

## Apakah Pemaafan Berkorelasi dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan?

Windi Astuti<sup>1\*</sup>, Anggia Kargenti Evanurul Marettih<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Syarif Kasim

\*[windiastutipsychology@gmail.com](mailto:windiastutipsychology@gmail.com); \*[anggia.kargenti@uin-suska.ac.id](mailto:anggia.kargenti@uin-suska.ac.id)

**Abstract.** *This study aimed to determine the correlation between forgiveness to psychological well-being in teenagers who's living in orphanages. Subjects were obtained 78 adolescents who live in three orphanages in Pekanbaru by using purposive sampling. The Data were collected by using Psychological Well-being Scale with reliability coefficient (0,885) and Thompson Heartland Forgiveness Scale (HFS) with reliability coefficient (0,839). The data analysis showed that there is a significant correlation between forgiveness and psychological well-being in teenagers whose living in the orphanages, with  $R= 0,719$ , and  $p = 0,000$  ( $p \leq 0,05$ ). When teenagers willing to forgive themselves, the situation and others people, it will make the teenagers able to establish a good relationships and able to give meaning for their experienced during life in orphanage which is correlate in perceiving psychological well-being. To improve the level of psychological well-being, teenagers must have to continue improving his or her own forgiveness, whether for forgiveness of self, others, or the situation.*

**Keywords:** *forgiveness, psychological well-being, orphanages teenagers*

**Abstrak.** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan pemaafan dengan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Pemilihan responden ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Mereka adalah 78 remaja, yang tinggal di tiga panti asuhan di Kota Pekanbaru. Pengumpulan data menggunakan skala *Psychological Well-being* dengan koefisien reliabilitas (0,885) dan skala *Heartland Forgiveness Scale* (HFS) Thompson dengan koefisien reliabilitas (0,839) yang dimodifikasi berdasarkan karakteristik responden penelitian. Berdasarkan analisis kolerasional *Pearson Product Moment* diperoleh nilai  $r=0,719$ , dan  $p=0,000$  ( $p \leq 0,05$ ), artinya terdapat hubungan antara pemaafan dengan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Ketika remaja memaafkan dirinya, situasi dan orang lain, maka mereka akan mampu menjalin hubungan baik serta dapat memaknai hal yang dialami sehingga meningkatkan *psychological well-being* yang mereka rasakan. Untuk dapat meningkatkan *psychological well-being* maka individu perlu belajar mememaafkan, baik memaafkan diri sendiri, orang lain, maupun situasi.

**Kata Kunci :** Pemaafan, *Psychological well-being*, remaja yang tinggal di panti asuhan

Setiap remaja membutuhkan kasih sayang baik dari keluarga, teman sebaya maupun dari orang-orang yang tinggal lingkungan tempat tinggalnya. Namun, tidak semua remaja dapat tinggal bersama serta merasakan kasih sayang dari keluarga,

terutama dari orangtua. Berbagai kondisi seperti meninggalnya kedua maupun salah satu orangtua, tingkat perekonomian yang kurang bahkan tidak memadai, hingga perceraian orang tua dapat menyebabkan remaja tinggal di panti asuhan. Berbagai

permasalahan psikologis ditemukan pada remaja yang tinggal di panti asuhan, antara lain berkembangnya hubungan yang buruk dengan orang di luar rumah (Hurlock, 1980), tidak memiliki teman baik, kurang mendapat perhatian, sulit percaya dengan orang lain, sulit menjalin hubungan dekat, mendapat perlakuan kasar, terasing dari lingkungan sosial (Pilapil, 2015). Selain itu, Sengendo dan Nambi (1997) menjelaskan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung memiliki perasaan negatif seperti sedih, marah, bersalah, merasa khawatir sepanjang waktu mengenai masa depan, benci terhadap diri sendiri, sulit tidur, depresi, sulit konsentrasi dalam belajar, menunjukkan penampilan yang buruk, tidak memiliki nafsu makan, dan menolak untuk bersekolah. Jika hal ini terus dibiarkan maka akan mengembangkan masalah psikologis yang serius.

Di sisi lain, remaja panti asuhan mengalami hambatan dan kesulitan untuk menjalin hubungan yang positif dengan orang lain. Perasaan malu atas kondisi yang dihadapi membuat remaja malu menjadi dirinya sendiri, sehingga tidak dapat menerima apa yang terjadi. Keadaan ini menyebabkan remaja frustrasi dan terisolasi dalam membina hubungan interpersonal, bahkan remaja menjadi tidak memiliki keinginan untuk mempertahankan hubungan baik dengan orang lain (Ryff, 1995). Hal itu menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung memiliki *psychological well-being* yang rendah.

Namun, kesimpulan demikian berbeda dengan hasil penelitian Jayanti (2015), yang menemukan bahwa remaja tetap dapat

merasakan kebahagiaan meskipun tinggal di panti asuhan. Jayanti (2015) menjelaskan bahwa tinggal di panti asuhan membuat remaja memperoleh berbagai hal menyenangkan. Hal itulah yang dapat menggantikan peranan dan kasih sayang orangtua, seperti memiliki banyak teman, dapat meneruskan sekolah, serta dapat meningkatkan nilai-nilai keagamaan karena adanya pendisiplinan dari pengasuh panti asuhan yang belum tentu didapatkan pada remaja lain. Artinya, tinggal di panti asuhan bukan menjadi penyebab bagi remaja untuk tidak merasakan kebahagiaan. Tinggal di panti asuhan, justru menjadikan remaja mendapatkan pendidikan yang lebih baik, dibandingkan dengan tetap tinggal dengan orangtua yang memiliki keterbatasan ekonomi. Sehingga dengan tinggal di panti asuhan remaja dapat meneruskan pendidikannya untuk mencapai cita-cita serta dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki.

Selain itu juga remaja dapat menjalin hubungan sosial yang lebih sering dengan teman-teman sebayanya. Sebagaimana dikemukakan Allport, bahwa membina hubungan yang hangat dengan orang lain sangat penting dan merupakan salah satu kriteria dari *maturity* (Ryff, 1989). Ketidakkampuan dalam menjalin hubungan dengan orang lain akan sangat mempengaruhi perkembangan remaja menuju masa dewasa. Pencarian identitas diri dan pemahaman mengenai identitas ini diperoleh remaja melalui lingkungan sosial (Erikson dalam Crain, 2007). Ketika remaja tidak mampu menjalin hubungan sosial yang baik dengan orang lain di lingkungan tempat tinggalnya maka akan mempengaruhi

kondisi *psychological well-being* yang dirasakan.

*Psychological well-being* merupakan suatu kondisi yang dialami individu yang mana ia merasa sejahtera, mampu menerima kekurangan dan kelebihan, memiliki tujuan hidup, menjalin hubungan baik dengan orang lain, hidup mandiri, mampu memahami dan menguasai lingkungan serta mampu mengembangkan potensi dalam diri (Ryff & Keyes, 1995). Dimensi *psychological well-being*, terdiri atas *autonomy, environmental mastery, personal growth, positive relation with others, purpose in life*, dan *self acceptance* (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Singer, 1996). Apabila individu dapat memenuhi dimensi tersebut maka individu dapat dikatakan sejahtera. Menurut Ryan dan Deci (2001), individu dikatakan sejahtera ketika individu dapat berfungsi secara optimal. Individu dikatakan berfungsi secara optimal menurut Rogers adalah individu yang terbuka terhadap pengalaman, bebas berpengalaman, memahami perasaan dirinya dan tidak mencoba menekannya, mampu menentukan cara hidupnya sendiri dan bertanggung jawab atas segala tindakannya serta kreatif (Notosoedirdjo & Latipun, 2005). Oleh karena itu, apabila telah mampu berfungsi sepenuhnya atau optimal, individu baru akan dapat dikatakan memiliki mental yang sehat serta dapat mencapai *psychological well-being* yang optimal.

Berbagai hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki *psychological well-being* yang berbeda-beda. Ada remaja yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi dan ada juga remaja yang mengalami berbagai permasalahan psikologis yang

menyebabkan rendahnya *psychological well-being* yang dirasakan.

*Psychological well-being* dipengaruhi oleh berbagai antara lain usia (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995), latar belakang budaya (Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Singer, 1996), kelas sosial (Ryff, 1995), tingkat ekonomi (Ryff, Magee, Kling & Wing, 1999; Ryan & Deci, 2001; Sweting & Hunt, 2014) tingkat pendidikan (Ryff, 1995; Ryff & Singer, 1996; Ryff, Magee, Kling & Wing, 1999), religiusitas (Ellison & Levin, 1998; Levin & Chatters 1998), pemaafan (Karremans, Lange, Ouwerker & Kluwer, 2003; Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, Billings, Heinze, Neufeld, Shorey, Roberts & Roberts, 2005; Raudatussalamah & Susanti, 2014). Bahkan pengalaman yang telah dialami sebelumnya akan berbekas didalam diri remaja dan akan mempengaruhi pola perilaku dan sikapnya (Hurlock, 1980; Ryff & Singer, 1995).

Salah satu faktor *psychological well-being* yang ingin dikaji lebih dalam dalam penelitian ini adalah pemaafan. Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, Billings, Heinze, Neufeld, Shorey, Roberts dan Roberts (2005) menjelaskan bahwa pemaafan yaitu mengatur hal-hal terkait transgresi diantaranya yaitu respon terhadap transgresi, penyebab transgresi, dan akibat transgresi dengan cara mengalihkan respon negatif menjadi netral atau positif. Sumber transgresi menurut Thompson dkk, (2005) meliputi diri sendiri, orang lain dan situasi.

Konsep pemaafan ini memiliki pengaruh terhadap keadaan psikologis individu. Pemaafan dapat menjadi media terapi psikologis serta dapat menurunkan tekanan psikologis yang dialami individu. Sehingga

dengan memaafkan, seseorang dapat mencapai *psychological well-being*. Hal ini dikarenakan dengan memaafkan diri sendiri, orang lain serta keadaan, individu dapat menjalin hubungan baik dengan orang lain, lebih menghargai dan menerima diri serta kondisi yang dialami. Penelitian yang dilakukan oleh Damayanti & Sandjaja (2015) menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki pemaafan yang cukup tinggi, namun demikian pemaafan itu harus ditingkatkan lagi dengan mempertahankan sikap-sikap positif yang sudah ada dan terus mengembangkan diri serta mengeksplorasi diri ke arah yang positif. Pengembangan diri ke arah yang lebih positif dapat mengoptimalkan keberfungsian remaja, sehingga mereka dapat mencapai kondisi sejahtera secara psikologis. Melalui pemaafan yang dilakukan beberapa dimensi *psychological Well-being* seperti *self acceptance*, *purpose in life* dan *positif relation with others* dapat terpenuhi sehingga individu dapat mencapai *psychological well-being*.

Remaja yang tinggal di panti asuhan dapat mencapai *psychological well-being* jika remaja tersebut mampu memaafkan diri sendiri, orang yang melakukan kesalahan serta kondisi kehidupan yang dialami (Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, Billings, Heinze, Neufeld, Shorey, Robert & Robert, 2005). Pernyataan ini juga didukung dengan temuan Toussaint dan Webb (2005) yang menjelaskan bahwa pemaafan merupakan salah satu cara yang dapat meningkatkan penyesuaian individu dengan lingkungan. Sehingga dengan terjalannya penyesuaian yang positif antara individu dengan lingkungan sosial maka

individu dapat menjalin hubungan yang positif pula dengan orang lain.

Mampu memaafkan diri sendiri, orang lain serta keadaan dapat mengubah berbagai kondisi psikologis yang negatif pada diri remaja panti asuhan menjadi kondisi psikologis yang lebih positif, lebih percaya diri dengan kehidupan dimasa depan serta memiliki hubungan interpersonal maupun intrapersonal yang lebih baik dari sebelumnya. Oleh karena itu pada penelitian kali ini peneliti ingin melihat apakah ada hubungan antara Pemaafan dengan *Psychological Well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Hipotesis yang diajukan ada hubungan pemaafan dengan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti Asuhan.

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional sesuai dengan tujuan penelitian yang meneliti hubungan antara Pemaafan dengan *Psychological Well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

#### *Responden penelitian*

Responden pada penelitian ini yaitu 78 remaja yang tinggal di panti Asuhan di Kota Pekanbaru, yang diperoleh dengan menggunakan metode pengambilan sampel *Purposive Sampling*. Pemilihan sampel penelitian sesuai dengan kriteria yang ditentukan yaitu: 1) Panti asuhan yang memiliki jumlah anak asuh lebih dari 70 orang. Hal ini berdasarkan data panti asuhan yang diperoleh dari Dinas Sosial dan Pemukiman Kota Pekanbaru tahun 2016 s/d 2017; 2) Remaja yang tinggal di panti asuhan yang memiliki jumlah anak asuh lebih dari

70. Dalam hal ini digunakan kriteria remaja menurut Papalia, Olds dan Feldman (2008) yaitu remaja yang berusia 11-21 tahun.

### Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan adaptasi skala *Psychological Well-being* dari Ryff, (1989) dan skala *Heartland Forgiveness Scale* (HFS) dari Thompson. Peneliti melakukan modifikasi pernyataan/aitem pada skala yang disesuaikan dengan karakteristik dan kondisi remaja yang tinggal di panti asuhan.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan ujicoba skala *Psychological Well-being* dan *Heartland Forgiveness Scale* untuk melihat validitas dan reliabilitasnya. Nilai koefisien korelasi pada skala *psychological well-being* antara 0,318-0,584 dan pada skala pemaafan antara 0,317-0,700. Koefisien reliabilitas untuk skala *psychological well-being* sebesar 0,885 dan untuk skala pemaafan diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,839. Dengan kata lain, kedua instrument data yang digunakan reliabel.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu Korelasi *pearson product moment* yang dianalisis secara komputasi menggunakan aplikasi *Statistical of Package for social (SPSS) 20.0 for Windows*.

### Hasil

Pengujian normalitas dilakukan dengan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan nilai *Kolmogorov Smirnov* pada variabel pemaafan sebesar 1,009 dan nilai signifikansi sebesar 0,261 ( $p > 0,05$ ) dan pada variabel *psychological well-being* diperoleh nilai sebesar

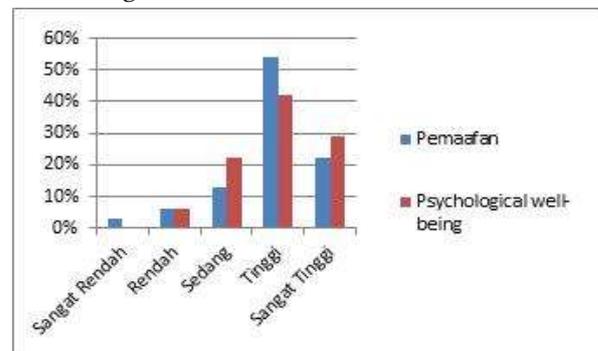
0,776 dan nilai signifikansi sebesar 0,584 ( $p > 0,05$ ).

Uji linearitas antara variabel pemaafan dan *psychological well-being*, diperoleh nilai F sebesar 92,970 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p \leq 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear pemaafan dan *psychological well-being* karena nilai  $p < 0,05$ .

Berdasarkan hasil analisis korelasi *pearson product moment* diperoleh koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,719 dan probabilitas ( $p$ ) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima yaitu terdapat hubungan antara pemaafan dengan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Dalam hal ini remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki pemaafan dan *psychological well-being* yang ini. Hal ini dapat dilihat pada grafik 1.

### Grafik 1

Kategorisasi Pemaafan dan *Psychological Well-being*



Dari kategorisasi pada grafik 1 dapat disimpulkan bahwa, sebagian besar responden penelitian ini berada dalam kategorisasi tinggi, baik pada pemaafan maupun *psychological well-being*nya. Untuk melihat data demografi responden, berikut ini penulis sajikan paparan data deksripsi mengenai data demografi responden penelitian.

**Deskripsi Responden**

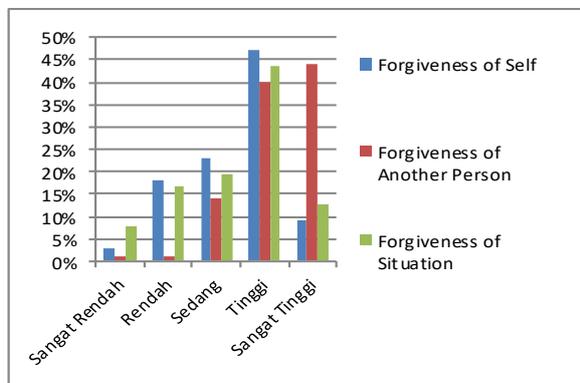
Keterangan		Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Lk	42	54
	Pr	36	46
	Total	78	100
Pendidikan	SD	16	21
	SMP	43	55
	SMA	19	24
	Total	78	100
Usia	11 – 14 tahun	48	62
	15 – 20an tahun	30	30
	Total	78	100
Penyebab tinggal di panti	Ekonomi	49	63
	Orangtua meninggal	23	29
	Perceraian orangtua	6	8
	Total	78	100
Orangtua yang masih hidup	Lengkap	57	73
	Ayah	5	6.5
	Ibu	16	20.5
	Total	78	100
Intensitas bertemu	Sering (Minimal 1 kali dalam 1 bulan)	25	29.5
	Jarang (Minimal 1 kali dalam 1 tahun)	53	68
	Tidak Pernah	2	2.5
	Total	78	100

**Deskripsi Kategorisasi**

Mendeskripsikan data penelitian memberikan gambaran mengenai data penelitian kuantitatif berupa angka menjadi sebuah data kualitatif. Informasi tersebut dapat diperoleh dengan cara mengkategorisasikan responden secara normatif yang berfungsi sebagai interpretasi mengenai skor skala.

**Grafik 2**

**Kategorisasi per dimensi Pemaafan**



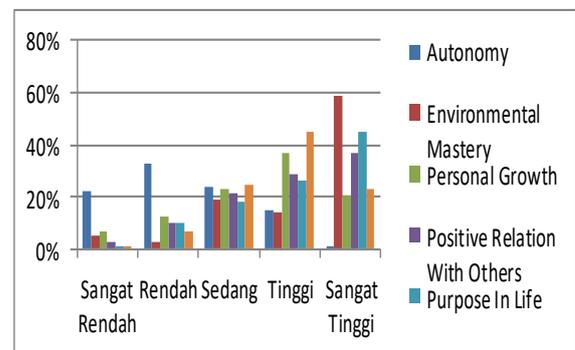
Berdasarkan kategorisasi per aspek pemaafan dapat disimpulkan bahwa, remaja

memiliki pemaafan yang tinggi. Pada aspek pemaafan terhadap orang lain termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa selain mampu memaafkan diri sendiri serta kondisi yang dialami, remaja juga memiliki kemampuan yang sangat tinggi dalam memaafkan orang lain yang melakukan kesalahan terhadap dirinya. Memaafkan orang lain sudah lebih dari sekedar memaafkan melalui tindakan. Memaafkan orang lain merupakan cerminan perilaku bahwa individu sudah lebih mampu untuk berdamai dengan orang lain dan berusaha untuk memandang permasalahan dari sudut pandang orang tersebut. Selain itu, individu yang memaafkan orang lain menunjukkan sikap percaya dan simpati terhadap orang yang melakukan kesalahan padanya.

Berikutnya, dilakukan kategorisasi per aspek *psychological well-being*, untuk melihat posisi subjek pada rentang kategorisasi yang dibagi menjadi 5 level, mulai dari sangat tinggi hingga sangat rendah. Kategorisasi aspek PWB dapat dilihat pada grafik 3.

**Grafik 3**

**Kategorisasi per aspek *Psychological Well-being***



Berdasarkan kategorisasi aspek PWB maka dapat dilihat bahwa secara garis besar aspek *psychological well-being* berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi. *Autonomy*

merupakan satu-satunya aspek yang berada dalam kategori rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa secara umum remaja yang tinggal di panti asuhan merasakan kondisi *psychological well-being* yang baik, namun sebagaimana remaja pada umumnya, mereka masih belum mampu menjadi pribadi yang mandiri, terutama dalam hal finansial/ekonomi.

**Korelasi dimensi pemaafan dengan *psychological well-being***

Untuk mengetahui kontribusi/sumbangan per aspek/dimensi pemaafan terhadap *psychological well-being*, maka dilakukan uji korelasi per aspek/dimensi pemaafan PWB kemudian dilanjutkan dengan uji Regresi. Hasil uji korelasi aspek/dimensi pemaafan dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1**

*Uji Korelasi*

Dimensi Pemaafan	R	Sig*
<i>Forgiveness of Self dengan PWB</i>	0.384	0.000
<i>Forgiveness of Another Person dengan PWB</i>	0.710	0.000
<i>Forgiveness of Situations dengan PWB</i>	0.539	0.000

Level Signifikansi ≤ 0,05

**Tabel 2**

*Hasil Uji Regresi*

Aspek Pemaafan	B	Cross Product	Nilai Regresi	R <sup>2</sup> (%)
<i>Forgiveness of Self</i>	0.455	496.910		
<i>Forgiveness of Another Person</i>	1.675	2.209.769	4.869.272	53.6
<i>Forgiveness of Situation</i>	0.886	1.075.603		

Setelah diperoleh nilai koefisien b, *Cross product* dan *Regression*, maka selanjutnya dilakukan penghitungan manual dengan menggunakan rumus sebagai berikut berikut:

$$SE_{xi} = \frac{bx. \text{cross product}. R^2}{Regression}$$

**Keterangan:**

- b : koefisien b
- Crossproduct* : *cross product* komponen x
- Regression* : nilai regresi
- R<sup>2</sup> : sumbangan efektif total

Dari perhitungan rumus tersebut, maka didapatkan sumbangan per aspek pemaafan terhadap *psychological well-being*, yang tercantum pada tabel 3.

**Tabel 3**

*Hasil Sumbangan Per Aspek Pemaafan terhadap *Psychological well-being**

Pemaafan	Sumbangan Efektif (%)
<i>Forgiveness of Self</i>	2.4
<i>Forgiveness of Another Person</i>	40.7
<i>Forgiveness to Situations</i>	10.5
<b>Total</b>	<b>53.6</b>

Dari tiga dimensi pemaafan, maka secara garis besar dapat disimpulkan bahwa *Forgiveness of Another Person* memiliki sumbangan yang paling besar terhadap pembentukan *psychological well-being* (40.7%) dibandingkan dengan dimensi pemaafan yang lain. Selain itu, perlu dilakukan uji beda untuk melihat apakah ada perbedaan pemaafan maupun *psychological well-being* ditinjau dari jenis kelamin dan usia. Berikut

hasil uji independent sample t-test dilihat dari jenis kelamin dan usia.

**Tabel 4**

Jenis Kelamin

Variabel	JK	$\mu$	p	t
PWB	Lk	78.1	0.22	2.339
	Pr	83.7		
Pemaafan	Lk	42.0	0.606	0.518
	Pr	42.8		

Level signifikansi  $\leq 0.005$

Berdasarkan uji perbedaan ditemukan bahwa tidak terdapat yang signifikan perbedaan pada *psychological well-being* dan pemaafan antara responden laki-laki dan perempuan. Akan tetapi berdasarkan nilai mean maka dapat diketahui bahwa perempuan memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi (83,7) dibandingkan laki-laki (78,1).

Untuk uji perbedaan berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5**

Usia

Variabel	Usia (th)	$\mu$	p	t
PWB	11 - 14	80.41	-0.918	-0.347
	15 - 20an	81.30		
Pemaafan	11 - 14	42.41	-0.973	-0.034
	15 - 20an	42.46		

Level Signifikansi  $\leq 0,05$

Berdasarkan uji perbedaan ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada *psychological well-being* dan pemaafan antara remaja awal dan remaja akhir.

### Diskusi

Hasil penelitian membuktikan bahwa ada korelasi yang sangat kuat antara pemaafan dengan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Artinya, tinggi rendahnya pemaafan yang dilakukan berkaitan dengan tinggi rendahnya *psychological well-being* yang

dirasakan remaja yang tinggal di panti asuhan. Ketika remaja panti asuhan memiliki pemaafan yang tinggi maka remaja yang tinggal di panti asuhan akan memiliki kepuasan hidup yang tinggi, terhindar dari stres, depresi dan kecemasan yang berasal dari berbagai sumber seperti diri sendiri, orang lain dan keadaan yang di alami sehingga remaja panti asuhan dapat hidup dengan lebih bahagia dan dapat mencapai *psychological well-being* yang lebih optimal. Namun, apabila remaja panti asuhan memiliki pemaafan yang rendah, maka remaja panti asuhan hanya akan mencapai *psychological well-being* yang rendah bahkan remaja panti asuhan tidak mampu mencapai *psychological well-being*.

Pemaafan merupakan pusat dari penyembuhan, dapat menghindarkan individu dari depresi, kecemasan dan distress psikologi. Pemaafan juga dapat meningkatkan kepuasan hidup individu (Hope, 1987; Enright, 2001 dalam Karremans, Lange, Ouwerker & Kluwer, 2003; Exline, Yali & Lobel, 1999 dalam Toussaint & Webb, 2005).

Temuan dari penelitian ini menjelaskan bahwa pemaafan pada remaja panti asuhan berada pada kategori tinggi. Tingginya pemaafan bermakna bahwa sebagian besar remaja yang tinggal di panti asuhan mampu berdamai dengan diri sendiri yang ditunjukkan dengan menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain, serta mampu menerima berbagai kondisi yang sedang dialami. Maka dengan demikian, pemaafan yang dimiliki remaja erat kaitannya dengan pencapaian kondisi *psychological well-being* yang dimiliki. Hal ini

sejalan dengan penelitian Damayanti & Sandjaja (2015) yang menjelaskan bahwa remaja panti yang memiliki pemaafan yang tinggi akan lebih mampu untuk meningkatkan potensi yang dimiliki. Remaja yang mampu mempertahankan sikap-sikap positif yang sudah ada dan terus mengembangkan diri serta mengeksplorasi diri ke arah yang positif akan lebih mampu mencapai kondisi *well-being*.

Dalam penelitian ini juga ditemukan pula bahwa dari ketiga dimensi pemaafan, dimensi *forgiveness of another person* berada pada kategori sangat tinggi, sementara dimensi *Forgiveness of Self* dan *Forgiveness of situations* berada dalam kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan uji korelasi antara dimensi pemaafan dengan *psychological well-being* yang menunjukkan bahwa dimensi *forgiveness of another person* memberikan sumbangsih paling banyak terhadap *psychological well-being* yaitu sebesar 40,7%, selanjutnya diikuti oleh yaitu *forgiveness of situation* sebesar 10,5% dan *forgiveness of self* sebesar 2,4%. Artinya memaafkan orang lain lebih berhubungan dengan peningkatan *psychological well-being* dibandingkan dengan memaafkan diri sendiri dan memaafkan situasi. Hal ini bertentangan dengan hasil temuan Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, Billings, Heinze, Neufeld, Shorey, Roberts dan Roberts, (2005) yang menyatakan bahwa *forgiveness of self* dan *forgiveness of situation* mempunyai hubungan yang lebih kuat dengan dimensi pada *psychological well-being*.

Perbedaan temuan ini dengan temuan Thompson, Snyder, Hoffman, dkk (2005) yang menemukan adanya perbedaan budaya antara negara Indonesia yang menganut

budaya kolektivisme dengan Amerika yang menganut budaya Individualisme. Pada budaya kolektif, individu memiliki nilai yang tinggi pada hubungan yang positif dengan orang lain, dan pada budaya individual memiliki nilai yang tinggi pada penerimaan diri dan otonomi (Ryff & Singer, 1995). Sehingga, pada masyarakat Indonesia bentuk pemaafan yang tinggi terhadap orang lain lebih berpengaruh serta lebih berdampak dalam meningkatkan kebahagiaan dibandingkan dengan memaafkan diri sendiri dan situasi. Menjalin hubungan dengan orang lain, diterima dan dianggap dalam kelompok menjadi hal yang lebih penting dibandingkan dengan menerima kelemahan, memahami diri sendiri serta menerima keadaan yang dialami.

*Psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan yang menjadi responden pada penelitian ini juga berada pada kategori tinggi. *Psychological well-being* yang tinggi pada remaja yang tinggal di panti asuhan dalam penelitian ini ditandai dengan kemampuan remaja panti asuhan dalam merealisasikan potensi yang dimiliki kearah yang positif. Hal ini dapat dilihat dari keterlibata aktif remaja yang tinggal di panti asuhan dengan berbagai kegiatan yang diadakan baik di dalam panti maupun di sekolah. Kemampuan remaja dalam menjalin hubungan baik dengan sesama penghuni panti asuhan dan pengasuh dapat dilihat dengan kerukunan antar sesama penghuni panti, perilaku patuh yang ditunjukkan remaja kepada pengasuh. Kemudian adanya tujuan yang ingin dicapai dengan tinggal di panti asuhan antara lain untuk mendapatkan kehidupan dan pendidikan yang lebih baik dan lebih layak sehingga akan membantu

mereka untuk mencapai cita-cita dan harapan kehidupan masa depan.

Berdasarkan kategorisasi ditemukan bahwa dimensi *autonomy* berada pada kategori rendah. Dimensi *environmental mastery*, *purpose in life* dan *self acceptance* berada pada kategori tinggi. Sementara itu, dimensi *personal growth*, dan *positive relation with others* berada pada kategori sangat tinggi. *Autonomy* yang rendah pada remaja panti asuhan dikarenakan adanya peraturan dari pihak panti asuhan yang harus di patuhi dan dilaksanakan oleh setiap anak asuh. Hal ini menjadikan remaja tidak bebas dan leluasa dalam menyampaikan pendapat maupun dalam melakukan hal-hal yang diinginkan. Selain itu juga dikarenakan remaja masih belum mampu memenuhi kebutuhan finansial sendiri. Kategori tinggi pada dimensi *environmental mastery*, *purpose in life* dan *self acceptance* ditunjukkan dengan kemampuan remaja menyesuaikan diri terhadap lingkungan panti asuhan, memiliki keyakinan bahwa remaja panti asuhan mampu mencapai cita-cita yang diinginkan, serta rasa syukur terhadap hal-hal yang dimiliki maupun yang belum dimiliki. Pada kategori sangat tinggi yaitu dimensi *personal growth*, dan *positive relation with others* ditunjukkan dengan interaksi yang baik antar sesama penghuni panti dan dengan pengasuh. Hal ini dikarenakan minimnya interaksi remaja dengan orangtua dan keluarga, sehingga remaja panti menjalin hubungan yang baik dan hangat untuk berbagi bercerita, berbagi kebahagiaan dan kesedihan dengan sesama remaja maupun dengan pengasuh. Selain itu, pada dimensi *personal growth* yang sangat tinggi ditunjukkan dengan adanya keinginan

remaja untuk mengembangkan potensi, minat dan bakat yang dimiliki, ditunjukkan dengan partisipasi yang baik remaja dalam mengikuti berbagai kegiatan di sekolah maupun di panti asuhan.

Pada uji perbedaan jenis kelamin, ditemukan bahwa terdapat perbedaan *psychological well-being* antara responden laki-laki dan perempuan. Responden perempuan memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan responden laki-laki. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Vataliya (2014) yang menyatakan bahwa perempuan memiliki *psychological well-being* yang lebih baik daripada laki-laki. Hal ini didukung dengan penemuan Ryff 1989 yang mengatakan bahwa perempuan memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki pada dimensi *positive relation with others* dan *personal growth*. Artinya perempuan merupakan individu yang suka menjalin hubungan yang baik dengan orang lain dan suka melakukan hal-hal yang dapat mengembangkan potensi yang dimiliki. Hal ini menjadikan perempuan dapat mengalihkan permasalahan dan kesedihannya dengan mengerjakan dan mengikuti kegiatan pengembangan potensi, berkumpul, saling berbagi cerita mengenai permasalahannya dengan orang terdekat, dan bahkan dapat merasakan kepuasan dan kebahagiaan dengan menceritakan permasalahan yang di alami kepada orang yang di percaya. Hal ini terkait dengan budaya dan stereotipe di masyarakat, yang menganggap bahwa perempuan lebih cenderung lebih terbuka dan bersedia menceritakan kesedihan dan kesulitannya dengan orang lain seperti orangtua, kakak dan teman sebayanya. Sementara itu, remaja

laki-laki takut akan dianggap lemah apabila menceritakan permasalahannya kepada orang lain, sehingga lebih baik memendam permasalahan yang dialami tanpa perlu banyak diketahui oleh orang lain.

Pada uji perbedaan berdasarkan usia, tidak ditemukan perbedaan pada variabel *psychological well-being* antara responden pada rentang usia remaja awal dan remaja akhir. Hal ini sesuai dengan temuan Mappiare (1982) yang mengatakan bahwa hal-hal yang mendatangkan kebahagiaan bagi kelompok usia remaja awal dan remaja akhir hampir sama. Hanya saja terdapat beberapa hal yang lebih menonjol pada remaja akhir yaitu terpenuhinya kebutuhan kasih sayang, adanya penerimaan lingkungan sekitar dan berperan dan berprestasi dalam perannya.

### Kesimpulan

Terdapat hubungan yang positif antara pemaafan dengan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Tinggi rendahnya pemaafan berkaitan dengan tinggi rendahnya *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Selain itu, ada perbedaan *psychological well-being* antara remaja laki-laki dan perempuan. Remaja perempuan memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki.

Beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini. Pertama, bagi remaja yang tinggal di panti asuhan Remaja yang tinggal di panti asuhan dapat meningkatkan *psychological well-being* yang dimiliki dengan cara meningkatkan kualitas pemaafannya.

Terutama sekali yaitu meningkatkan pemaafan dengan orang yang melakukan kesalahan kepadanya. Kedua, bagi pengelola atau pengasuh, Peneliti berharap agar pihak pengelola dan pengurus panti asuhan mengadakan kegiatan atau program-program keagamaan berupa ceramah atau pelatihan terkait pemaafan (manfaat pemaafan serta dampak tidak memaafkan) agar pemahaman remaja tentang pemaafan semakin baik, dan remaja akan menjadi individu yang lebih pemaaf. Terakhir, bagi penelitian selanjutnya agar lebih memperhatikan sistematika dalam penyusunan aitem. Lebih teliti dalam mengadaptasi skala sesuai dengan responden penelitian, sehingga skala yang diberikan dapat mengungkap sesuai maksud yang diharapkan dan pernyataan setiap aitem lebih mudah difahami oleh responden. Peneliti juga berharap agar peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan melibatkan responden yang lebih banyak lagi. Sehingga hasil penelitian yang diperoleh lebih dapat digeneralisasikan. Selain itu sebaiknya peneliti selanjutnya agar menggunakan responden dengan perbandingan jumlah sampel yang seimbang pada aspek-aspek demografis, seperti perbandingan berdasarkan pada tingkat pendidikan dan jenis kelamin.

Peneliti berharap agar peneliti selanjutnya tertarik meneliti lebih mendalam mengenai hubungan antara memaafkan orang lain (*forgiveness of another person*) dengan *psychological well-being*. Bukan hanya menggunakan metode penelitian kuantitatif saja, sebaiknya metode penelitian yang digunakan di kombinasikan dengan metode lainnya. Sehingga diharapkan hal ini dapat

memberikan informasi yang lebih mendalam mengenai dimensi memaafkan orang lain (*forgiveness of another person*) terhadap *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

### Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktek. Edisi Revisi V*. Jakarta: Rineka Cipta .
- Arikunto, S. (2010). *Manajemen penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2007). *Tes Prestasi: fungsi dan pengembangan pengukuran prestasi belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Dasar-dasar psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Crain, W. (2007). *Teori perkembangan, konsep dan aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Damayanti, R., & Sandjaja, S.S. (2015). Gambaran forgiveness pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Jurnal Noetic Psychology*, 2(2), 108-125.
- Ellison, C. G., & Levin, J. S. (1998). The religion-health connection: evidence, theory, and future directions. *Health Education and Behavior*, 25, 700-720.
- Faizal, M. (2012). Hubungan Antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja panti Asuhan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Penerjemah: Soejarwo, Sijabat. Jakarta: Erlangga.
- Jayanti, D. (2015) *Kebahagiaan Pada Remaja Penghuni Panti Asuhan (Studi Kualitatif Defkriptif Pada Remaja Penghuni Panti Asuhan Al-Hidayah Di Pekanbaru)*. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Karremans, J. C., Lange, A. M., Ouwerkerk, J. W., & Kluwer, E. S. (2003). When Forgiving Enhances Psychological Well-being: The Role of Interpersonal Commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1011-1026.
- Levin, J. S., & Chatters, L. M, (1998). Religion, Health, and Psychological Well-being in Older Adults. *Journal of Aging and Health*, 10(4), 504-531.
- Naqshbandi, M. M., Sehgal, R., & Hassan, F. U. (2012). Orphans in Orphanages of Kashmir "and their Psychological Problems". *International NGO Journal*, 7(3), 55-63.
- Notosoedirdjo, M., & Latipun. (2005). *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*. Malang: UMM Press.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development: Psikologi perkembangan Edisi kesembilan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Pilapil, A. C. D. (2015). Unfolding The Psychological Well-Being Of Orphans : A Qualitative Study Of Filipino Children In A Orphanage. *International journal of Social Science and Humanities Research*, 3, 404-415.
- Raudatussalamah., & Susanti, R. (2014). Pemaafan (Forgiveness) Dan Psychological Wellbeing Pada Narapidana Wanita. *Jurnal Fakultas Psikologi UIN Suska Riau*. 13(2), 219-234.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudimonic Well-Being. *Annu. Rev. Psychol*, 52, 141-166.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Exploration on The Meaning of Psychological Well-being. *Journal of personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4),99-104.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. (1995). The Structure of psychological wellbeing revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4),719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological Well-being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychoterapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65,14-23.
- Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C., & Wing, E. H. (1999). Forging Macro-Micro Linkages in The Study of Psychological Well-being. Dalam C.D. Ryff., & V.W. Marshall (Eds.), *The Self and Society in Aging Processes*, 247-78. New York: Springer.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Bio Psychosocial Interactions*. Seventh Editions.
- Sengendo, J. & Nambi, J. (1997). The Psychological Effect of Orphanhood. A Study of Orphan is Rakai District. *Health Transition Review, Suplement*, 7,105-124.
- Swetting, H. & Hunt, K. (2014). Adolescent Socio-Economic and School-Based Social Status, Health and Well-Being. *Social Science & Medicine*, 121, 39-47.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., Heinze, L., Neufeld, J. E., Shorey, H. S., Roberts, J. C., & Roberts, D. E. (2005). Dispotitional Forgiveness of Self, Others, and Situations. *Journal of Personality*, 73(2), 314-359.
- Toussaint, L. & Webb, J. R. (2005). Theoretical and Empirical Connections between Forgiveness, Mental Health, and Well-being. Dalam E. L. Worthington, Jr. (Eds.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 358). New York: Brunner-Routledge.
- Vataliya, P. (2014). Psychological Well-being in Adolescence of Gender Difference. *Research Paper*, 3(3), 144-145.