

## Hubungan antara *Forgiveness* dan *Psychological Well-Being* pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga

### *The Relationship between Forgiveness and Psychological Well-Being of Domestic Violence Victim*

Mettatirtha Angela<sup>(1)\*</sup>, Felicia<sup>(2)</sup> & Febriyani Cipta<sup>(3)</sup>  
Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia

Disubmit: 08 Februari 2021; Diproses: 09 Februari 2021; Diaccept: 21 Maret 2021; Dipublish: 05 April 2021

\*Corresponding author: E-mail: metta921127@gmail.com

#### Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan menganalisis dan mengetahui hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah 100 orang wanita korban kekerasan dalam rumah tangga. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala *forgiveness* dengan 36 butir aitem dan skala *psychological well-being* dengan 35 butir aitem. Uji normalitas serta uji linearitas merupakan uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini. Teknik analisis data yang dipakai adalah teknik korelasi Pearson *Product Moment*. Hasil analisa data menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara *forgiveness* dan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga dengan nilai korelasi pearson sebesar  $r = 0.524$  dan signifikansi  $p = 0.000$  ( $p < 0.005$ ). Hasil dari penelitian ini memperlihatkan bahwa *forgiveness* mempengaruhi *psychological well-being* sebesar 27.4 persen. Kesimpulan yang didapat dari hasil penelitian ini adalah hipotesis dari penelitian ini dapat diterima karena adanya hubungan antara *forgiveness* dan *psychological well-being*.

**Kata Kunci:** *Forgiveness*; Kekerasan Dalam Rumah Tangga; *Psychological Well-being*

#### Abstract

*This study has the aims to analyze and to find out the relationship between forgiveness and psychological well-being of domestic violence victim. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between forgiveness and psychological well-being of domestic violence victim. The subjects used in this study were 100 women victims of domestic violence. This research is a quantitative study using purposive sampling method. Data were collected using a forgiveness scale with 36 items and a psychological well-being scale with 35 items. The normality test and linearity test are the assumption tests used in this study. The data analysis technique used is the Pearson Product Moment correlation technique. The results of data analysis showed that there was a positive relationship between forgiveness and psychological well-being of victims of domestic violence with a Pearson correlation value of  $r = 0.524$  and a significance of  $p = 0.000$  ( $p < 0.005$ ). The results of this study showed that forgiveness affected psychological well-being by 27.4 percent. The conclusion obtained from the results of this study is that the hypothesis of this study can be accepted because of there is a relationship between forgiveness and psychological well-being.*

**Keywords:** *Forgiveness*; Domestic Violence; *Psychological Well-being*

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i1.93>

#### Rekomendasi mensitasi :

Angela, M., Felicia., & Cipta, F. 2021. Hubungan antara *Forgiveness* dan *Psychological Well-Being* pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 2 (1): 61-67.

## PENDAHULUAN

Kekerasan merupakan suatu permasalahan yang cukup serius di Indonesia dan terus meningkat setiap tahunnya. Banyak sekali bentuk kekerasan yang terjadi, namun kekerasan terhadap perempuan merupakan salah satu kasus kekerasan yang paling banyak tercatat dan terus meningkat setiap tahun.

Hal ini dapat dibuktikan dari CATAHU 2019 Komnas Perempuan yang mencatat kasus kekerasan sebanyak 259.150 kasus pada tahun 2016, 348.446 kasus pada tahun 2017, dan 406.178 kasus pada tahun 2018 (dalam komnasperempuan.go.id, 2019).

Salah satu kasus kekerasan perempuan yang keadaannya cukup memprihatinkan adalah kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Hal ini dikarenakan masih banyak korban yang menganggap kekerasan dalam rumah tangga merupakan hal yang lazim sehingga banyak yang tidak melaporkan kasus kekerasan yang menyimpannya dibandingkan dengan yang melaporkan. Kekerasan yang biasa terjadi dalam rumah tangga berupa kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan ekonomi dan kekerasan seksual (Kementrian Hukum dan HAM, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di Yayasan Pusaka Indonesia, menurut informan beberapa korban KDRT pada umumnya mengalami trauma, dan biasanya diantara mereka ada yang memilih untuk bercerai maupun tidak.

Beberapa korban yang telah bercerai umumnya akan membenci pelaku dan sulit membangun hubungan dengan orang lain. Namun, ada juga yang mampu memulai kehidupan barunya dengan mencari pekerjaan, mencoba berhubungan baik

dengan orang lain bahkan ada yang berinteraksi kembali dengan pelaku, yang termasuk sebagai salah satu aspek dari *psychological well-being*.

Adapun pengertian *psychological well-being* menurut Yeung (dalam Pachana, 2017) adalah suatu keadaan psikologis dimana seseorang dapat berfungsi secara positif dan tidak memiliki kelainan mental.

Terdapat enam komponen *psychological well-being* menurut Ryff dan Keyes (dalam Van Zyl dan Rothmann, 2019) yaitu *self-acceptance*, *personal growth*, *purpose in life*, *positive relations with others*, *environmental mastery* dan *autonomy*.

Ryff (dalam Pridayati dan Indrawati, 2019) menyatakan *self-acceptance* merupakan kemampuan seseorang untuk mampu menerima penilaian dari orang lain serta semua kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya agar dapat menjadi individu yang lebih baik. *Personal growth* berarti kemampuan seseorang untuk berkembang dan menumbuhkan potensi dirinya sebagai individu yang lebih baik. *Purpose in life* yaitu mampu merasakan tujuan dan kebermaknaan dalam hidupnya serta dapat mengambil sisi positif dari pengalamannya.

*Positive relations with other* dapat diartikan sebagai kemampuan untuk bersifat terbuka terhadap lingkungan dan dapat membangun hubungan dengan orang lain supaya dapat berbaaur dengan dasar saling percaya, empati, dan kasih sayang sehingga tidak terisolasi dari lingkungannya. *Environmental mastery* merupakan kemampuan seseorang untuk membentuk dan mengelola lingkungannya.

*Autonomy* berarti kemampuan seseorang untuk hidup secara mandiri, dapat menyatakan pendapatnya,

mengambil keputusan sendiri dan dapat mengevaluasi diri secara mandiri. Salah satu hal yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah *forgiveness*.

Adapun pengertian *forgiveness* menurut Worthington (dalam Toussaint, Worthington dan Williams, 2015) adalah sebuah fenomena penting yang banyak dikaitkan dengan berbagai manfaat dalam kesehatan mental seperti mengurangi stres, kemarahan, depresi, kecemasan, serta relasi kesehatan yang positif seperti meningkatkan dukungan sosial dan kualitas pernikahan dapat menjelaskan bagaimana kesejahteraan psikologis seseorang.

Definisi *forgiveness* (dalam VandenBos, 2015) adalah kemauan untuk mengesampingkan rasa marah terhadap seseorang yang telah berbuat salah, tidak adil dan melukai, atau membahayakan seseorang dengan suatu cara.

Dimensi dari *forgiveness* menurut McCullough (dalam Lopez, Peddroti dan Snyder, 2015) adalah *avoidance motivation*, *revenge motivation* dan *benevolence motivation*. McCullough (dalam Rienneke dan Setianingrum, 2018) menyatakan *avoidance motivation* merupakan keadaan dimana terjadinya penurunan keinginan untuk menjauh dari pelaku baik secara fisik maupun secara psikologis.

*Revenge motivation* menurut McCullough (dalam Widasuari dan Laksmiwati, 2018) merupakan keadaan dimana berkurangnya keinginan untuk membalas dendam dan berusaha untuk mengurangi amarah yang dirasakan kepada pelaku. Menurut McCullough (dalam Widasuari dan Laksmiwati, 2018) *benevolence motivation* adalah keadaan dimana adanya keinginan untuk berbuat

baik, berdamai dan kembali menjalin relasi yang baik dengan pelaku.

Beberapa peneliti lain juga telah melakukan penelitian mengenai hubungan kedua variabel diatas. Salah satunya adalah penelitian oleh Juwita dan Kustanti (2018) yang berjudul "Hubungan antara Pemaafan dengan Kesejahteraan Psikologis pada Korban Perundungan" yang menunjukkan adanya hubungan yang positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis, dimana semakin tinggi pemaafan maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki korban dan begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan pernyataan di atas, peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan antara *Forgiveness* dengan *Psychological well-being* pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga". Hipotesa penelitian yang peneliti ajukan adalah terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga, dimana semakin tinggi tingkat *forgiveness* maka akan semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* dan semakin rendah tingkat *forgiveness* maka semakin rendah tingkat *psychological well-being*.

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis dan mengetahui hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga di Kota Medan dan sekitarnya. Manfaat dari penelitian ini adalah diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dalam ilmu psikologi serta dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang *forgiveness* dan *psychological well-being*.

## METODE PENELITIAN

Populasi merupakan keseluruhan atau sekumpulan objek yang akan diteliti (Gunawan, 2015). Populasi yang hendak diteliti dalam penelitian ini yaitu korban - korban kekerasan dalam rumah tangga di kota Medan dan sekitarnya.

Sampel adalah bagian paling kecil atau sebagian dari populasi yang hendak diteliti (Gunawan, 2015). Sampel yang akan diteliti adalah 100 orang wanita yang mengalami KDRT.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Gunawan, (2015) Teknik *purposive sampling* merupakan teknik yang digunakan jika peneliti memiliki pertimbangan atau kriteria tertentu dalam menentukan sampel. Adapun pertimbangan subjek yang akan diambil yaitu korban KDRT yang mengalami kekerasan dalam rentang waktu minimal 5 tahun pernikahan, berjenis kelamin wanita, dan berusia antara 20-55 tahun.

Menurut Priyono (2016), variabel merupakan suatu konsep atau kategori yang memiliki nilai/intensitas/jumlah, dimana nilai/intensitas/jumlah ini akan menggambarkan atribut dari variabel yang akan diteliti. Terdapat dua variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini, yang pertama variabel bebas yaitu *forgiveness* dan yang kedua variabel terikat yaitu *psychological well-being*.

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala *psychological well-being* dan skala *forgiveness*. Skala *psychological well-being* disusun berdasarkan aspek *psychological well-being* yang diambil dari teori Ryff dan Keyes (dalam Van Zyl dan Rothmann, 2019), yaitu *self acceptance, personal growth, positive*

*relations with other, purpose in life, environmental mastery* dan *autonomy*. Skala *psychological well-being* terdiri dari 35 butir pernyataan, dengan 19 butir pernyataan *favourable* dan 16 butir pernyataan *unfavourable*.

Skala *forgiveness* menggunakan dimensi *forgiveness* yang diambil dari teori McCullough (dalam Lopez, Pedrotti dan Snyder, 2015) yaitu *avoidance motivation, revenge motivation* dan *benevolence motivation*. Skala *forgiveness* terdiri dari 36 butir pernyataan, dengan 19 butir pernyataan *favourable* dan 17 butir pernyataan *unfavourable*. Teknik analisis data yang dipakai adalah teknik korelasi *Pearson Product Moment* dengan menggunakan SPSS. Sebelum dilakukan analisa data, dilakukan uji normalitas dan linearitas terlebih dahulu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Teknik korelasi *Pearson Product Moment* dengan menggunakan *SPSS Statistic 17 for windows* digunakan sebagai teknik analisis data dalam penelitian ini.

Berdasarkan pengujian yang dilakukan, hasil analisa yang diperoleh adalah nilai sebesar 0.524 pada *Pearson Correlation* dengan signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ) yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan antara *forgiveness* dan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga dan memiliki tingkat hubungan yang cukup. Dari hasil *R Square* sebesar 0.274 juga menunjukkan bahwa *forgiveness* mempengaruhi *psychological well-being* sebesar 27.4 persen dan 72.6 persen lainnya dipengaruhi oleh indikator - indikator lain.

Berikut merupakan tabel hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* dan tabel sumbangan efektif.

Tabel 1. Hasil Uji korelasi *Pearson Product Moment*

Variabel	R	P	Ket.
<i>Psychological Well-Being Forgiveness</i>	0.524	0.000	Korelasi Signifikan (P < 0.05)

Tabel 2. Sumbangan Efektif

	R	R Square	Eta	Eta Squared
PWB* Forgiveness	.524	.274	.700	.490

Hasil penelitian pada 100 orang korban kekerasan dalam rumah tangga di daerah Medan dan sekitarnya yang menjadi subjek penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *forgiveness* dan *psychological well-being*, dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0.524 dan nilai signifikansi sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ). *Forgiveness* mempengaruhi *psychological well-being* sebesar 27.4 persen dalam sumbangan efektif.

Seseorang akan memiliki *psychological well-being* yang baik jika ia memiliki *forgiveness* yang tinggi. Seseorang yang mampu memaafkan kesalahan orang lain memiliki *self-acceptance* yang baik karena adanya pemaafan berarti dirinya menyadari kekurangan yang ada pada diri sendiri maupun pada orang lain serta dapat terus berusaha untuk memperbaiki diri. Seseorang memiliki *personal growth* yang baik ketika dirinya dapat memaafkan kesalahan orang lain maupun dirinya sendiri sehingga dirinya mampu mengembangkan dirinya untuk menjadi individu yang lebih baik.

Seseorang yang memiliki tingkat *purpose in life* yang baik akan dapat memaafkan orang lain dan tetap berusaha untuk mencapai tujuan hidup yang dirinya miliki dan dapat mengembangkan keterampilan yang dimilikinya. Seseorang dikatakan memiliki *positive relation with others* ketika orang tersebut dapat memaafkan orang lain dan tetap dapat berhubungan baik dan tidak menghindari orang tersebut.

Seseorang memiliki tingkat *environmental mastery* yang baik apabila mampu memaafkan orang lain karena dengan melakukan hal tersebut dirinya dapat mengelola lingkungan sekitarnya serta emosi maupun perasaan negatif yang terdapat dalam dirinya sendiri. Seseorang yang mampu memaafkan orang lain atas kehendaknya sendiri menunjukkan dirinya memiliki tingkat *autonomy* yang baik karena dirinya dapat mengemukakan pendapat sendiri dan mengambil keputusan sendiri atas pendapat tersebut.

Hasil penelitian ini searah dengan hasil penelitian Juwita dan Kustanti, (2018) yang menyatakan adanya hubungan positif antara *forgiveness* dan *psychological well-being*. Hasil penelitian ini juga menunjukkan *forgiveness* dapat mengurangi pikiran dan emosi negatif akibat luka dalam diri seseorang.

Hasil penelitian Rahayu dan Setiawati, (2019) menyatakan bahwa selain *forgiveness*, rasa syukur juga dapat membantu meningkatkan *psychological well-being* seseorang dan berdasarkan penelitian Damariyanti, (2015) *forgiveness* dan *psychological well-being* dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan seseorang.

Terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dan *psychological well-being* juga ditunjukkan dari penelitian yang dilakukan oleh Astuti dan Marettih, (2018) dengan hasil perempuan memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Naiborhu dan Mailani, (2018) menemukan bahwa *forgiveness* merupakan salah satu kekuatan untuk mencapai *psychological well-being*. Hasil penelitian Maulida dan Sari, (2016) menyatakan bahwa mempertahankan perilaku memaafkan (*forgiveness*) dapat membuat kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) tetap terjaga.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian terdahulu dengan hasil penelitian yang dilakukan sejalan karena menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang positif antara *forgiveness* dan *psychological well-being*.

Mengembangkan *forgiveness* dapat meningkatkan *psychological well-being* pada seseorang yang sudah pernah disakiti. Karena dengan mencoba mengimplementasikan pemaafan dalam diri, maka hal tersebut akan membantu mereka dalam mengurangi kemarahan, stress dan depresi yang mereka rasakan sehingga akan memberikan pengaruh yang baik bagi kesehatan mental mereka.

Menerapkan *forgiveness* juga dapat membantu para korban menyadari aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang mereka miliki dan berusaha untuk meningkatkannya misalnya dengan mencoba membangun relasi yang positif dan mendapat dukungan sosial dari sekitarnya.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari penelitian ini, kesimpulan yang diperoleh yaitu terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Dimana semakin tinggi *forgiveness* yang dimiliki para korban maka semakin tinggi *psychological well-being* mereka dan sebaliknya semakin rendah *forgiveness* para korban maka semakin rendah pula *psychological well-being* mereka.

Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* yang menunjukkan nilai  $r$  sebesar 0.524 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000. Faktor *forgiveness* mempengaruhi *psychological well-being* sebesar 27.4 persen.

Para korban dengan tingkat *forgiveness* yang tinggi akan memiliki *psychological well-being* yang baik. *Forgiveness* pada korban bisa terlihat dari *avoidance motivation*, *revenge motivation* dan *benevolence motivation* yang mereka miliki. Dengan menerapkan dan mempertahankan *forgiveness*, akan membantu mengurangi emosi dan pikiran negatif pada diri korban sehingga dapat membuat mereka menjadi lebih bahagia, memiliki kesehatan mental yang baik, lebih sejahtera secara psikologis dan dapat menjalankan aktivitas maupun kehidupannya secara optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, W., & Marettih, A. K. E. (2018). Apakah Pemaafan Berkorelasi Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja yang Tinggal Di Panti Asuhan? *Jurnal Ilmu Perilaku*, 2(1), 41. <https://doi.org/10.25077/jip.2.1.41-53.2018>
- Damariyanti, M. (2015). Pengaruh Kesejahteraan Psikologis dan Pemaafan Terhadap

- Kepuasan Pernikahan. *Jurnal Psikologi*, 8(2), 104–111.
- Gunawan, M. A. (2015). *Statistik Penelitian: Bidang Pendidikan, Psikologi dan Sosial*. Yogyakarta: Paratama Publishing.
- Juwita, V. R., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Pemaafan Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Korban Perundungan. *Jurnal Empati*, 7(4), 274–282.
- Kementrian Hukum dan HAM. (2019). *Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT): Persoalan Privat yang Jadi Persoalan Publik*. Diakses Pada Tanggal 22 Desember 2019 Dari. <http://ditjenpp.kemenkumham.go.id/hukum-pidana/647-kekerasan-dalam-rumah-tangga-kdrt-persoalan-privat-yang-jadi-persoalan-publik.html>
- Komnasperempuan.go.id. (2019). *Catatan Tahunan Kekerasan Terhadap Perempuan 2019*. Diakses Pada Tanggal 22 Desember 2019 Dari. <https://www.komnasperempuan.go.id/read-news-catatan-tahunan-kekerasan-terhadap-perempuan-2019>
- Lopez, S. J., Pedrotti, J. T., & Snyder, C. R. (2015). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths* (Third Ed). USA: SAGE Publications, Inc.
- Maulida, M., & Sari, K. (2016). Hubungan Memaafkan dengan Kesejahteraan Psikologis pada Wanita yang Bercerai. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Psikologi*, 1(3), 7–18.
- Naiborhu, W. N., & Mailani, L. (2018). Psychological Well-Being Ditinjau dari Forgiveness pada Narapidana Wanita di Lembaga Perasyarakatan Wanita Klas II A Medan. *Psikologi Prima*, 1(1), 61–74.
- Pachana, N. A. (2017). *Encyclopedia of Geropsychology*. Singapore: Springer Nature Singapore. <https://doi.org/10.1007/978-981-287-082-7>
- Pridayati, T., & Indrawati, E. (2019). Hubungan Antara Forgiveness Dan Gratitude Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja di Panti Asuhan X Bekasi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 3(3), 197–206.
- Priyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Rahayu, I. I., & Setiawati, F. A. (2019). Pengaruh Rasa Syukur Dan Memaafkan Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja (the Effect of Gratitude and Forgiveness on Psychological Wellbeing of Adolescents). *Jurnal Ecopsy*, 6(1), 50–57.
- 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. <https://doi.org/10.30996/persona.v7i1.1339>
- Toussaint, L. L., Worthington, E. L., & Williams, D. R. (2015). *Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health*. New York: Springer Science+Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-94-017-9993-5>
- Van Zyl, L. E., & Rothmann, S. (2019). *Positive Psychological Intervention Design and Protocols for Multi-Cultural Contexts*. Switzerland: Springer Nature Switzerland.
- VandenBos, G. R. (2015). *APA Dictionary of Psychology* (2nd Ed). Washington DC: American Psychological Association.
- Widasuari, D., & Laksmiwati, H. (2018). Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Forgiveness pada Mahasiswa Psikologis Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi Universitas Negeri Surabaya*, 05(02), 1–6. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/24056>