

HUBUNGAN PEMAAFAN DAN KEBAHAGIAAN DENGAN KUALITAS PERSAHABATAN PADA REMAJA AKHIR

Ratna Duhita Pramintari¹ ratna.duhita.pramintari@gmail.com

Dhea Ridka Febrian² dhearidkafebrian@gmail.com

Prodi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi

Abstrak. Sikap pemaafan dibutuhkan untuk menjaga kelangsungan hubungan relasi dan tingkat kebahagiaan yang baik juga dibutuhkan agar hubungan yang terjalin terarah pada hal yang positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pemaafan dan kebahagiaan dengan kualitas persahabatan pada remaja akhir. Subjek penelitian ini adalah 179 mahasiswa dengan rentang usia 18-21 tahun di Universitas Islam “45” Bekasi. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan skala psikologi. Dari hasil analisis data diperoleh uji korelasi Rank Spearman pada variabel pemaafan dengan kualitas persahabatan sebesar 0,316 nilai $p=0,000$ ($p\leq 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan. Hasil uji korelasi rank spearman pada variabel kebahagiaan dengan kualitas persahabatan sebesar 0,334 nilai $p=0,000$ ($p\leq 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan. Hasil uji Regresi Linear Berganda menunjukkan variabel pemaafan dan kebahagiaan secara serentak berpengaruh terhadap kualitas persahabatan dengan nilai $F= 17,47$ taraf probabilitas 0,000 ($p\leq 0,05$) dan memberikan sumbangan efektif sebesar 16,6% pada mahasiswa angkatan 2020 di Universitas Islam “45” Bekasi.

Kata Kunci: Pemaafan, kebahagiaan, kualitas persahabatan

Abstract. Forgiveness is needed to maintain the continuity of relationships and a good level of happiness is also needed so that the relationships that are established are directed at positive things. This study aims to determine the relationship of forgiveness and happiness with the quality of friendship in late adolescence. The subjects of this study were 179 students with an age range of 18-21 years at the Islamic University "45" Bekasi. Methods of collecting data using interviews and psychological scales. From the results of data analysis, it was obtained that the Spearman Rank correlation test on the forgiveness variable with the quality of friendship was 0.316, the value of $p = 0.000$ ($p\leq 0.05$), which means that there is a significant positive relationship. The results of the Spearman Rank correlation test on the happiness variable with the quality of friendship are 0.334, the value of $p = 0.000$ ($p\leq 0.05$), which means that there is a significant positive relationship. The results of the Multiple Linear Regression test show that the variables of forgiveness and happiness simultaneously affect the quality of friendship with a value of $F = 17.47$ with a probability level of 0.000 ($p\leq 0.05$) and an effective contribution of 16.6% to the class of 2020 students at the Islamic University. 45” Bekasi.

Keywords: Forgiveness, happiness, friendship quality

Pengantar

Hubungan persahabatan menjadi penting dalam pengaruh perkembangan remaja, terbentuknya kelompok teman sebaya merupakan tempat lingkungan sosial dimana remaja dapat belajar untuk hidup bersama orang lain selain anggota keluarganya. Penelitian ini memfokuskan pada remaja akhir, menurut Sarwono (dalam Rahmat, 2014) menyatakan bahwa remaja akhir adalah individu yang berusia 18 tahun sampai 21 tahun. Pada tahap ini juga remaja mulai memasuki perubahan menuju periode dewasa. Hubungan persahabatan tidak selalu berjalan dengan baik, ada konflik dan pertentangan yang terjadi. Faktor terjadinya konflik biasanya berasal dari diri masing-masing individu yang tetap mempertahankan sikap egois dan ketidakcocokan dalam suatu hal sehingga hubungan persahabatan tidak selalu berjalan harmonis.

Dalam mengatasi hal itu dibutuhkan pemaafan, menurut Hughes (dalam Shabrina dkk., 2019) mengatakan memaafkan merupakan cara untuk memperbaiki harmoni sosial. Untuk sebagian orang memaafkan adalah suatu kebutuhan karena dapat memperbaiki hubungan dengan orang lain. Beberapa penelitian (Doran dkk., 2012) menemukan bahwa meminta maaf sangat efektif dalam mengatasi konflik interpersonal karena permintaan maaf merupakan sebuah pernyataan tanggung jawab tidak bersyarat atas kesalahan dan sebuah komitmen untuk memperbaikinya. (Shabrina dkk., 2019). Dalam hal ini pemaafan dapat berpengaruh terhadap kualitas persahabatan karena tentunya masing-masing individu mempunyai cara dan karakteristik tersendiri dalam menghadapi permasalahannya. Kualitas persahabatan merupakan suatu kondisi yang menggambarkan hubungan persahabatan antara dua orang atau lebih yang melibatkan elemen positif dan elemen negatif dalam suatu persahabatan (Berndt, 2002). Elemen positif tersebut diperoleh dari perasaan bahagia yang ada dalam diri masing-masing individu, menurut Seligman (Hafiza & Mawarpury, 2018) kebahagiaan merupakan perasaan positif yang akan mendorong seseorang untuk melakukan berbagai tindakan yang positif.

Fenomena yang ditemukan mengenai perilaku pemaafan dan kebahagiaan dalam hubungan persahabatan diperkuat dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara kepada 5 orang remaja akhir, menunjukkan hasil bahwa 3 dari 5 orang atau 60% responden dinyatakan tidak mencapai aspek-aspek yang diukur pada penelitian ini, artinya terdapat suatu masalah yang menyebabkan kualitas persahabatan dinilai rendah. Dari hasil wawancara tersebut peneliti menyimpulkan beberapa hal yang dapat menyebabkannya yaitu rendahnya tingkat pemaafan antara masing-masing individu sehingga apabila terjadi suatu konflik tidak bisa diselesaikan secara langsung, kemudian sikap kurang terbuka pada masing-masing individu, dimana perasaan terbuka sangat dibutuhkan oleh remaja dengan teman sebayanya untuk melepaskan segala pikiran negatif dan perasaan tertekan yang biasanya masih menggebu-gebu di usia tersebut.

Landasan Teori

Menurut Selfhout et al (dalam Nursyahrurahmah, 2018) ada enam faktor kualitas persahabatan, yaitu dukungan dan kepedulian, pertemanan dan rekreasi, bantuan dan bimbingan, pertukaran yang akrab, konflik dan pengkhianatan, dan pemecahan masalah. Setiap aspek tersebut menjadi komponen yang saling melengkapi dalam hubungan persahabatan. Terdapat emosi positif dan negatif dalam hubungan tersebut, karena tidak bisa kita pungkiri bahwa hidup perlu keseimbangan.

Kebahagiaan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi atau rendahnya hubungan persahabatan. Kebahagiaan ialah suatu emosi positif yang diperoleh dari suatu hal atau tindakan yang berasal dari diri sendiri, orang lain maupun suatu kejadian (Hafiza & Mawarpury, 2018). Begitu juga dengan kualitas persahabatan menurut Berndt (dalam Suyono & Nugraha, 2012) berasal dari elemen positif dan elemen negatif suatu hubungan. Ketika individu merasakan suatu kebahagiaan di dalam dirinya maka kualitas persahabatan yang dimilikinya juga akan semakin tinggi, hal ini disebabkan karena kualitas persahabatan yang baik dipengaruhi tingkat kebahagiaan yang baik, artinya seseorang sudah dapat mencapai kepuasan dan rasa syukur didalam hatinya oleh karena itu akan

memudahkannya untuk menjalin relasi dengan teman sebaya karena sudah terbentuk rasa terbuka dan saling menerima segala kekurangan sahabatnya. Sebaliknya jika individu tidak merasakan kebahagiaan dalam hidupnya maka dapat dikatakan bahwa ia tidak bisa mencapai hubungan persahabatan yang baik karena akan cenderung memberikan emosi negatif yang membuat hubungan persahabatan tersebut lebih banyak mengandung konflik daripada berbagi hal-hal yang menyenangkan. Menurut Simatupang (2019) kebahagiaan mampu memberikan efek positif bagi kehidupan individu dan meningkatkan kualitas hidup.

Hubungan persahabatan tentu harus melalui hal-hal positif dan negatif yang berdampak pada kelangsungan pertemanan, namun bagi individu yang penerimaan dirinya baik, introspeksi atas kejadian buruk yang telah dilaluinya, dapat memahami satu sama lain, bersyukur dengan keadaan, dapat menerima karakter masing-masing individu dan melalui semua hal dengan kebahagiaan maka hal ini akan memberikan kedamaian, rasa senang, rasa syukur, dan inilah yang menjadi pondasi dalam hubungan persahabatan tersebut.

Kualitas persahabatan ditandai dengan tingginya frekuensi interaksi positif dan rendahnya frekuensi interaksi negatif yang terjadi antara dua orang atau lebih yang mana remaja mempunyai hubungan yang sangat dekat, saling bertukar pikiran, saling peduli, memiliki minat yang sama, saling menolong, saling melengkapi dan saling menyayangi. Konflik merupakan fenomena yang tidak dapat dihindari dalam setiap hubungan dekat. (Nursyahrurahmah, 2018).

McCullough, Worthington, dan Rachal (dalam Dewi Angraini & Hijriyati Cucuani, 2014) mengemukakan bahwa pemaafan merupakan seperangkat motivasi untuk mengubah seseorang untuk tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang menyakiti. Dapat disimpulkan bahwa dengan adanya sikap pemaafan dalam masing-masing pihak yang bertikai akan memberikan emosi positif kepada individu serta rasa kepercayaan yang lebih dan dapat memahami jika suatu saat terjadi hal yang serupa, untuk menghindari adanya rasa balas dendam dan sakit hati.

Dapat disimpulkan bahwa dengan adanya sikap pemaafan dalam masing-masing pihak yang bertikai akan memberikan emosi positif kepada individu serta rasa kepercayaan yang lebih dan dapat memahami jika suatu saat terjadi hal yang serupa, untuk menghindari adanya rasa balas dendam dan sakit hati. Dari penjelasan di atas dapat kita ketahui bahwa kebahagiaan akan mempengaruhi kualitas persahabatan, apabila terjadi hubungan positif, melibatkan sahabat dalam setiap aktivitas yang kita kerjakan, dapat menemukan makna dalam keseharian, dan memiliki rasa optimis yang tinggi. Hal tersebut menjadi aspek yang dapat mempengaruhi tingginya kualitas persahabatan.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah remaja akhir usia 18-21 tahun dengan sampel 179 mahasiswa angkatan 2020 di Universitas Islam "45" Bekasi. Teknik pengambilan sampel *random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan skala psikologi. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala pemaafan, skala kebahagiaan, dan skala kualitas persahabatan dengan menggunakan model *likert*.

Skala pemaafan disusun berdasarkan aspek pemaafan yang dikemukakan oleh Cornish dan Wade (Larasati dkk., 2020) yaitu tanggung jawab, penyesalan, pemulihan, pembaruan. Skala kebahagiaan yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek menurut Seligman (dalam Rienneke & Setianingrum, 2018) yaitu menjalin hubungan positif, keterlibatan penuh, menemukan makna, optimis dan menjadi pribadi yang resilien. Untuk skala kualitas persahabatan disusun berdasarkan aspek-aspek kualitas persahabatan menurut Parker dan Asher (1993) yaitu dukungan dan kepedulian,

pertemanan dan rekreasi, bantuan dan bimbingan, pertukaran yang akrab, konflik dan penghinaan, serta pemecahan masalah.

Penelitian ini menggunakan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data penelitian pada masing-masing variabel dan menggunakan uji linearitas. Dari hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data yang diperoleh berdistribusi tidak normal dan variabel-variabel penelitian bersifat linear, maka penelitian ini menggunakan uji korelasi *rank spearman*. Keseluruhan teknik analisis data menggunakan program *SPSS versi 24 for windows*

Hasil dan Pembahasan

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi. Pengujian ini peneliti gunakan untuk mengukur kekuatan hubungan antara variabel Pemaafan, Kebahagiaan dan Kualitas Persahabatan. Teknik ini peneliti pilih karena untuk melihat hubungan dari ketiga variabel yang akan diteliti dan kekuatan hubungan antar variabel dapat dilihat dari hasil koefisien korelasi. Uji korelasi dapat dilakukan apabila data sudah memenuhi syarat uji asumsi. Hasil uji asumsi linearitas dari tiga variabel pemaafan, kebahagiaan, dan kualitas persahabatan menunjukkan tidak ada hubungan yang linear dan data tidak berdistribusi normal, sehingga penelitian ini termasuk kedalam penelitian nonparametrik dan teknik uji korelasi yang digunakan adalah korelasi *rank spearman* untuk menguji variabel pemaafan, kebahagiaan, dan kualitas persahabatan

Hasil uji korelasi *rank spearman* antara Pemaafan (X1), dengan Kualitas Persahabatan (Y) diperoleh nilai koefisien sebesar 0,316 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$) maka hipotesis H_a diterima atau H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pemaafan dan kualitas persahabatan pada mahasiswa di Universitas Islam “45” Bekasi. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,316 dikatakan bahwa terdapat korelasi positif sehingga terjadi hubungan searah, jika pemaafan semakin tinggi maka kualitas persahabatan pada mahasiswa juga semakin tinggi.

Hasil uji korelasi *rank spearman* antara Pemaafan Kebahagiaan (X2) dengan Kualitas Persahabatan (Y) diperoleh dari nilai koefisien sebesar 0,334 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$) maka hipotesis H_a diterima atau H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pemaafan dan kualitas persahabatan pada mahasiswa di Universitas Islam “45” Bekasi. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,334 dikatakan bahwa terdapat korelasi positif sehingga terjadi hubungan searah, jika kebahagiaan semakin tinggi maka kualitas persahabatan pada mahasiswa juga semakin tinggi.

Tabel 1 Hasil Uji Regresi Linear Berganda Pemaafan (X1) dan Kebahagiaan (X2) dengan Kualitas Persahabatan (Y)

Model	Koefisien B	T	Signifikansi
Constant	41.051	5.978	0.000
Pemaafan (X1)	0.250	2.938	0.004
Kebahagiaan (X2)	0.325	3.267	0.001
Uji F	17.479		0.000 ^b
R	0.407 ^a		
Koefisien Determinasi (R^2)	0.166		
Adjusted R^2	0.156		

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda antara variabel bebas (pemaafan dan kebahagiaan) dengan variabel terikat (kualitas persahabatan) menunjukkan bahwa variabel X_1 dan X_2 secara serentak berpengaruh terhadap variabel Y dengan nilai F sebesar 17.479 dan hasil uji signifikansi sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan α ($\text{Sig} \leq \alpha$), yaitu $0,000 \leq 0,05$, oleh karena itu terdapat pengaruh signifikan.

Hasil uji korelasi *rank spearman* pada variabel pemaafan (X_1) dengan kualitas persahabatan (Y) menunjukkan hasil signifikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,316 nilai $p=0,000$ ($p \leq 0,05$), maka H_a diterima atau H_0 ditolak. Hasil uji korelasi *rank spearman* pada variabel kebahagiaan (X_2) dengan kualitas persahabatan (Y) menunjukkan hasil signifikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,334 nilai $p=0,000$ ($p \leq 0,05$), maka H_a diterima atau H_0 ditolak. Hasil uji Regresi Linear Berganda menunjukkan bahwa variabel pemaafan dan kebahagiaan secara serentak berpengaruh terhadap kualitas persahabatan dengan nilai F sebesar 17,47 dengan taraf probabilitas 0,000 ($p \leq 0,05$) dan memberikan sumbangan efektif sebesar 16,6% pada mahasiswa angkatan 2020 di Universitas Islam “45” Bekasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mencari apakah ada hubungan antara pemaafan dan kebahagiaan dengan kualitas persahabatan pada remaja akhir dengan subjek seluruh mahasiswa Universitas Islam “45” angkatan tahun 2020. Perhitungan subjek penelitian dihitung berdasarkan rumus Slovin sehingga diperoleh sampel sebanyak 179 dari populasi 1026 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan pemaafan dan kebahagiaan dengan kualitas persahabatan pada mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi angkatan 2020.

Deskripsi data penelitian menunjukkan bahwa pemaafan pada mahasiswa angkatan 2020 dengan kriteria remaja akhir di Universitas Islam “45” Bekasi termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 140 mahasiswa (78,2%), kemudian untuk variabel kebahagiaan pada mahasiswa angkatan 2020 di Universitas Islam “45” Bekasi termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 108 mahasiswa (60,3%), dan pada variabel kualitas persahabatan pada mahasiswa angkatan 2020 di Universitas Islam “45” Bekasi termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 133 mahasiswa (74,3%). Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi angkatan 2020 memiliki tingkat pemaafan dan memaknai bahwa kualitas persahabatan berpengaruh pada kebahagiaan tiap individu.

Berdasarkan hasil pengujian dijelaskan bahwa terdapat hubungan antara masing-masing variabel pemaafan dan kualitas persahabatan, kebahagiaan dengan kualitas persahabatan, dalam hasil penelitian tersebut terdapat korelasi yang rendah antara ketiga variabel yang artinya hal ini menunjukkan adanya korelasi positif atau hubungan searah, sehingga mahasiswa yang memiliki tingkat pemaafan, dan kebahagiaan yang tinggi maka akan tinggi pula kualitas persahabatan, begitu pula sebaliknya jika tingkat pemaafan maupun kebahagiaan pada mahasiswa tergolong rendah maka akan rendah pula kualitas persahabatan yang mereka miliki.

Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hikmah et al., (2019) yang melakukan penelitian dengan judul “Pemaafan dan Kualitas Persahabatan pada Santri yang Tinggal di Pondok Pesantren”. Dalam hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kualitas persahabatan dan pemaafan pada santri yang tinggal di pondok pesantren.

Enright, dkk, (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2009) mengartikan pemaafan adalah suatu kesediaan individu (yang disakiti/dilanggar) meninggalkan hak yang dimilikinya untuk membenci, menilai negatif dan berperilaku tidak peduli kepada orang lain yang telah berperilaku tidak adil, dan sebaliknya lebih mendukung kualitas tentang perasaan kasihan, kebaikan hati dan bahkan cinta yang semestinya tak diberikan kepada orang yang telah menyakitinya

Dugaan variabel lain yang dipengaruhi oleh variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini dapat diketahui dari beberapa hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya dengan menggunakan variabel kualitas persahabatan sebagai topik penelitian menunjukkan hasil yaitu, pada penelitian

pertama yang dilakukan oleh Rilla Sovitriana (2021) dengan judul “Kualitas Persahabatan dengan Hubungan Empati dan Interaksi Remaja Siswa Kelas XII Madrasah Aliyah Negeri 3 Jakarta”. Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan korelasi yang positif antara empati dengan kualitas persahabatan dengan koefisien (r) = 0,600, kemudian hasil pengujian hipotesis antara kualitas persahabatan dengan interaksi remaja diperoleh koefisien (r) = 0,566 membuktikan bahwa terdapat hubungan korelasi positif yang cukup kuat. Lalu hipotesis antara variabel empati dan interaksi remaja dengan kualitas persahabatan diperoleh hasil (r) = 0,642 yang mengindikasikan terdapat hubungan yang signifikan. (Rilla Sovitriana, 2021).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan: a) Terdapat hubungan positif antara pemaafan dengan kualitas persahabatan pada mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi, b) Terdapat hubungan positif antara kebahagiaan dengan kualitas persahabatan pada mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi, c) Terdapat hubungan positif antara pemaafan, kebahagiaan terhadap kualitas persahabatan pada mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi.

Kepustakaan

- Angraini. (2014). Hubungan kualitas persahabatan dan empati pada pemaafan remaja akhir. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 18-24.
- Doran, J., Kalayjian, A., Taussaint, L., & DeMucci, J. (2012). The relationship between trauma and forgiveness in post-conflict Sierra Leone. *Psychological Trauma: Theory, research, Practice, and policy*, 4, 614-623
- Hafizah., M. M. (2018). Pemaknaan kebahagiaan oleh remaja broken home. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 59-66
- Hikmah, N. (2019). Pemaafan dan kualitas persahabatan pada santri yang tinggal di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 31-44
- Nursyahrurahmah. (2018). Hubungan antara kualitas persahabatan dan empati dengan kebahagiaan pada mahasiswa Bima. *Jurnal Ecopsy*, 5(2), 88-93.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29(4), 611–621. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.29.4.611>
- Rahmat, W. (2014). Pengaruh tipe kepribadian dan kualitas persahabatan dengan kepercayaan pada remaja akhir. *eJournal Psikologi*, 2(2), 206-216
- Shabrina, H. (2019). Gambaran perilaku pemaafan dalam konflik persahabatan. *Jurnal Al-Qaib*, 10(2), 141-151
- Simatupang, M. (2019). Kebahagiaan pada wanita plari depo (Studi kualitatif deskriptif di Nusa Tenggara Timur). *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 4(1)

- Sovitriana, Rilla. Dkk. 2021. Kualitas persahabatan dengan hubungan empati dan interaksi remaja siswa kelas XII Madrasah Aliyah Negeri 3 Jakarta. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(1), 160-167
- Suyono, N. (2012). Perbedaan kualitas persahabatan mahasiswa ditinjau dari media komunikasi. *Psikologika*. 17(1), 39-44