya berpikir bahwa teman saya yang pernah melukai hati adalah orang yang jahat.				

9.	Ketika berpapasan dengan teman yang pernah melukai hati saya, saya berusaha untuk menyapanya terlebih dahulu.				
10.	Meskipun teman telah melukai hati saya, saya berusaha untuk tidak membalas perbuatannya.				
11.	Ketika ada teman yang membutuhkan bantuan, saya akan membantunya meskipun ia pernah menyakiti hati saya.				
12.	Saya berupaya untuk menjalin silaturahmi dengan teman yang telah melukai hati saya.				
13.	Saya masih membenci teman yang pernah melukai hati saya.				
14.	Saya sukar dalam menghilangkan kemarahan pada teman yang telah melukai hati saya.				
15.	Rasa sayang saya hilang terhadap teman yang telah melukai hati saya.				
16.	Saya merasa tidak nyaman jika duduk satu meja dengan teman yang pernah melukai hati saya.				
17.	Saya berusaha sebaik mungkin meskipun teman telah melukai hati saya.				
18.	Meskipun teman saya telah melukai hati, saya tetap mempercayainya.				
19.	Ketika teman berbuat buruk terhadap saya, saya berpikir bahwa ada alasan lain mengapa ia berbuat buruk seperti itu.				
20.	Saya berpikir bahwa teman saya adalah manusia biasa yang bisa saja melakukan kesalahan.				
21.	Saya sengaja menjauhi teman yang telah melukai hati saya.				
22.	Jika ada teman yang melukai hati saya, saya akan membalas perbuatannya.				
23.	Sulit bagi saya untuk menolong teman yang pernah melukai hati saya.				
24.	Meskipun teman saya meminta maaf atas kesalahannya, saya enggan untuk menjalin hubungan baik dengannya.				

Skala 2

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Ketika pendapat saya tidak didengar, Saya berusaha untuk tidak menampilkan ekspresi kecewa.				
2.	Ketika sedang berselisih dengan teman, saya berusaha untuk membicarakan masalah tersebut dengan baik-baik.				
3.	Saya berusaha untuk tetap tenang meskipun teman menjelek-jelekan saya dihadapan banyak orang.				
4.	Saya mampu mengatasi dan mengendalikan kemarahan saya yang sedang meluap luap.				
5.	Saya memahami perasaan saya				
6.	Saya mengerti apa yang menjadi keinginan saya				
7.	Saya mampu mengetahui penyebab dari kemarahan yang saya rasakan				
8.	Saya mengetahui penyebab dari rasa sedih yang sedang saya rasakan.				
9.	Sebelum menjawab kritikan dari teman, saya menyusun kata-kata terlebih dahulu.				
10.	Sebelum mengambil keputusan, terlebih dahulu saya mempertimbangkan segala sesuatunya.				
11.	Saya berusaha untuk mengevaluasi diri saya setelah mendapat kritikan dari teman.				
12.	Saya berusaha mengevaluasi setiap tindakan yang saya lakukan.				
13.	Saya meninggalkan diskusi yang sedang berlangsung saat pendapat saya tidak didengar.				
14.	Untuk meredakan kemarahan, biasanya saya cenderung membanting benda yang ada di sekitar saya.				
15.	Jika teman menjelek-jelekan saya, saya membalasnya dengan mengeluarkan kata-kata kasar.				
16.	Dalam keadaan marah, saya sering melampiaskan kemarahan saya pada orang lain.				
17.	Sukar bagi saya untuk memahami apa yang sedang saya rasakan.				
18.	Saya sulit mengerti apa yang menjadi				

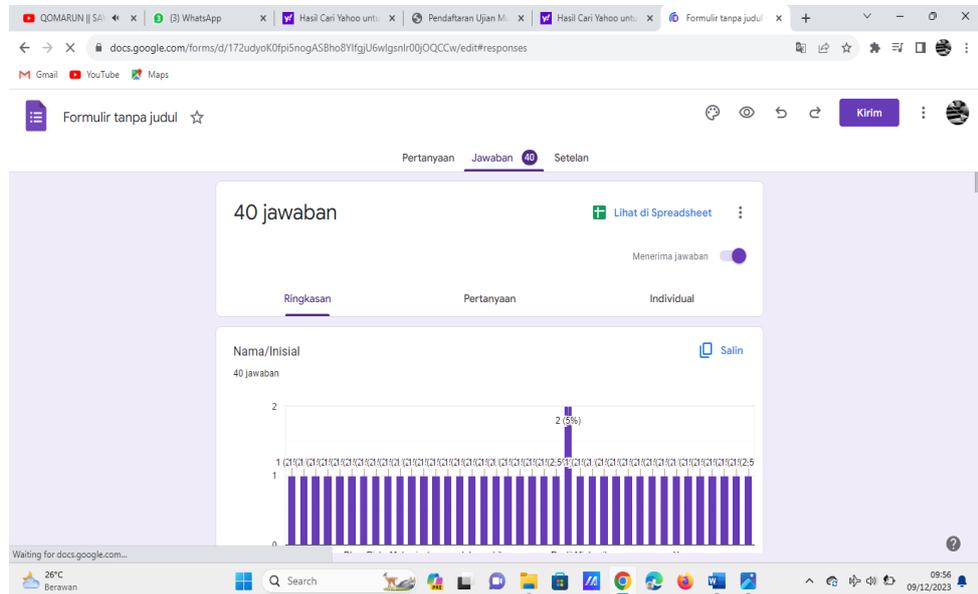
	keinginan saya.				
19.	Saya tidak tahu penyebab dari kemarahan yang sedang saya rasakan.				
20.	Sulit bagi saya untuk mengetahui penyebab dari kesedihan yang saya alami.				
21.	Saya sering menjawab masukan kritikan dari teman tanpa menyusun kata-kata terlebih dahulu.				
22.	Dalam mengambil keputusan, saya jarang mempertimbangkan segala sesuatunya.				
23.	Saya sukar untuk mengevaluasi diri saya setelah mendapat kritikan dari teman.				
24.	Saya sukar dalam mengevaluasi setiap tindakan yang saya lakukan.				

Skala 3

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya dapat mengambil pelajaran dari setiap kejadian.				
2.	Sebelum mengkritik seseorang, saya mencoba membayangkan bagaimana perasaan saya jika berada di posisi mereka.				
3.	Saya sering membayangkan kesedihan yang dialami korban bencana alam.				
4.	Saya sering mudah tersentuh oleh hal-hal yang saya lihat.				
5.	Saya memiliki perasaan yang lembut dan prihatin terhadap orang yang kurang beruntung dari saya.				
6.	Saya benar-benar merasa turut bahagia ketika melihat keberhasilan teman.				
7.	Hati saya merasa iba jika melihat para penyandang cacat.				
8.	Saya terkadang merasa sulit untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain.				
9.	Jika saya yakin benar tentang sesuatu, saya tidak membuang banyak waktu mendengarkan argumen orang lain.				

10.	Menghabiskan banyak waktu untuk mendapatkan sudut pandang orang lain adalah hal yang merugikan.				
11.	Menurut saya orang yang menonton film sampai meneteskan air mata adalah orang yang cengeng.				
12.	Saya malas menanggapi teman yang ingin curhat.				
13.	Saya merasa kesal ketika siaran televisi terus menayangkan berita bencana alam.				
14.	Kadang saya tidak terlalu bersimpati kepada teman ketika mereka sedang bersedih.				
15.	Saya tidak terlalu khawatir ketika melihat orang lain dalam masalah.				
16.	Ketika melihat seseorang diperlakukan tidak adil, terkadang saya tidak terlalu merasa kasihan pada mereka.				
17.	Saya benci dengan orang yang mengeluh akan hidupnya.				
18.	Saya benar-benar merasa terganggu dengan pengemis di jalanan.				
19.	Kemalangan yang dialami orang lain, tidak ada kaitannya dengan hidup saya.				
20.	Saya percaya setiap orang bisa menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain.				
21.	Saya tidak terlalu khawatir ketika melihat teman pingsan.				

Lampiran 7. Bukti Uji Coba Instrumen Penelitian



Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Skala *Forgiveness*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y_1	65.54	50.311	.609	.833
Y_2	65.57	49.308	.551	.834
Y_3	65.27	50.869	.518	.836
Y_4	65.65	52.679	.302	.844
Y_5	65.70	50.881	.425	.840
Y_6	65.97	57.916	-.210	.866
Y_7	65.70	52.048	.360	.842
Y_8	65.51	50.035	.530	.835
Y_9	65.84	49.695	.433	.840
Y_10	65.08	50.854	.552	.836
Y_11	65.05	51.719	.483	.838
Y_12	65.14	52.120	.468	.839
Y_13	65.49	51.535	.545	.837
Y_14	65.97	51.971	.394	.841

Y_15	65.70	53.048	.235	.847
Y_16	65.86	51.731	.494	.838
Y_17	65.27	55.258	.115	.848
Y_18	65.65	52.845	.310	.844
Y_19	65.27	52.369	.299	.845
Y_20	65.22	52.396	.429	.840
Y_21	65.59	48.637	.641	.830
Y_22	65.14	50.398	.584	.834
Y_23	65.51	50.201	.639	.833
Y_24	65.38	54.020	.126	.852

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.846	24

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.874	19

2. Skala Kematangan Emosi

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1_1	65.11	64.655	-.013	.858
X1_2	65.03	60.305	.477	.843
X1_3	65.32	58.725	.487	.842
X1_4	65.35	60.123	.402	.845
X1_5	65.41	59.137	.474	.842
X1_6	65.35	62.679	.178	.852
X1_7	65.19	60.158	.459	.843
X1_8	65.24	58.967	.506	.841

X1_9	65.19	61.047	.311	.848
X1_10	65.03	59.527	.566	.840
X1_11	65.00	61.889	.364	.846
X1_12	65.22	58.896	.571	.839
X1_13	65.22	58.341	.550	.839
X1_14	65.41	58.192	.436	.844
X1_15	65.30	56.881	.576	.838
X1_16	65.46	57.755	.499	.841
X1_17	66.03	61.694	.320	.847
X1_18	66.14	60.231	.392	.845
X1_19	65.57	60.974	.315	.848
X1_20	65.78	60.841	.315	.848
X1_21	65.62	62.631	.147	.854
X1_22	65.57	57.641	.596	.838
X1_23	65.51	60.368	.357	.847
X1_24	65.57	59.641	.440	.844

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.850	24

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.864	19

Lampiran 9. Skala Penelitian setelah Uji Coba

Skala Penelitian setelah Uji Coba

A. IDENTITAS

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :

B. PETUNJUK PENGISIAN

1. Di bawah ini ada beberapa pernyataan dan anda diminta untuk memberikan tanggapan atas pernyataan tersebut.
2. Dalam skala ini tidak ada jawaban yang salah atau benar, maka anda diminta untuk menjawab secara **JUJUR** sesuai kondisi dan keadaan diri anda.
3. Masing-masing pernyataan terdiri atas empat pilihan jawaban yaitu:
 - SS**: Apabila pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** pada diri anda
 - S**: Apabila pernyataan tersebut **Sesuai** pada diri anda
 - TS**: Apabila pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** pada diri anda
 - STS**: Apabila pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** pada diri anda
4. Pilihlah salah satu jawaban dari empat pilihan jawaban dengan memberikan tanda **ceklist** (\surd) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya bahagia melihat orang lain sengsara				

5. Setelah selesai mengerjakan periksa kembali jawaban anda dan pastikan semua pernyataan telah terjawab.

****SELAMAT MENGERJAKAN****

SKALA 1

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya telah menghapus kebencian terhadap teman yang pernah melukai hati saya.				
2.	Saya melupakan kemarahan pada teman yang telah melukai hati saya.				
3.	Meskipun teman telah melukai hati, saya masih memiliki rasa sayang terhadapnya.				
4.	Saya masih merasa nyaman meskipun satu kelompok dengan teman yang pernah melukai hati saya.				
5.	Meskipun teman saya telah melukai hati, saya tetap mempercayainya.				
6.	Saya berpikir bahwa teman saya adalah manusia biasa yang bisa saja melakukan kesalahan.				
7.	Ketika berpapasan dengan teman yang pernah melukai hati saya, saya berusaha untuk menyapanya terlebih dahulu.				
8.	Meskipun teman telah melukai hati saya, saya berusaha untuk tidak membalas perbuatannya.				
9.	Ketika ada teman yang membutuhkan bantuan, saya akan membantunya meskipun ia pernah menyakiti hati saya.				
10.	Saya berupaya untuk menjalin silaturahmi dengan teman yang telah melukai hati saya.				
11.	Saya masih membenci teman yang pernah melukai hati saya.				
12.	Saya sukar dalam menghilangkan kemarahan pada teman yang telah melukai hati saya.				
13.	Saya merasa tidak nyaman jika duduk satu meja dengan teman yang pernah melukai hati saya.				
14.	Saya selalu berburuk sangka terhadap teman yang pernah menyakiti hati saya.				
15.	Saya berpikir bahwa teman saya sengaja menyakiti hati saya.				
16.	Saya berpikir bahwa teman saya yang pernah melukai hati adalah orang yang jahat.				

17.	Saya sengaja menjauhi teman yang telah melukai hati saya.				
18.	Jika ada teman yang melukai hati saya, saya akan membalas perbuatannya.				
19.	Sulit bagi saya untuk menolong teman yang pernah melukai hati saya.				

SKALA 2

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Ketika sedang berselisih dengan teman, saya berusaha untuk membicarakan masalah tersebut dengan baik-baik.				
2.	Saya berusaha untuk tetap tenang meskipun teman menjelek-jelekan saya dihadapan banyak orang.				
3.	Saya mampu mengatasi dan mengendalikan kemarahan saya yang sedang meluap luap.				
4.	Saya memahami perasaan saya.				
5.	Saya mampu mengetahui penyebab dari kemarahan yang saya rasakan				
6.	Saya mengetahui penyebab dari rasa sedih yang sedang saya rasakan.				
7.	Sebelum menjawab kritikan dari teman, saya menyusun kata-kata terlebih dahulu.				
8.	Sebelum mengambil keputusan, terlebih dahulu saya mempertimbangkan segala sesuatunya.				
9.	Saya berusaha mengevaluasi setiap tindakan yang saya lakukan.				
10.	Saya meninggalkan diskusi yang sedang berlangsung saat pendapat saya tidak didengar.				
11.	Untuk meredakan kemarahan, biasanya saya cenderung membanting benda yang ada di sekitar saya.				
12.	Jika teman menjelek-jelekan saya, saya membalasnya dengan mengeluarkan kata-kata kasar.				
13.	Dalam keadaan marah, saya sering melampiaskan kemarahan saya pada orang lain.				
14.	Sukar bagi saya untuk memahami apa yang sedang saya rasakan.				

15.	Saya sulit mengerti apa yang menjadi keinginan saya.				
16.	Saya tidak tahu penyebab dari kemarahan yang sedang saya rasakan.				
17.	Dalam mengambil keputusan, saya jarang mempertimbangkan segala sesuatunya.				
18.	Saya sukar untuk mengevaluasi diri saya setelah mendapat kritikan dari teman.				
19.	Saya sukar dalam mengevaluasi setiap tindakan yang saya lakukan.				

SKALA 3

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya dapat mengambil pelajaran dari setiap kejadian.				
2.	Sebelum mengkritik seseorang, saya mencoba membayangkan bagaimana perasaan saya jika berada di posisi mereka.				
3.	Saya sering membayangkan kesedihan yang dialami korban bencana alam.				
4.	Saya sering mudah tersentuh oleh hal-hal yang saya lihat.				
5.	Saya memiliki perasaan yang lembut dan prihatin terhadap orang yang kurang beruntung dari saya.				
6.	Saya benar-benar merasa turut bahagia ketika melihat keberhasilan teman.				
7.	Hati saya merasa iba jika melihat para penyandang cacat.				
8.	Saya terkadang merasa sulit untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain.				
9.	Jika saya yakin benar tentang sesuatu, saya tidak membuang banyak waktu mendengarkan argumen orang lain.				
10.	Menghabiskan banyak waktu untuk mendapatkan sudut pandang orang lain adalah hal yang merugikan.				
11.	Menurut saya orang yang menonton film sampai meneteskan air mata adalah orang yang cengeng.				

12.	Saya malas menanggapi teman yang ingin curhat.				
13.	Saya merasa kesal ketika siaran televisi terus menayangkan berita bencana alam.				
14.	Kadang saya tidak terlalu bersimpati kepada teman ketika mereka sedang bersedih.				
15.	Saya tidak terlalu khawatir ketika melihat orang lain dalam masalah.				
16.	Ketika melihat seseorang diperlakukan tidak adil, terkadang saya tidak terlalu merasa kasihan pada mereka.				
17.	Saya benci dengan orang yang mengeluh akan hidupnya.				
18.	Saya benar-benar merasa terganggu dengan pengemis di jalanan.				
19.	Kemalangan yang dialami orang lain, tidak ada kaitannya dengan hidup saya.				
20.	Saya percaya setiap orang bisa menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain.				
21.	Saya tidak terlalu khawatir ketika melihat teman pingsan.				

Lampiran 10. Bukti Penelitian



Lampiran 11. Hasil Skor Responden Penelitian

Responden (N)	<i>Forgiveness</i> (Y)	Kematangan Emosi (X1)	Empati (X2)
1	50	45	53
2	44	50	54
3	50	64	61
4	56	64	63
5	40	69	72
6	40	65	66
7	49	66	74
8	46	52	56
9	44	51	59
10	46	50	58
11	47	50	62
12	39	61	61
13	44	62	63
14	52	54	69
15	42	58	65
16	39	59	62
17	45	55	73
18	46	47	73
19	49	47	57
20	47	53	54
21	52	51	65
22	44	56	65
23	44	53	60
24	53	61	64
25	42	49	55
26	42	51	48
27	44	53	57
28	50	61	73
29	54	62	66
30	47	42	55
31	43	50	62
32	50	63	67
33	45	57	63
34	41	52	67
35	35	42	58
36	51	56	55
37	49	50	59
38	51	53	48
39	47	58	66
40	66	65	75
41	47	37	69

42	56	50	57
43	57	54	70
44	56	58	63
45	55	57	65
46	55	47	58
47	52	60	66
48	55	59	60
49	56	53	62
50	56	61	60
51	52	59	68
52	51	53	59
53	50	53	61
54	54	54	65
55	57	59	61
56	55	46	61
57	52	58	66
58	51	56	66
59	52	54	61
60	57	50	55
61	54	45	76
62	57	54	62
63	53	58	70
64	53	55	56
65	51	58	65
66	55	63	62
67	55	61	67
68	61	62	74
69	56	50	66
70	56	62	66
71	53	55	64
72	57	53	62
73	48	48	60
74	58	61	63
75	51	48	61
76	50	40	59
77	45	48	61
78	39	48	60
79	33	56	62
80	66	54	76
81	62	62	74
82	66	63	65
83	64	59	67
84	57	56	58
85	64	62	64

86	54	50	59
87	63	53	56
88	57	59	61
89	56	51	71
90	64	46	66
91	67	65	60
92	66	62	72
93	64	57	67
94	66	67	72
95	67	67	75
96	65	47	74
97	60	51	65
98	61	68	68
99	69	59	65
100	59	55	60
101	69	65	76
102	61	57	68
103	70	51	63
104	39	48	63
105	50	48	61
106	39	44	54
107	69	61	74
108	56	54	62
109	61	57	68

Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		109
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.48073654
Most Extreme Differences	Absolute	.059
	Positive	.036
	Negative	-.059
Test Statistic		.059
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 13. Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Forgiveness *	Between	(Combined)	2899.964	28	103.570	1.799	.022
Kematangan Emosi	Groups	Linearity	855.862	1	855.862	14.864	.000
		Deviation from Linearity	2044.102	27	75.707	1.315	.175
Within Groups			4606.366	80	57.580		
Total			7506.330	108			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Forgiveness *	Between	(Combined)	2225.952	24	92.748	1.475	.100
* Empati	Groups	Linearity	1204.102	1	1204.102	19.155	.000
		Deviation from Linearity	1021.850	23	44.428	.707	.826
Within Groups			5280.379	84	62.862		
Total			7506.330	108			

Lampiran 14. Hasil Uji Multikolinieritas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	11.259	8.243		1.366	.175		
	Kematangan Emosi	.259	.122	.205	2.129	.036	.821	1.218
	Empati	.428	.131	.314	3.262	.001	.821	1.218

a. Dependent Variable: Forgiveness

Lampiran 15. Hasil Uji Hipotesis

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.441 ^a	.195	.180	7.551

a. Predictors: (Constant), Empati (X2), Kematangan Emosi (X1)

b. Dependent Variable: Forgiveness (Y)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1462.497	2	731.249	12.825	.000^b
	Residual	6043.833	106	57.017		
	Total	7506.330	108			

a. Dependent Variable: Forgiveness (Y)

b. Predictors: (Constant), Empati (X2), Kematangan Emosi (X1)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	11.259	8.243		1.366	.175
	Kematangan Emosi	.259	.122	.205	2.129	.036
	Empati	.428	.131	.314	3.262	.001

a. Dependent Variable: Forgiveness (Y)

Lampiran 16. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama : Muflikhah
2. TTL : Brebes, 18 Agustus 2000
3. Alamat : Jl. Kauman Baru Pesantunan RT 05 RW 07 Kec. Wanasari Kab. Brebes
4. No. Hp : 087828550212
5. E-mail : muflikhah141@gmail.com

B. Pendidikan

1. Riwayat Pendidikan Formal
 - a. MI Manba'ul Hisan Pesantunan
 - b. MTS N Model Brebes
 - c. MAN 2 Babakan Ciwaringin Cirebon
 - d. UIN Walisongo Semarang
2. Riwayat Pendidikan NonFormal
 - a. Madrasah Diniyyah Manba'ul Hisan Pesantunan
 - b. Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon

Semarang, 1 Desember 2023



Muflikhah