

**KEBAHAGIAAN REMAJA PANTI ASUHAN DITINJAU DARI
PEMAAFAN DAN DUKUNGAN SOSIAL**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi

Disusun Oleh :

Septy Ambarwati

NIM 17107010125

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Septy Ambarwati

NIM : 17107010125

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi berjudul “Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan Sosial” merupakan hasil karya peneliti dan bukan dari hasil plagiasi karya orang lain.

Apabila suatu hari nanti penelitian ini dinyatakan plagiasi, peneliti siap bertanggung jawab sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan digunakan dengan semestinya.

Yogyakarta, 24 Januari 2022

Menyatakan,



Septy Ambarwati
NIM. 17107010125

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal :

Lamp :

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Septy Ambarwati

NIM : 17107010125

Judul Skripsi : Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan ditinjau dari
Kebahagiaan dan Dukungan Sosial

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 24 Januari 2022

Pembimbing

Rita Setyani Hadi Sukirno, M. Psi.
NIP.19830501 201503 2 006



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR
Nomor : B-107/Un.02/DSH/PP.00.9/01/2022

Tugas Akhir dengan judul : **Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan Sosial**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SEPTY AMBARWATI
Nomor Induk Mahasiswa : 17107010125
Telah diujikan pada : Rabu, 26 Januari 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 61f3f15c64fd8



Penguji I

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 61f3c5de60b60



Penguji II

Very Julianto, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 61f3dfa0b165f



Yogyakarta, 26 Januari 2022

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 61f4b02726301

Halaman Moto

"You're the most important person in your life. So be your self, be beautiful"

~ NCT 2021~



HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbilalamin. Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Penelitian berjudul “Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan Sosial” tentunya tidak terlepas dari doa dan dukungan kepada saya selama proses penyusunan tugas akhir ini. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Orangtua tercinta, Bapak Surwanto dan Ibu Uminah yang selalu mendoakan dan mendukung saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini bahkan ketika saya merasa patah semangat dan hampir putus asa. Terima kasih bapak ibu
2. Adik saya, Putri Ambarwati yang selalu mengingatkan dan mendukung saya untuk rutin mengerjakan skripsi setiap harinya
3. Sahabat-sahabat saya, Sholifah, Putri, Salma, Isti, Wulan, Riska yang selalu mendukung, menyemangati dan tempat berbagi keluh kesah
4. Teman-teman Psikologi D 2017 yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan tempat berbagi cerita dari semester 1 sampai sekarang
5. Seluruh keluarga besar Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kepada Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang kita nantikan syafaatnya di Yaumul Akhir.

Penelitian tugas akhir skripsi kali ini berjudul “Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan Sosial”. Skripsi ini bertujuan untuk mengetahui hubungan positif antara pemaafan dan dukungan sosial dengan kebahagiaan remaja panti asuhan. Selama proses penyusunan skripsi ini, tidak terlepas dari dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Penulis ucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S. Sos., M. Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Lisnawati, S. Psi., M. A., Psikolog. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M. Psi. selaku Dosen Pembimbing Skripsi dan Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan memberikan motivasi dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih atas segala motivasi, waktu, tenaga, dan ilmu yang telah ibu berikan kepada penulis

4. Seluruh dosen Psikologi dan karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini
5. Ibu Sara Palila, S. Psi., M. A., Psi selaku penguji 1 dan Bapak Very Julianto, M. Psi. selaku penguji 2 yang telah memberikan banyak masukan luar biasa kepada penulis dalam hal perbaikan tugas akhir skripsi
6. Seluruh teman-teman Psikologi khususnya Psikologi D 2017 yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan ilmu kepada penulis selama perkuliahan ini
7. Seluruh pihak yang telah membantu dan melancarkan proses penyusunan tugas akhir.

Yogyakarta, 28 Januari 2022

Penyusun,

Septy Ambarwati

NIM.17107010125

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	i
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR	ii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II	22
DASAR TEORI	22
A. Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	22
1. Pengertian Kebahagiaan.....	22
2. Aspek-Aspek Kebahagiaan	24
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan	26
B. Pemaafan (<i>Forgiveness</i>).....	33
1. Pengertian Pemaafan.....	33
2. Aspek-Aspek Pemaafan	34

C.	Dukungan sosial (<i>social support</i>)	37
1.	Pengertian dukungan sosial.....	37
2.	Aspek-aspek dukungan sosial	38
D.	Dinamika Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan Sosial	41
E.	Hipotesis	48
BAB III.	49
METODE PENELITIAN	49
A.	Desain Penelitian	49
B.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	49
C.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	50
D.	Populasi dan Sampel Penelitian	52
E.	Metode dan Alat Pengumpulan Data	54
F.	Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur.....	58
G.	Metode Analisis Data.....	61
BAB IV	64
PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN	64
A.	Orientasi Kacah dan Persiapan	64
1.	Orientasi Kacah.....	64
2.	Persiapan	65
B.	Pelaksanaan Penelitian.....	69
C.	Hasil Penelitian	69
1.	Uji asumsi	69
2.	Analisis Deskriptif	72
3.	Kategorisasi Subjek	73
4.	Uji Hipotesis	76
5.	Sumbangan Efektif.....	77
D.	Pembahasan.....	78
BAB V	83
KESIMPULAN DAN SARAN	83
A.	Kesimpulan	83
B.	Saran	84

DAFTAR PUSTAKA.....	86
LAMPIRAN- LAMPIRAN	91



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint skala kebahagiaan sebelum uji coba.....	55
Tabel 2. Sebaran aitem kebahagiaan sebelum uji coba	56
Tabel 3. Uji Reliabilitas Skala Pemaafan	57
Tabel 4. Blueprint skala dukungan sosial sebelum uji coba.....	57
Tabel 5. Sebaran aitem dukungan sosial sebelum uji coba	58
Tabel 6. Informasi jumlah responden penelitian	65
Tabel 7. Distribusi seleksi aitem skala kebahagiaan	67
Tabel 8. Distribusi seleksi aitem dukungan sosial	68
Tabel 9. Uji Normalitas	70
Tabel 10. Uji Linieritas	70
Tabel 11. Uji Multikolinieritas	71
Tabel 12. Uji Heteroskedastisitas	71
Tabel 13. Deskripsi Statistik	72
Tabel 14. Rumus norma kategorisasi subjek.....	73
Tabel 15. Kategorisasi Kebahagiaan	74
Tabel 16. Kategorisasi Pemaafan	74
Tabel 17. Kategorisasi Dukungan Sosial	75
Tabel 18. Uji Hipotesis Mayor	78
Tabel 19. Uji Hipotesis Minor.....	79
Tabel 20. Sumbangan Efektif	77

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Dinamika Kebahagiaan ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan Sosial pada Remaja di Panti Asuhan.....	47
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Uji Coba penelitian	91
Lampiran 2. Tabulasi Skor Uji Coba Skala Kebahagiaan.....	97
Lampiran 3. Tabulasi Skor Uji Coba Skala Dukungan Sosial	98
Lampiran 4. Uji Seleksi Aitem Skala Kebahagiaan.....	99
Lampiran 5. Uji Reliabilitas Skala Kebahagiaan	100
Lampiran 6. Uji Seleksi Aitem Skala Dukungan Sosial	101
Lampiran 7. Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	102
Lampiran 8. Kuesioner Data Penelitian	103
Lampiran 9. Tabulasi Skor Data Penelitian Skala Kebahagiaan.....	111
Lampiran 10. Tabulasi Skor Data Penelitian Skala Pemaafan.....	114
Lampiran 11. Tabulasi Skor Data Penelitian Skala Dukungan Sosial	117
Lampiran 12. Deskripsi Statistik.....	120
Lampiran 13. Uji Normalitas	120
Lampiran 14. Uji Linieritas.....	121
Lampiran 15. Uji Multikolinieritas	122
Lampiran 16. Uji Heteroskedastisitas	123
Lampiran 17. Uji Hipotesis Mayor dan Minor	124
Lampiran 18. Sumbangan Efektif.....	125
Lampiran 19. Surat Izin Penelitian	126

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan

Sosial

Septy Ambarwati

NIM 17107010125

INTISARI

Setiap individu berhak merasakan kebahagiaan, termasuk remaja panti asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebahagiaan remaja panti asuhan ditinjau dari pemaafan dan dukungan sosial. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Responden berjumlah 110 yang ditentukan melalui teknik *simple random sampling*. Skala yang digunakan yaitu skala kebahagiaan, *Heartland Forgiveness Scale*, dan skala dukungan sosial. Analisis data yang digunakan yakni analisis regresi dua prediktor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) terdapat hubungan positif antara pemaafan dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan memiliki sumbangan efektif sebesar 49,7%. 2) terdapat hubungan positif antara pemaafan dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan memiliki sumbangan efektif sebesar 26,6%. 3) terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,005$) dan memiliki sumbangan efektif sebesar 44,2%. Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis diterima.

Kata kunci : kebahagiaan, pemaafan, dukungan sosial

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

***The Happiness of an Orphanage Youth is measured in terms of Forgiveness
and Social Support***

Septy Ambarwati

NIM 17107010125

ABSTRACT

Every individual has the right to feel happiness, including the youth of an orphanage. This research aims to determine the relationship between happiness in youth orphanages in terms of forgiveness and social support. The method of research used is quantitative with correlational approach. There were 110 measured through the simple random sampling. The scale used is happiness scale, the heartland forgiveness scale, and social support scale. The data analysis used was regression analysis of two predictors. The result of this research are:1) there is positive relationship between forgiveness and social support with significance value of 0,000 ($p < 0,05$) and effective contribution of 49,7%. 2) there is positive relationship between forgiveness and happiness with significance value of 0,000 ($p < 0,05$) and effective contribution of 26,6%. 3) there is positive relationship between social support and happiness with significance value of 0,000 ($p < 0,05$) and effective contribution of 44,2%. Based of the research's result, the hypothesis are accepted.

Keywords : happiness, forgiveness, social support

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebahagiaan merupakan suatu perasaan positif yang muncul dari dalam diri individu. Car (2004) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu kondisi psikologis positif yang ditandai dengan adanya kepuasan akan masa lalu dan tingginya emosi positif daripada emosi negatif (Jusmiati, 2017). Pada dasarnya kebahagiaan bersifat subjektif atau tergantung pada penilaian masing-masing individu tentang kebahagiaan yang dirasakannya (Sarmadi, 2018).

Kebahagiaan (*happiness*) berkaitan erat dengan kesejahteraan (*well-being*) pada individu (Kesebir & Diener, 2008). Bukhari dan Khanam (2015) menyebutkan bahwa kebahagiaan merupakan bagian dari *subjective well being* (L. Dewi & Nasywa, 2019). Hal itu dikarenakan kebahagiaan mencakup kepuasan hidup (*life satisfaction*) secara global, kepuasan dengan peristiwa penting dalam kehidupan (pernikahan, kesehatan, pekerjaan, dan lain-lain), tingginya afek positif, serta rendahnya afek negatif (Kesebir & Diener, 2008).

Kebahagiaan merupakan sesuatu yang berhak dirasakan oleh setiap individu di kehidupannya, termasuk remaja di panti asuhan. Panti asuhan merupakan suatu lembaga kesejahteraan sosial yang memberikan pelayanan pengganti orang tua atau keluarga bagi anak yatim piatu atau anak terlantar.

Menurut pasal 24 Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia No. 106 Tahun 2009, panti asuhan bertugas untuk memberikan bimbingan, pelayanan, dan rehabilitasi sosial yang bersifat kuratif, promotif, dan rehabilitatif dalam bentuk bimbingan pengetahuan dasar pendidikan, fisik, mental, sosial, pelatihan keterampilan, resosialisasi bimbingan lanjut bagi anak yatim, piatu dan yatim piatu yang kurang mampu, terlantar agar potensi dan kapasitas belajarnya pulih kembali, mampu berkembang secara wajar, serta pengkajian, pengembangan standar pelayanan dan rujukan.

Masa remaja juga merupakan masa dimana individu baru mulai mengenal sesuatu yang bersifat baik maupun buruk, mengenal lawan jenis, memenuhi tugas di lingkungan sosial, menerima jati diri yang telah diberikan oleh Tuhan kepadanya, serta dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya (Jannah, 2016). Oleh karena itu, seorang remaja membutuhkan peran dari berbagai pihak, seperti orang tua, guru, dan lingkungan masyarakat. Dengan adanya dukungan dan arahan dari berbagai pihak, remaja akan mampu melaksanakan berbagai tugas perkembangannya dengan baik. Apabila berbagai tugas perkembangan dan kebutuhan terpenuhi, akan membawa kebahagiaan bagi remaja dan bahkan mampu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan berikutnya (Putro, 2017).

Hal tersebut dikuatkan oleh sebuah penelitian berjudul “peristiwa-peristiwa yang membuat bahagia” yang menyatakan bahwa relasi dengan orangtua, teman, dan saudara memiliki memiliki hubungan sebesar 58% terhadap kebahagiaan seorang remaja sedangkan 23,7% berhubungan dengan

prestasi, dan sisanya berhubungan dengan personal afektif. Relasi dengan orang lain terutama orang tua merupakan penyumbang terbesar yang mampu membuat remaja bahagia. Hal tersebut dikarenakan orangtua adalah sosok pertama yang dekat, mengetahui segala sifat dan kepribadiannya, membimbing serta mendidik anaknya yang sudah memasuki tahap perkembangan remaja. Selain orangtua, keluarga yang merupakan kumpulan individu dalam satu keturunan juga memiliki peran yang sangat penting bagi seorang remaja. Keluarga dapat membantu ketika remaja sedang mengalami masalah dan kesulitan dengan cinta yang diberikan oleh anggota keluarga, seperti nenek, kakek, kakak, adik, sepupu, dan anggota keluarga lainnya (Harmaini & Yulianti, 2014).

Selain relasi dengan orang terdekat, kebebasan juga sering dikaitkan dengan kebahagiaan pada remaja, terutama bagi remaja akhir karena mereka diberikan status lebih dalam usaha mempertahankan tingkat perkembangannya (Hurlock, 2002). Kehidupan remaja panti asuhan digambarkan mendapatkan kebebasan yang sangat luas disamping terdapat tuntutan tinggi untuk melaksanakan kegiatan panti. Akan tetapi, kebebasan tersebut dinilai tidak terarah sehingga membuat remaja merasa ambigu dalam menghadapi masa depan. Selain itu, kurangnya pergaulan membuat remaja panti merasa kurang percaya diri ketika berinteraksi dengan masyarakat umum (E. M. P. Dewi, 2016).

Mussen, dkk (1989) menyebutkan bahwa remaja di panti asuhan mendapat bimbingan dan arahan dari pengasuh. Akan tetapi, dengan adanya

ketidakseimbangan rasio jumlah antara pengasuh dan anak asuh membuat dukungan, perhatian, dan kasih sayang yang diberikan pengasuh menjadi kurang maksimal (Rahma, 2011). Hal ini berarti bahwa panti asuhan belum dapat memenuhi tugasnya sebagai lembaga kesejahteraan sosial yang memberikan pelayanan pengganti orang tua/keluarga.

Penelitian berjudul “Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi terhadap Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Yatim Piatu” melakukan sebuah pra-penelitian yang menyatakan bahwa sebagian besar remaja di Panti Asuhan X masuk dalam kategori tidak bahagia. Remaja Panti Asuhan X lebih banyak yang merasakan emosi negatif daripada emosi positif. Semua remaja (100%) merasa sedih, 57, 89% diantaranya merasa marah, dan 84, 21% dari mereka juga merasa jengkel (Aesijah, Prihartanti, & Prastisti, 2016).

Kebahagiaan sangat penting bagi remaja, terutama bagi remaja di panti asuhan. Remaja yang bahagia akan lebih bersikap positif dan terbuka ketika dihadapkan pada peristiwa sosial. Sedangkan remaja yang tidak bahagia akan cenderung bersikap negatif dan memiliki stereotip sosial yang terlalu sederhana (L. N. Chaplin, Bastos, & Lowrey, 2010). Selain itu, ketidakbahagiaan pada remaja cenderung membuat individu menjadi lebih merasakan emosi negatif seperti sedih, marah, bahkan depresi (T. M. Chaplin, 2006).

Di samping itu, kebahagiaan juga berkaitan dengan kesehatan fisik individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan dan sikap positif dapat mencegah sistem saraf otonom dari pengaktifan reaksi fisiologis yang

memiliki efek buruk terhadap kesehatan. Selain itu, individu yang bahagia cenderung memiliki pola hidup yang sehat, seperti berolahraga, memperhatikan berat badan, serta menghindari perilaku merokok dan minum alkohol (Sabatini, 2014). Oleh karena itu, diperlukannya sebuah studi untuk mengkaji lebih dalam mengenai kebahagiaan pada remaja, dalam konteks ini yaitu remaja panti asuhan.

Kebahagiaan individu disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal (Seligman, 2005). Salah satu faktor internal dalam mencapai kebahagiaan yaitu emosi positif masa lalu yang meliputi perasaan bersyukur (*gratitude*) serta memaafkan dan melupakan (*forgiving and forgetting*). Bersyukur dan memaafkan akan menciptakan emosi positif tentang masa lalu sehingga dapat membuat individu merasa bahagia (Seligman, 2005).

Jalaludin Rahmat (2010) juga berpendapat bahwa terdapat enam cara untuk meraih kebahagiaan dalam hidup menurut ayat-ayat Al-Quran. Pertama, meyakinkan diri sendiri bahwa setiap kesulitan senantiasa beriringan dengan kemudahan. Kedua, bersyukur dan tawakal atas segala musibah yang dihadapi. Ketiga, memaafkan orang lain yang melakukan kesalahan. Keempat, menjauhi prasangka yang buruk yang akan menimbulkan emosi negatif seperti marah, cemas, dendam, dan lain-lain. Kelima, menjauhi kebiasaan yang buruk ketika menghadapi suatu masalah. Terakhir, mengurangi keinginan-keinginan yang sifatnya duniawi dengan *zuhud* dan *qanaah* (Hamim, 2016).

Pemaafan bukan hanya sekedar memaafkan dan melupakan perbuatan pelanggar (Snyder & Lopez, 2002). Nashori (2004) mendefinisikan pemaafan sebagai sebuah kesediaan individu yang menjadi korban untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan serta menumbuhkan perasaan dan hubungan yang lebih positif dengan seseorang yang telah melakukan sebuah kesalahan (Kusprayogi & Nashori, 2016). Ketika proses memaafkan berlangsung, individu akan mendapatkan pemahaman baru mengenai peristiwa tidak menyenangkan, sisa-sisa perasaan menyakitkan, potensi diri sendiri, orang lain, bahkan dunia (Thompson et al., 2005).

Pemaafan dapat dilakukan terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi (Thompson et al., 2005). Melalui pemaafan, kenangan yang bersifat negatif dapat berubah menjadi kenangan yang netral bahkan positif (Seligman, 2005). Lebih lanjut, hasil penelitian berjudul "*Forgiveness, stress, and health: A 5 week dynamic parallel process study*" menyatakan bahwa pemaafan berkaitan dengan penurunan stres yang kemudian juga diiringi oleh penurunan simptom kesehatan mental (Toussaint, Shields, & Slavich, 2016). Oleh karena itu, pemaafan dapat menciptakan berbagai macam emosi positif sehingga individu dapat merasakan kebahagiaan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan jika pemaafan memberikan sumbangan sebesar 17,56% terhadap kebahagiaan individu (Rienneke & Setianingrum, 2018).

Penelitian kualitatif berjudul "Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan" menyebutkan bahwa awalnya responden (berlatar belakang keluarga kurang mampu) merasa kecewa dengan keputusan keluarga dengan membawanya ke

panti asuhan. Namun, seiring dengan berjalannya waktu responden dapat memaklumi dan memaafkan tindakan keluarganya. Kemampuan memaafkan tersebut membuat responden merasa lebih bahagia daripada sebelumnya (Gunawan, 2020).

Selain faktor internal, kebahagiaan juga disebabkan oleh faktor eksternal, salah satunya ialah dukungan sosial (Seligman, 2005). Dukungan sosial ialah informasi yang diberikan orang lain untuk menunjukkan bahwa ia dihargai, dicintai, dirawat serta diakui sebagai bagian dari suatu hubungan (Taylor, 2018). Orang lain tersebut seperti, keluarga, pasangan, teman, komunitas, dan lainnya. Dukungan sosial akan membuat individu merasa dan mempercayai bahwa ia disayangi, dihargai, serta dianggap dalam suatu hubungan (Sarafino & Smith, 2011).

Helliwell dkk menyebutkan bahwa hampir 75% dari tingkat kebahagiaan global disebabkan oleh enam faktor, salah satunya yaitu dukungan sosial (Bookwala et al., 2021). Dukungan sosial mampu menurunkan stres pada individu (Snyder & Lopez, 2002). Lebih lanjut, dukungan sosial dapat memberikan efek perlindungan pada kesehatan mental dan fisik individu sehingga individu dapat merasa bahagia. Sebaliknya, dukungan sosial yang rendah dapat membuat individu menjadi mudah merasa cemas, kurang percaya diri, dan stres (Sulistiowati, Keliat, Besral, & Wakhid, 2018). Perasaan-perasaan negatif itulah yang dapat membuat individu menjadi tidak bahagia.

Penelitian berjudul “Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial di Medan” menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lansia. Dengan kata lain, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dirasakannya (Khuzaimah, Anggraini, Hinduan, Agustiani, & Siswadi, 2021).

Penelitian lainnya berjudul “Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan” menyebutkan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor kebahagiaan remaja yang tinggal di panti asuhan (Gunawan, 2020). Walaupun jarang bertemu, responden merasa bahagia setiap kali bertemu dengan keluarganya yang selalu memberikan dukungan secara positif. Selain keluarga, dukungan sosial dari teman sebaya juga membuat responden merasa bahagia. Dari segi emosi, teman sebaya memberikan dukungan dengan bersedia untuk mendengarkan keluh kesah responden serta menyemangatnya dalam menempuh pendidikan.

Berdasarkan fenomena di atas, dapat ditarik sebuah rumusan masalah yaitu apakah terdapat hubungan antara pemaafan dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan? Untuk mengkaji permasalahan tersebut, peneliti mengajukan judul penelitian “Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Pemaafan dan Dukungan Sosial.”

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini berdasarkan rumusan masalah tersebut yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan.
2. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan.
3. Untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini diantaranya yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan, informasi serta sumbangan penelitian di ilmu Psikologi terutama bidang psikologi positif dan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi remaja di panti asuhan

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, remaja mampu menjadi individu yang pemaaf. Selain itu, diharapkan untuk saling memberikan dukungan satu sama lain agar dapat meningkatkan kebahagiaan.

b. Bagi pengasuh

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada pengasuh untuk membimbing remaja menjadi individu yang pemaaf dan saling memberi dukungan satu sama lain.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu acuan bagi peneliti selanjutnya yang mengkaji mengenai hubungan antara pemaafan dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian dalam penelitian ini merujuk pada beberapa penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya dengan tema yang sama walaupun terdapat perbedaan dari segi karakteristik subjek, lokasi penelitian, serta alat ukur. Beberapa penelitian tersebut antara lain:

1. Penelitian berjudul “Kebersyukuran dan Kebahagiaan Pada Wanita Yang Bercerai di Aceh” oleh Dian Eriyanda dan Maya Khairani bertujuan untuk mengetahui korelasi (hubungan) antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada wanita yang bercerai di Aceh. Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Subjek penelitian berjumlah 247 orang dengan beberapa karakteristik diantaranya yaitu: (1) Berusia 20-40 tahun ketika bercerai, (2) Usia pernikahan minimal 5 tahun ketika terjadi perceraian, (3) Pihak wanita yang

menggugat cerai, (4) Menerima putusan cerai pada tahun 2013-2015 di Mahkamah Syar'iyah Lhoksukon dan Kuala Simpang, serta (5) Berstatus janda. Metode analisis data yang digunakan yaitu metode Spearman. Hasil penelitian menghasilkan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,10$) sehingga dapat disimpulkan jika terdapat korelasi antara kebersyukuran dan kebahagiaan pada wanita bercerai di Aceh (Eriyanda & Khairani, 2017).

2. Christy Angela Indra Gunawan (2020) melakukan penelitian yang berjudul “Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan (*Happiness of The Teenagers Who Live in Orphanage*)”. Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik studi kasus. Subjek penelitian berjumlah 4 orang dengan usia 15 sampai 18 tahun. Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara dan observasi. Hasil analisis menyatakan bahwa konsep kebahagiaan pada remaja berkaitan dengan hubungan sosial (keluarga dan teman sebaya), hidup tanpa masalah, tinggal di lingkungan yang mendukung, kemampuan penyesuaian diri, serta kasih sayang orang tua. Selain itu, beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan remaja di Panti Asuhan Y antara lain persepsi positif tentang lingkungan tempat tinggal (panti asuhan), terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan sehari-hari, kemampuan untuk melanjutkan pendidikan, rasa syukur dan kemampuan pemaafan, orientasi masa depan tentang cita-cita, serta optimisme akan masa depan yang baik (Gunawan, 2020).

3. Netty Herawati dan Riski Hanik Maryani (2019) melakukan penelitian yang berjudul “Makna Kebahagiaan dan Kebersyukuran pada Komunitas Hijaber (*The Meaning of Happiness and Gratitude In The Hijaber Community*)”. Peneliti menggunakan metodologi kualitatif fenomenologi. Jumlah dan karakteristik subjek penelitian yaitu tiga wanita yang berhijrah setelah salah satu anggota keluarganya meninggal dunia. Analisis data yang digunakan ialah teknik analisis data *Miles and Huberman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa syukur subjek penelitian meningkat setelah subjek berhijrah. Kebahagiaan (*happiness*) dan kebersyukuran (*gratitude*) subjek penelitian dibentuk melalui perbuatan, hati, dan perkataan (lisan). Perasaan bersyukur mampu memberikan berbagai manfaat positif, seperti hati yang tenang, damai, serta bahagia (Herawati & Maryani, 2019).
4. Penelitian berjudul “*The Contribution of Physical and Social Activity Participation to Social Support and Happiness among People with Physical Disabilities*” oleh Junhyoung Kim, dkk (2020) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas sosial dan aktivitas fisik waktu luang terhadap dukungan sosial dan kepuasan hidup pada penyandang disabilitas fisik di Korea Selatan. Sebanyak 351 penyandang disabilitas fisik dari umur 18-83 tahun menjadi responden dalam penelitian ini. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan korelasi *Pearson* dan *Path Analysis*. Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa aktivitas sosial dan dukungan sosial (dukungan emosional, informasional, berwujud serta

dukungan kasih sayang) memiliki hubungan signifikan terhadap kebahagiaan. Akan tetapi, tidak terdapat efek secara langsung dari aktivitas fisik waktu luang dan dukungan interaksi sosial yang positif terhadap kebahagiaan (Kim, Kim, Kim, Han, & Nguyen, 2021).

5. Penelitian berjudul “*Linking inferiority feelings to subjective happiness: Self-concealment and loneliness as serial mediators*” oleh Akdoğan & Cimsir (2019) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perasaan rendah diri dengan kebahagiaan subjektif dengan penyembunyian diri dan kesepian sebagai mediator. Responden berjumlah 283 mahasiswa angkatan 2017-2018 di Universitas Turki yang ditentukan melalui *convenience sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyembunyian diri dan kesepian menjadi mediator antara perasaan rendah diri dan kebahagiaan subjektif. Hal ini berarti individu dengan perasaan rendah diri yang tinggi akan memiliki kecenderungan untuk menyembunyikan diri sehingga mengalami kesepian dan penurunan kebahagiaan (Akdoğan & Çimsir, 2019).
6. Penelitian berjudul “Hubungan *Forgiveness* dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Panti di Panti Asuhan” oleh Eka Septarianda, M. Nursalim Malay, dan Khioriyah Ulfah (2020) bertujuan untuk mengetahui hubungan *forgiveness* (pemaafan) dengan *Subjective Well-Being*. Responden pada penelitian ini yaitu 58 remaja Panti Asuhan Budi Mulya Muhammad Sukarame yang didapat melalui teknik *sampling total*. Pada penelitian ini menggunakan 3 buah skala, yaitu skala HFS (*Heartland*

Forgiveness Scale) dari Thompson (2002), skala SWLS (*Satisfaction with Life Scale*) dari Diener (1999) yang telah dimodifikasi untuk mengukur *subjective well-being* komponen kepuasan hidup remaja, serta skala PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) untuk mengukur *subjective well-being* komponen afektif. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *forgiveness* (pemaafan) dengan *subjective well-being* (Septarianda, Malay, & Ulfah, 2020).

7. Penelitian berjudul “Hubungan antara *Forgiveness* dan *Gratitude* dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja di Panti Asuhan X Bekasi” oleh Tiaradika Pridayati dan Erdina Indrawati (2019) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dan kebersyukuran dengan *Psychological Well-Being* pada remaja di Panti Asuhan X Bekasi. Responden berjumlah 103 orang dari populasi 140 orang yang ditentukan melalui *simple random sampling*. Analisis data penelitian menggunakan teknik korelasi *bivariat* dan regresi korelasi *multivariat*. Hasil analisis korelasi *bivariat* antara pemaafan dan *psychological well-being* sebesar $r = 0,338$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga menunjukkan korelasi yang positif, begitu pula kebersyukuran dan *psychological well-being* yang menunjukkan korelasi positif dengan $r = 0,505$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Pada analisis regresi korelasi *multivariat*, menunjukkan $R = 0,521$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan koefisien determinasi *R Square* sebesar 0,272.

Hal tersebut menunjukkan bahwa sumbangan pemaafan dan kebersyukuran sebesar 27,2% terhadap kebahagiaan remaja di Panti Asuhan An-Nuriyyah Bekasi, sementara 72,8% merupakan faktor kebahagiaan lain yang tidak diteliti. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan jika terdapat hubungan positif antara pemaafan dan kebersyukuran dengan *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan An-Nuriyyah Bekasi (Pridayati & Indrawati, 2019).

8. Penelitian berjudul “Apakah Pemaafan Berkorelasi dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja yang tinggal di Panti Asuhan?” oleh Windi Astuti dan Anggia Kargenti Evanurul Marrettih (2018) bertujuan untuk mengetahui hubungan pemaafan dengan *Psychological Well-Being* pada remaja di panti asuhan. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 78 remaja yang tinggal di tiga panti asuhan Kota Pekanbaru yang ditentukan melalui teknik *Purposive Sampling*. Adapun pada penelitian ini menggunakan 2 skala, yaitu skala *Psychological Well-Being* dan skala *Heartland Forgiveness Scale (HFS)* milik Thompson yang disesuaikan dengan karakteristik subjek penelitian. Analisis data menggunakan analisis *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pemaafan dengan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan (Astuti & Marettih, 2018).
9. Penelitian berjudul “*Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults*” oleh Kaleta dan Mroz (2018) bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pemaafan dan kepuasan hidup pada

kelompok usia yang berbeda. Responden berjumlah 436 individu berusia 19-67 tahun. Skala pemaafan disusun dengan mengadaptasi skala pemaafan Heartland. Sedangkan skala kepuasan hidup disusun dengan mengadaptasi skala kepuasan hidup Diener dkk. Analisis data dilakukan secara terpisah berdasarkan kelompok umur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara pemaafan dan kepuasan hidup di semua kelompok usia (Kaleta & Mróz, 2018).

10. Penelitian berjudul "*The influence of relationship closeness and desire for forgiveness on interpersonal forgiveness*" oleh Sijin Li dkk (2021) bertujuan untuk mengetahui korelasi antara kedekatan hubungan dengan pemaafan interpersonal yang dimoderasi oleh keinginan memaafkan. Responden berjumlah 40 siswa (20 laki-laki dan 20 perempuan). Responden diminta melengkapi *Taylor Aggression Paradigm* (TAP) yang digunakan untuk menginduksi pengalaman ofensif dan merekam tingkat agresivitas korban terhadap pelaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keinginan untuk memaafkan memoderasi hubungan antara kedekatan hubungan dengan pemaafan interpersonal (Li et al., 2021).
11. Penelitian berjudul "Kualitas Hidup Lansia Ditinjau dari Sabar dan Dukungan Sosial" oleh Puspita Sari dkk (2018) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sabar dan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di Yogyakarta. Responden penelitian berjumlah 58 lansia (24 laki-laki dan 34 perempuan) yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Skala yang digunakan yaitu *The World Health Organization*

Quality of life (WHOQOL), *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)*, serta skala sabar. Analisis data menggunakan korelasi pearson dan analisis regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara sabar dan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di Yogyakarta (Sari, Lestari, Putra, & Nashori, 2018).

12. Penelitian berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa 1 Jakarta” oleh Della Nur Arista dan Anizar Rahayu (2018) bertujuan untuk mengetahui korelasi antara dukungan sosial dan konsep diri dengan penyesuaian diri remaja kelas X SMA Angkasa 1, Jakarta. Responden berjumlah 200 siswa kelas yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan yaitu analisis korelasi bivariat dan multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan konsep diri berkorelasi positif dengan penyesuaian diri remaja kelas X SMA Angkasa 1 Jakarta (Aristya & Rahayu, 2018).
13. Penelitian berjudul “Dukungan Sosial dan *Subjective Well Being* Siswa Sekolah Singosari Delitua” oleh M. Fadli Nugraha (2020) bertujuan untuk mengetahui gambaran dukungan sosial dan *subjective well being* siswa di Sekolah Singosari Delitua, Deli Serdang. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Responden berjumlah 100 siswa yang ditentukan melalui *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *subjective well being* siswa cenderung rendah (Nugraha, 2020).

14. Penelitian berjudul “*Daily social and affective lives of homeless youth: What is the role of teacher and peer social support?*” oleh Griffin, dkk (2019) yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dari teman sebaya dan guru terhadap kesejahteraan emosional sehari-hari remaja tunawisma. Responden berjumlah 98 remaja tunawisma ganda (remaja yang berbagi perumahan dengan beberapa teman dan anggota keluarga besar) di U.S. Southwestern city. Pengambilan data dilakukan dengan cara memberikan buku harian berupa skala yang harus diisi dua kali sehari dalam 10 hari oleh responden. Hasil penelitian menyatakan jika dukungan sosial dari teman sebaya dan guru secara berbeda dapat memberikan afek positif untuk kehidupan sehari-hari dan penerimaan di sekolah. Selain itu, dukungan dari mereka juga mampu mengurangi afek negatif bagi para remaja tunawisma (Griffin, Sulkowski, Colbert, & Cleveland, 2019).
15. Penelitian lain mengenai dukungan sosial dilakukan oleh Nurmalita, dkk (2021) berjudul “*The Effect of Subjective Well-Being, Peer Support, and Self-Efficacy on Student Engagement of Class X Students of Four High Schools in Sidoarjo Regency.*” Responden dalam penelitian ini berjumlah 328 siswa dari empat SMA di Sidoarjo yang ditentukan melalui *cluster random sampling*. Data penelitian dianalisis menggunakan teknik regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan jika *subjective well-being*, *peer support*, dan *self-efficacy* secara signifikan mempengaruhi peningkatan *student engagement*. Ketiga variabel bebas memberi

sumbangan efektif sebesar 45% dan sisanya dipengaruhi faktor lain (Nurmalita, Yoenanto, & Nurdibyanandaru, 2021).

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, dapat diketahui jika terdapat beberapa perbedaan yang meliputi perbedaan topik dan alat ukur.

1. Keaslian Topik

Penelitian ini memiliki kesamaan tema dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian-penelitian mengenai kebahagiaan diantaranya seperti penelitian yang berjudul “*Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Wanita yang Bercerai di Aceh*” (Eriyanda & Khairani, 2017), “*Kebahagiaan Remaja di Panti Asuhan*” (Gunawan, 2020), “*Makna Kebahagiaan dan Kebersyukuran pada Komunitas Hijabers*” (Herawati & Maryani, 2019), “*The Contribution of Physical and Social Activity Participation to Social Support and Happiness among People with Physical Disabilities*” (Kim et al., 2021), dan “*Linking inferiority feelings to subjective happiness: Self-concealment and loneliness as serial mediators*” (Akdoğan & Çimşir, 2019).

Penelitian-penelitian mengenai pemaafan diantaranya seperti penelitian yang berjudul “*Hubungan Forgiveness dengan Subjective Well Being pada Remaja Panti di Panti Asuhan*” (Septarianda et al., 2020), “*Hubungan antara Forgiveness dan Gratitude dengan Psychological Well-Being pada Remaja di Panti Asuhan X Bekasi*” (Pridayati & Indrawati, 2019), “*Apakah Pemaafan Berkorelasi dengan Psychological Well-Being pada Remaja yang tinggal di Panti Asuhan?*” (Astuti & Maretih, 2018),

“Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults” (Kaleta & Mróz, 2018), dan *“The influence of relationship closeness and desire for forgiveness on interpersonal forgiveness”* (Li et al., 2021).

Penelitian-penelitian mengenai dukungan sosial diantaranya seperti penelitian yang berjudul *“Kualitas Hidup Lansia Ditinjau dari Sabar dan Dukungan Sosial”* (Sari et al., 2018), *“Hubungan Dukungan Sosial dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa 1 Jakarta”* (Aristya & Rahayu, 2018), *“Dukungan Sosial dan Subjective Well Being Siswa Sekolah Singosari Delitua”* (Nugraha, 2020), *“Daily social and affective lives of homeless youth: What is the role of teacher and peer social support?”* (Griffin et al., 2019), dan *“The Effect of Subjective Well-Being, Peer Support, and Self-Efficacy on Student Engagement of Class X Students of Four High Schools in Sidoarjo Regency”* (Nurmalita et al., 2021).

Pada penelitian ini terdapat dua variabel bebas antara lain pemaafan dan dukungan sosial. Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, belum terdapat penelitian yang mengkaji dua variabel bebas tersebut secara bersamaan. Oleh karena itu, dapat dikatakan jika penelitian ini mempunyai topik yang berbeda dengan penelitian sebelumnya.

2. Keaslian Alat Ukur

Terdapat 3 skala dalam penelitian ini, yaitu kebahagiaan, pemaafan, dan dukungan sosial. Skala kebahagiaan dan dukungan sosial disusun sendiri oleh peneliti sedangkan skala pemaafan menggunakan skala yang sudah ada. Skala kebahagiaan disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek

Seligman (2005). Aspek-aspek tersebut meliputi adanya hubungan positif dengan orang lain, resiliensi, keterlibatan penuh, optimisme yang realistis, serta penemuan makna dalam keseharian. Skala pemaafan menggunakan *Heartland Forgiveness Scale* (HFS) oleh Thomposon, Snyder, dan Hoffman (2005) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Muhammad Sholahuddien (2019). *Heartland Forgiveness Scale* (HFS) mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Thompson, dkk (2005) meliputi pemaafan terhadap diri sendiri, pemaafan terhadap orang lain, serta pemaafan terhadap situasi. Skala dukungan sosial disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek Sarafino & Smith (2011). Aspek-aspek tersebut meliputi dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, serta dukungan persahabatan.

3. Keaslian Subjek Penelitian

Perbedaan yang terakhir yaitu dari segi subjek penelitian. Subjek pada penelitian-penelitian sebelumnya yaitu wanita dewasa, komunitas hijabers, mahasiswa, penyandang disabilitas, remaja panti (Budi Mulya Muhammad Sukarame, Panti Asuhan X Bekasi, panti asuhan di Pekanbaru), lansia, serta siswa SMA. Subjek pada penelitian ini adalah remaja panti asuhan di Kulon Progo.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diketahui jika penelitian ini memiliki beberapa perbedaan dari penelitian sebelumnya. Berdasarkan perbedaan tersebut, maka dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian ini bersifat asli dan belum pernah diteliti sebelumnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dijelaskan di bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hipotesis mayor pada penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,005$) yang artinya terdapat hubungan positif antara pemaafan dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan. Semakin tinggi tingkat pemaafan dan dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat pemaafan dan dukungan sosial maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan. Adapun sumbangan efektif variabel pemaafan dan dukungan sosial terhadap kebahagiaan sebesar 49,7% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.
2. Hipotesis minor pertama pada penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,005$) yang artinya terdapat hubungan positif antara pemaafan dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan. Semakin tinggi tingkat pemaafan maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat pemaafan maka semakin rendah tingkat kebahagiaan. Adapun sumbangan efektif variabel pemaafan terhadap kebahagiaan sebesar 26,6% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

3. Hipotesis minor kedua pada penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan sosial maka semakin rendah tingkat kebahagiaan. Adapun sumbangan efektif variabel dukungan sosial terhadap kebahagiaan sebesar 44,2% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan terdapat beberapa saran dari peneliti, diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Subjek penelitian diharapkan menjadi individu yang pemaaf baik terhadap diri sendiri, orang lain, maupun situasi sehingga dapat merasa bahagia. Subjek juga diharapkan untuk memberikan dukungan sosial berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan kepada seluruh teman-teman di panti asuhan.

4. Bagi Pengasuh

Pengasuh diharapkan dapat menanamkan rasa pemaafan kepada para remaja di panti asuhan. Cara tersebut dapat dilakukan dengan pendekatan agama maupun pendidikan karakter. Selain itu, pengasuh juga

dapat memberikan dukungan sosial yang lebih sehingga para remaja merasa disayangi, diperhatikan, dan tidak merasa sendirian.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah ataupun memodifikasi variabel bebas untuk meneliti faktor-faktor kebahagiaan lebih lanjut. Selain itu, peneliti diharapkan dapat memperluas jumlah sampel sehingga dapat mewakili populasi yang lebih luas. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian lainnya seperti kualitatif sehingga mendapatkan detail lebih lanjut mengenai kebahagiaan remaja di panti asuhan.



DAFTAR PUSTAKA

- Aesijah, S., Prihartanti, N., & Prastisti, W. D. (2016). PENGARUH PELATIHAN REGULASI EMOSI TERHADAP KEBAHAGIAAN REMAJA PANTI ASUHAN YATIM PIATU. *Jurnal Indigenous*, 1(1), 39–47.
- Akdoğan, R., & Çimşir, E. (2019). Linking inferiority feelings to subjective happiness : Self-concealment and loneliness as serial mediators. *Personality and Individual Differences*, 149, 14–20. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.05.028>
- Amaliya, R. (2015). KEBAHAGIAAN DAN GENDER : TINJAUAN KRITIS TENTANG MAKNA KEBAHAGIAAN DITINJAU DARI PERSPEKTIF GENDER. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Islam*, 12(2), 17–22.
- Anderson, M. A. (2006). *The Relationship Among Resilience , Forgiveness , and Anger Expression in Adolescents*. The University of Maine.
- Aristya, D. N., & Rahayu, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa 1 Jakarta. *Ikraith-Humaniora*, 2(2), 75–81.
- Arroisi, J. (2019). Bahagia dalam Perspektif al-Ghazali. *Jurnal Studi Agama-Agama Dan Pemikiran Islam*, 17(1), 85–99.
- Asnawati, D. (2017). Hubungan Antara Pemaafan Dengan Happiness Pada Korban KDRT. *Jurnal Dakwah Dan Komunikasi Islam*, 3(1), 1–11.
- Astuti, W., & Maretih, A. K. E. (2018). Apakah Pemaafan Berkorelasi dengan Psychological Well-Being pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan ? *Jurnal Ilmu Perilaku*, 2(1), 41–53.
- Azwar, S. (2019a). *Dasar-Dasar Psikometrika* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019b). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basuki, S. (2010). *Metode Penelitian*. Jakarta: Penaku.
- Bookwala, J., Cherbuin, N., Alexander, R., Aragon, O. R., Gatt, J. M., Kahrilas, I. J., ... Styliadis, C. (2021). Neuroscience and Biobehavioral Reviews The neuroscience of positive emotions and affect : Implications for cultivating happiness and wellbeing. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 121, 220–249. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.12.002>
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner Routledge.
- Chandra, N. D. (2019). Gambaran Pemaafan Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Masa Anak-Anak. *Psikoborneo*, 7(2), 276–290. Retrieved from [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2019/05/Jurnal Nindya \(05-27-19-01-57-06\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2019/05/Jurnal Nindya (05-27-19-01-57-06).pdf)
- Chaplin, L. N., Bastos, W., & Lowrey, T. M. (2010). Beyond brands : Happy adolescents see the good in people. *The Journal of Positive Psychology*, 5(5), 342–354. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.507471>
- Chaplin, T. M. (2006). Anger, Happiness, and Sadness: Associations With

- Depressive Symptoms in Late Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(6), 977–986.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Cresswell, J. W. (2014). *Research design : qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. California: SAGE Publications, Inc.
- Dewi, E. M. P. (2016). Konsep kebahagiaan pada remaja yang tinggal di jalanan, panti asuhan dan pesantren. *INQUIRY : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 1–8.
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1), 54–62.
- Diener, E., Kesebir, P., & Tov, W. (2009). *Happiness: Handbook of individual differences in social behavior*. New York: Guilford.
- Eriyanda, D., & Khairani, M. (2017). Kebersyukuran Dan Kebahagiaan Pada Wanita Yang Bercerai di Aceh. *Psikodimensia*, 16(2), 189–197.
- Fuad, M. (2015). Psikologi Kebahagiaan Manusia. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 9(1), 112–130.
<https://doi.org/10.24090/komunika.v9i1.834>
- Griffin, A. M., Sulkowski, M. L., Colbert, M. Y. B., & Cleveland, H. H. (2019). Daily social and affective lives of homeless youth : What is the role of teacher and peer social support? *Journal of School Psychology*, 77, 110–123.
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.09.004>
- Gunawan, C. A. I. (2020). Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan (Happiness of The Teenagers Who Live in Orphanage). *Mind Set*, 11(2), 68–85.
- Hamim, K. (2016). KEBAHAGIAAN DALAM PERSPEKTIF AL-QUR ' AN DAN FILSAFAT. *Tasamuh*, 13(2), 127–150.
- Harijanto, J., & Setiawan, J. L. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perantau Di Surabaya. *Jurnal Psychopreneur*, 1(1), 85–93.
- Harmaini, & Yulianti, A. (2014). Peristiwa-peristiwa yang membuat bahagia. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 109–119.
- Herawati, N., & Maryani, R. H. (2019). Makna Kebahagiaan dan Kebersyukuran pada Komunitas Hijaber (The Meaning Of Happiness And Gratitude In The Hijaber Community). *Indonesian Psychological Research*, 01(01), 1–10.
- Hurlock, E. B. (2002). *PSIKOLOGI PERKEMBANGAN : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Terjemahan)* (Edisi 5; Istiwidayanti & Soedjarwo, Eds.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Indriani, D., & Sugiasih, I. (2016). DUKUNGAN SOSIAL DAN KONFLIK PERAN GANDA TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS KARYAWATI PT . SC ENTERPRISES SEMARANG. *Proveksi*, 11(1), 46–54.
- Janie, D. N. A. (2012). *Statistik Deskriptif & Regresi Linier Berganda Dengan SPSS*. Semarang: Semarang Univeristy Press.
- Jannah, M. (2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256.
<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Jusmiati. (2017). KONSEP KEBAHAGIAAN MARTIN SELIGMAN :

- SEBUAH PENELITIAN AWAL. *Rausyan Fikr*, 13(2), 359–374.
- Kaleta, K., & Mróz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences*, 120, 17–23. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.008>
- Kesebir, P., & Diener, E. (2008). In Pursuit of Happiness Empirical Answers to Philosophical Questions. *Association for Psychological Science*, 3(2), 117–125.
- Khasan, M. (2017). Perspektif Islam Dan Psikologi Tentang Pemaafan. *At-Taqaddum*, 9(1), 69–94. <https://doi.org/10.21580/at.v9i1.1788>
- Khuzaimah, U., Anggraini, Y., Hinduan, Z. R., Agustiani, H., & Siswadi, A. G. P. (2021). Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial di Medan. *PSIKOLOGIKA : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 121–142. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7>
- Kim, J., Kim, J., Kim, Y., Han, A., & Nguyen, M. C. (2021). The contribution of physical and social activity participation to social support and happiness among people with physical disabilities. *Disability and Health Journal*, 14(1), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.100974>
- 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>
- Li, S., Zhang, L., Shangguan, C., Wang, X., Li, X., & Lu, J. (2021). The influence of relationship closeness and desire for forgiveness on interpersonal forgiveness. *International Journal of Psychophysiology*, 167, 38–46. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2021.06.009>
- Maltby, J., Day, L., & Barber, L. (2005). Forgiveness and Happiness. The Differing Contexts of Forgiveness Using The Distinction between Hedonic and Eudaimonic Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s10902-004-0924-9>
- Mazaya, K. N., & Supradewi, R. (2011). Konsep Diri dan Kebermaknaan Hidup pada Remaja di Panti Asuhan. *Proyeksi*, 6(2), 103–112.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness As Human Strength : Theory, Measurement, And Links To Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 43–55.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J.-A. (2003). Forgiveness , Forbearance , and Time : The Temporal Unfolding of Transgression-Related Interpersonal Motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 540–557. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.540>
- Myers, D. G., & Diener, E. (2018). The Scientific Pursuit of Happiness. *Association for Psychological Science*, 13(2), 218–225. <https://doi.org/10.1177/1745691618765171>
- Nazir, M. (2013). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nugraha, M. F. (2020). Dukungan Sosial dan Subjective Well Being Siswa Sekolah Singosari Delitua. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 1(1), 1–7.
- Nurmalita, T., Yoenanto, N. H., & Nurdibyanandaru, D. (2021). The Effect of Subjective Well-Being, Peer Support, and Self-Efficacy on Student

- Engagement of Class X Students of Four High Schools in Sidoarjo Regency. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 36(1), 36–68.
- Oetami, P., & Yuniarti, K. W. (2011). Orientasi Kebahagiaan Siswa Sma, Tinjauan Psikologiindigenous Pada Siswa Laki-Laki Dan Perempuan. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 8(2), 105–113. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i2.458>
- 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.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *APLIKASIA : Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Rahma, A. N. (2011). Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Islam*, 8(2), 231–246.
- Rienneke, T. C., & Setianingrum, M. E. (2018). Hubungan Antara Forgiveness dengan Kebahagiaan Pada Remaja yang Tingga Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 18–31.
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology*, 20(3), 260–277.
- Sabatini, F. (2014). The relationship between happiness and health: evidence from Italy. *Social Science & Medicine*, 114, 178–187. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2014.05.024>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th Editio). United State of America: Jay O’Callaghan.
- Sari, P. D. M., Lestari, C. Y. D., Putra, E. C., & Nashori, F. (2018). Kualitas Hidup Lansia Ditinjau dari Sabar dan Dukungan Sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 06(02), 131–141.
- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi positif* (Edisi I; S. Nurjan, Ed.). Yogyakarta: Titah Surga.
- Seligman, E. P. (2005). *Authentic Happiness : Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif (Terjemahan)* (E. Y. Nukman, Ed.). Bandung: Penerbit Mizan.
- Septarianda, E., Malay, M. N., & Ulfah, K. (2020). HUBUNGAN FORGIVENESS DENGAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA REMAJA PANTI DI PANTI ASUHAN. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(1), 83–91.
- Shabrina, E., Hasnawati, & Fadhilah. (2019). Gambaran Perilaku Pemaafan Dalam Konflik Persahabatan. *Al Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 10(2), 141–151.
- Sholahuddien, M. (2019). *Pengaruh harga diri terhadap pemaafan pada remaja korban bullying verbal di sma “x.”* Universitas Pendidikan Psikologi.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Sofia, N., & Sari, E. P. (2018). Indikator Kebahagiaan (Al-Sa’adah) dalam Perspektif Alquran dan Hadis. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian*

- Psikologi*, 23(2), 91–108.
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss2.art2>
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian* (12th ed.). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiowati, N. M., Keliat, B. A., Besral, & Wakhid, A. (2018). Gambaran Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Emosional, Psikologi dan Sosial pada Kesehatan Jiwa Remaja. *Jurnal Ilmiah Permas*, 8(2), 116–122.
- Taylor, S. E. (2018). *Health psychology* (10th Editi). New York: McGraw-Hill Education.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... Roberts, D. E. (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>
- Toussaint, L., Shields, G. S., & Slavich, G. (2016). Forgiveness, Stress, and Health : a 5-Week Dynamic Parallel Process Study. *Annals of Behavioral Medicine*, 50(5), 1–9. <https://doi.org/10.1007/s12160-016-9796-6>
- Veenhoven, R. (2012). Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture? *International Journal of Wellbeing*, 2(4), 333–353. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2.i4.4>
- Yusuf, M. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan* (Edisi Pert). Jakarta: Kencana.

