

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
*FORGIVENESS* PADA REMAJA YANG PERNAH  
MENGALAMI PUTUS CINTA**

**SKRIPSI**



Oleh:  
**Tarin Kurlillah**  
**NIM: 16410121**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2020**

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
*FORGIVENESS* PADA REMAJA YANG PERNAH  
MENGALAMI PUTUS CINTA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada:

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

**Tarin Kurlillah**

**NIM: 16410121**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG  
2020**

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
FORGIVENESS PADA REMAJA YANG PERNAH  
MENGALAMI PUTUS CINTA**

**SKRIPSI**

Oleh:

**Tarin Kurlillah**

**NIM. 16410121**

Telah Disetujui Oleh:

**Dosen Pembimbing**



**Muhammad Jamaluddin, M.Si**

**NIP. 19801108 200801 1 007**

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi**

**Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**



**Dr. Siti Mahmudah, M.Si**

**NIP. 19671029 199403 2 001**


**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
FORGIVENESS PADA REMAJA YANG PERNAH  
MENGALAMI PUTUS CINTA**

SKRIPSI


Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

  
Muhammad Jamaluddin, M.Si  
NIP. 19801108 200801 1 007

Anggota Penguji Lain

Penguji Utama  
  
Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP. 19671029 199403 2 001  
Anggota

Dr. Elok Halimatus Sakdivah, M.Si

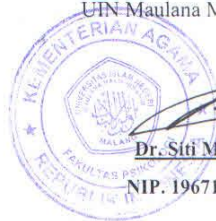
NIP.19740518 200501 2 002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Psikologi pada tanggal 28 Desember 2020.

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 19671029 199403 2001

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tarin Kurlillah

NIM : 16410121

Fakultas : Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Maliki Ibrahim Malang

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **Hubungan Kematangan Emosi dengan *Forgiveness* pada Remaja yang Pernah Mengalami Putus Cinta** adalah benar merupakan karya penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, terkecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya. Apabila pernyataan ini tidak benar, peneliti siap menerima sanksi akademis.

Malang, 28 Desember 2020

Penulis ,



Tarin Kurlillah

NIM. 16410121

## MOTTO

-Memaafkan Adalah Kemenangan Terbaik-  
Ali bin Abi Thalib

وَمَا أَصَابَكُمْ مِّنْ مُّصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَنْ كَثِيرٍ

Artinya : “Dan apa saja musibah yang menimpa kamu maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu).”

-Q.S. Asy-Syura (42) : 30-

## **PERSEMBAHAN**

### ***Bismillahirrahmanirrahim***

Kepada diri saya sendiri yang telah berjuang, ikhlas dan terus belajar.  
Kepada seluruh keluarga yang telah membimbing dan memperhatikan saya sejauh ini, Papa Sutarto, Mama Yurin, Adik Kathrin, Eyangkung, Eyangti , Om Harin, Tante Puji, Tante Heny dan seluruh elemen keluarga yang selalu menjadi *support system* dalam hidup saya dan mengirim doa baik setiap harinya selama saya menjadi mahasiswa dan seterusnya.

Terimakasih.

***Alhamdulillah.***

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahman dan Rahim serta petunjuk-Nya. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada Rasulullah Muhammad SAW. Alhamdulillah dengan ini skripsi dapat terselesaikan berkat rahmat Allah SWT dan kerja keras pihak-pihak yang terlibat dalam proses pembuatan skripsi ini. Serta ucapan banyak terimakasih kepada bapak Muhammad Jamaluddin selaku dosen pembimbing yang bersedia meluangkan waktu, pikiran, tenaga, dan doanya selama proses pengerjaan skripsi ini. Semoga rahmat dan hidayah Allah SWT selalu tercurahkan kepada beliau. Selanjutnya ucapan terimakasih juga peneliti sampaikan kepada :

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag, selaku rektor UIN Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi UIN Malang.
3. Alm. H. Aris Yuana Yusuf, Lc, MA selaku dosen wali yang telah banyak membimbing selama masa perkuliahan.
4. Bapak/Ibu dosen dan seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Malang.
5. Ibu Fina Hidayati, MA selaku dosen pembimbing pertama saya yang meluangkan waktu, pikiran, tenaga, dan doanya selama proses pengerjaan skripsi.
6. Keluarga saya tercinta Papa, Mama, Adik Ira dan Mbak-mbak semua yang telah mendoakan serta memberikan semangat dalam proses selama perkuliahan maupun tugas akhir ini.



7. Mba Anggi dan Mas Agung yang telah banyak membantu mengajari skripsi ini secara teknis maupun non teknis.
8. Teman-teman yang mendengarkan keluhan dan menjadi penyemangat saling mendoakan yaitu, temen kamar 40 mahad USA, Kos Eleven, Team Cino, Alvy Arimatul H., Widiyanti, Annisa Trihastuti, Novita Anjani D., Nurul Ramadhani, Salsa Bening T., Rio Arya P., Kak Cunul, Kak Yogi, Rizka Amalia, Rohmahtul, Heikal M., Petung *famous family* dan beberapa teman-teman lain yang saya tidak bisa sebutkan satu-persatu.
9. Teman-teman LSO *Peer Counseling* OASIS, LSO MEGA PUTIH dan Komunitas PSYCHOWORLD yang telah menjadi wadah berproses dan belajar bersama selama masa perkuliahan.
10. Temen-temen Angkatan 2019 yang telah membantu.
11. Teman-teman Psikologi '16 yang telah memberi banyak pelajaran dan pengalaman yang sungguh banyak kisah suka dan duka selama masa perkuliahan.
12. Teman-teman satu bimbingan yang saling mendukung juga mengingatkan dan menjadi tempat berbagi rasa bersama.

Akhir kata, semoga karya penelitian ini bisa bermanfaat bagi banyak orang.

Aamiin.

Malang, 24 Agustus 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK .....	xiii
ABSTRACT .....	xv
التجريد.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat penelitian.....	9
BAB II.....	10
KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. <i>Forgiveness</i> .....	10
1. Pengertian <i>Forgiveness</i> .....	10
2. Faktor yang memengaruhi <i>Forgiveness</i> .....	12
3. Aspek-aspek <i>Forgiveness</i> .....	15
4. Pemaafan dalam Perspektif Islam.....	19
B. Kematangan emosi .....	22
1. Pengertian Kematangan Emosi.....	22
2. Karakteristik Kematangan Emosi .....	24
3. Faktor yang memengaruhi Kematangan Emosi.....	26
4. Aspek-aspek Kematangan Emosi.....	27
5. Kematangan Emosi dalam Perspektif Islam.....	31
C. Hubungan Kematangan emosi dan <i>Forgiveness</i> pada Remaja yang mengalami Putus Cinta.....	36
D. Hipotesis .....	40
BAB III.....	41

METODE PENELITIAN .....	41
A. Jenis Penelitian.....	41
B. Identifikasi Variabel.....	41
C. Definisi Operasional.....	42
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
E. Metode Pengumpulan Data.....	45
F. Instrumen Penelitian.....	46
G. Alat ukur penelitian.....	47
H. Validitas dan Reliabilitas .....	49
I. Analisis Data.....	52
1. Uji Normalitas .....	52
2. Uji Analisis Data .....	52
3. Uji Hipotesis .....	54
BAB IV .....	55
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	55
A. Pelaksanaan Penelitian .....	55
1. Waktu dan Pelaksanaan Penelitian .....	55
2. Jumlah Subjek Pengambilan Data .....	55
3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data .....	55
B. Hasil Penelitian .....	56
1. Skor Hipotetik dan Empirik .....	56
2. Uji Validitas dan Reliabelitas .....	57
3. Uji Asumsi .....	59
4. Uji Deskriptif Data dan Hasil Penelitian .....	61
5. Uji Hipotesis .....	62
C. Pembahasan .....	64
1. Tingkat Kematangan Emosi pada Remaja .....	64
2. Tingkat <i>Forgiveness</i> pada Remaja .....	64
3. Hubungan antara Kematangan Emosi dan <i>Forgiveness</i> pada Remaja yang pernah mengalami putus cinta .....	72
BAB V.....	79
PENUTUP .....	79
A. Kesimpulan .....	79
B. Saran.....	80
C. Keterbatasan Penelitian .....	81
DAFTAR PUSTAKA .....	82
LAMPIRAN .....	87

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1, Skor Skala Likert.....	47
Tabel 3.2, Blueprint Skala forgiveness .....	47
Tabel 3.3, Blueprint Skala Kematangan Emosi.....	48
Tabel 3.4, Daftar Ahli dan Jadwal Pelaksanaan CVR .....	50
Tabel 3.5, Hasil CVR Skala Forgiveness.....	50
Tabel 3.6, Hasil CVR Skala Kematangan Emosi .....	51
Tabel 3.7, Rumus Norma Kategorisasi .....	53
Tabel 4 1, Hasil Skor Hipotetik dan Empirik.....	56
Tabel 4 2, Hasil CVR dan Reliabilitas skala Forgiveness. ....	57
Tabel 4 3, Hasil CVR dan Reliabilitas skala Kematangan Emosi.....	58
Tabel 4 4, Hasil Uji Realibilitas Kematangan Emosi .....	59
Tabel 4 5, Hasil Uji Reliabilitas Forgiveness.....	59
Tabel 4 6, Hasil Uji Normalitas dari kedua Variabel skala.....	60
Tabel 4 7, Hasil Uji Linearitas .....	61
Tabel 4 8, Hasil Uji Deskriptif Kematangan Emosi .....	61
Tabel 4 9, Hasil Uji Deskriptif Forgiveness.....	62
Tabel 4 10, Hasil Uji HIpotesis .....	63
Tabel 4.11, Hasil Korelasi.....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Kuesioner Survey Putus Cinta.....	87
LAMPIRAN 2 Skala Kematangan Emosi.....	88
LAMPIRAN 3 Skala Forgiveness .....	90
LAMPIRAN 4 Hasil Uji Realibilitas Kematangan Emosi.....	92
LAMPIRAN 5 Hasil Uji Realibilitas Forgiveness .....	93
LAMPIRAN 6 Hasil Uji Linearitas .....	94
LAMPIRAN 7 Hasil Uji Normalitas .....	95
LAMPIRAN 8 Hasil Uji Kategorisasi Kematangan Emosi.....	95
LAMPIRAN 9 Hasil Uji kategorisasi Forgiveness .....	96
LAMPIRAN 10 Hasil Uji Hipotesis .....	97
LAMPIRAN 11, Skor Responden Skala Kematangan Emosi .....	98
LAMPIRAN 12, Skor Responden Skala Forgiveness .....	108
LAMPIRAN 13, Lembar Konsultasi .....	120
LAMPIRAN 14 Jurnal Publikasi.....	122

## ABSTRAK

Kurlillah, Tarin (16410121). *Hubungan Kematangan Emosi dengan Forgiveness pada Remaja yang Pernah Mengalami Putus Cinta*. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.  
Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si

---

Putus cinta mengakibatkan stress, tidak menyenangkan, beberapa berujung traumatis baik yang memutuskan/diputuskan kedua pihak sama-sama berdampak sebagai kejadian buruk. Beberapa resiko dari putus cinta juga akan mengganggu, peristiwa tersebut dialami oleh beberapa remaja, mengakibatkan perasaan sakit hati, sulit memaafkan dan beberapa ada yang mengulang menjalin hubungan saling menyakiti. Maka dari itu perlu adanya kematangan emosi pada remaja agar memaafkan dan dapat berdamai serta berusaha menjadi pribadi lebih baik agar tidak mengulang menjalin hubungan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kematangan emosi dan *forgiveness*, serta mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja akhir yang pernah mengalami putus cinta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adanya hubungan positif antara kematangan emosi dan *forgiveness*.

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel dari mahasiswa angkatan 2019 salah satu perguruan tinggi di Malang, menggunakan teknik *purposive sampling* dan jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 261 responden. Alat ukur yang digunakan adalah skala kematangan emosi dalam penelitian *Emotional Maturity Scale* (EMS) mengacu pada Singh dan Bragave (1990). Skala *forgiveness* yang dipakai pada penelitian ini yaitu skala dari *Heartland Forgiveness Scale* (HFS) mengacu teori dari Thompson (2005).

Hasil penelitian dari data empirik menunjukkan bahwa tingkat kematangan emosi sebanyak 78,5% (205 responden) dan *forgiveness* sebanyak 57,5% (150 responden) pada remaja berada ditingkat sedang yang artinya cukup baik, namun sebagian kurang maksimal. Hasil selanjutnya perhitungan penelitian dari *statistic product moment* menunjukkan ( $r_{xy} = 0,504$ ;  $sig = 0,000 < 0,05$ ) maka hipotesis diterima serta dapat diartikan bahwa kematangan emosi memiliki hubungan yang positif dengan *forgiveness*. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta, dan sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta.

**Kata kunci** : Remaja mengalami Putus Cinta, Kematangan Emosi, *Forgiveness*

## ABSTRACT

Kurlillah, Tarin (16410121). *The Relationship between Emotional Maturity and Forgiveness in Teens Who Have Experienced Breakups*. Essay. Department of Psychology. Faculty of Psychology. Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang.

Supervisor: Muhammad Jamaluddin, M.Si.

---

A breakup results in stress, unpleasant feeling, and some traumatic ends, that experienced by both parties which will be affected as a bad incident. Some of the risks of breaking up will also be annoying, this event is experienced by some teenagers, resulting in feelings of hurt, difficulty in forgiving and some are repeating the same relationship that ended up just hurting each other. Therefore it is necessary to have emotional maturity in adolescents in order to forgive and be able to make peace and try to be a better person as well as not repeating to be in a relationships. Several studies have also shown that the effects of breaking up are not very good for adolescent development. Therefore, this study aims to determine the level of emotional maturity and forgiveness, and to determine the relationship between emotional maturity and forgiveness in late adolescents who have experienced breakups. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between emotional maturity and forgiveness.

This research uses a quantitative approach. Sampling from students of class 2019 at one of the universities in Malang, using purposive sampling technique and the number of respondents in this study were 261 respondents. The measuring instrument used is the emotional maturity scale in the Emotional Maturity Scale (EMS) study referring to Singh and Bragave (1990). The Forgiveness scale used in this study is the Heartland Forgiveness Scale (HFS) which refers to Thompson's (2005) theory.

The results of the research from empirical data showed that the level of emotional maturity was 78.5% (205 respondents) and forgiveness as much as 57.5% (150 respondents) in adolescents was at a moderate level which means quite good, but partly less than optimal. The next result of the research calculation from the product moment statistics shows ( $r_{xy} = 0.504$ ;  $\text{sig} = 0.000 < 0.05$ ), the hypothesis is accepted and it can be interpreted that emotional maturity has a positive relationship with forgiveness. This means that the higher the emotional maturity, the higher the forgiveness of adolescents who have experienced a breakup, and conversely the lower the emotional maturity, the lower the forgiveness of adolescents who have experienced a breakup.

Keywords: Adolescents experiencing Dropouts, Emotional Maturity, Forgiveness.

## التجريد

كورليلا ، تارين (16410121). العلاقة بين النضج العاطفي والتسامح عند المراهقين الذين عانوا من الانفصال. مقال. قسم علم النفس. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية في مالانج. المشرف: محمد جمال الدين ، م

يؤدي الانفصال إلى الإجهاد ، وهو أمر مزعج ، وبعض الغايات المؤلمة ، وكلاهما يقرر / تقرر أن كلا الطرفين يتأثران كحادث سيء. ستكون بعض مخاطر الانفصال مزعجة أيضًا ، هذا الحدث يمر به بعض المراهقين ، مما يؤدي إلى الشعور بالأذى وصعوبة التسامح وبعض الذين يكررون العلاقات التي تؤدي بعضهم البعض. لذلك من الضروري أن يكون لدى المراهقين نضج عاطفي لكي يغفروا ويكونوا قادرين على صنع السلام ومحاولة أن يكونوا شخصًا أفضل حتى لا يكرروا العلاقات. لذلك تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مستوى النضج العاطفي والتسامح ، وتحديد العلاقة بين النضج العاطفي والتسامح لدى المراهقين المتأخرين الذين تعرضوا للانفصال. الفرضية المقترحة في هذه الدراسة هي أن هناك علاقة إيجابية بين النضج العاطفي والتسامح

يستخدم هذا البحث نهجًا كميًا. تم أخذ عينات من طلاب فصل 2019 في إحدى جامعات مالانج باستخدام تقنية أخذ العينات الهادفة وكان عدد المستجيبين في هذه الدراسة 261 مستجيبًا. أداة القياس المستخدمة هي الذي يشير إلى سينغ وبراجاف (EMS) مقياس النضج العاطفي في دراسة مقياس النضج العاطفي الذي يشير إلى (HFS) (1990). مقياس التسامح المستخدم في هذه الدراسة هو مقياس غفران هارتلاند (2005) نظرية طومسون.

أظهرت نتائج البحث من البيانات التجريبية أن مستوى النضج العاطفي كان 78.5% (205 مستجيبين) وأن التسامح بنسبة 57.5% (150 مشاركًا) لدى المراهقين كان عند مستوى متوسط مما يعني أنه جيد جدًا ، ولكن جزئيًا أقل من المستوى الأمثل. تظهر النتيجة التالية لحساب البحث من إحصاءات لحظة المنتج الفرضية مقبولة ويمكن تفسير أن النضج العاطفي له علاقة ،  $(0.05 < sig = 0.504 = 0.504)$  إيجابية بالتسامح. هذا يعني أنه كلما زاد النضج العاطفي ، زادت مسامحة المراهقين الذين عانوا من الانفصال ، والعكس بالعكس كلما انخفض النضج العاطفي ، قلت مسامحة المراهقين الذين مروا بالانفصال

الكلمات المفتاحية: المراهقون الذين يعانون من التسرب ، النضج العاطفي ، الصفح



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial, saling berinteraksi, dan memiliki hubungan antar individu (Nashori, 2011). Salah satu bentuk hubungan adalah hubungan cinta. Berdasarkan kamus besar bahasa Indonesia, hubungan cinta adalah dua orang (remaja atau dewasa) yang menjalani dengan dasar cinta kemudian diikat dengan kata hubungan dan mempunyai hubungan batin, biasanya untuk menjadi tunangan atau kekasih. Miller (dalam Purba & Kusumawati, 2019) mengatakan dalam hubungan (*relationship*) adalah proses yang penuh dengan perubahan, seperti perubahan *mood* hingga kondisi kesehatan. Perubahan yang terjadi bisa saja tidak berjalan sesuai dengan harapan didalam hubungan cinta termasuk pada masa remaja.

Masa remaja akhir berusia umumnya antara 18-21 tahun, yang disebut masa adolesen. Remaja akan mulai bergaul dengan banyak orang dan membentuk sebuah hubungan persahabatan dan mulai menyukai lawan jenis (Feist, 2013). Hubungan yang populer saat remaja yaitu pacaran, hal yang memengaruhi perilaku pacaran adalah usia, media massa, dan kurangnya pemahaman moral dan etika pada remaja (Sarwono, 2011). Menurut Connolly & McIsaac (dalam, 2012), berpacaran dilakukan dengan usia yang sangat dini dapat menimbulkan hal yang *problematic* contohnya berakibat berakhirnya suatu hubungan. Kejadian *problematic* pada remaja tidak bisa dihindari, jika masih mengulang hal tersebut.

Bahkan peneliti Florsheim, Moore, & Edgington (2003) telah menemukan jika seseorang pacaran dengan usia masih dini, maka terkait dengan hubungan tersebut ada yang menjalani kehamilan pada remaja serta permasalahan rumah dan sekolah akan terganggu dan mengganggu untuk masa depan dalam hubungan pada remaja. Menjalani hubungan (Berpacaran) dengan lawan jenis menurut Agama Islam tidak diperbolehkan karena pacaran adalah salah satu jalan mendekati zina. Allah SWT melarang hamba-hamba-Nya untuk mendekati zina sesuai dengan firman-Nya yang artinya “*Janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk*” (QS.Al-Isra ayat 32). Agama sudah mengatur bahwa ada cara yang baik dalam menjalani hubungan antar lawan jenis dan kita harus berhati-hati agar tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain dalam kasus putus cinta yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Menurut Yuwanto (dalam Atrup & Anisa, 2018), putus cinta adalah kejadian berakhirnya suatu hubungan yang telah dijalin dengan pasangan cintanya. Putus cinta merupakan kejadian yang mengakibatkan stress, tidak menyenangkan, berujung traumatis, tanpa memandang orang yang telah memutuskan atau diputuskan, kedua belah pihak sama-sama dirugikan oleh hal ini, yang memiliki dampak negatif dan putus seringkali dinilai sebagai salah satu kejadian buruk dalam kehidupan seseorang (*Wikipedia*, diakses 8 Sep 2019). Penelitian Sbarra & Emery (2005) memperlihatkan bahwa setelah putus cinta, seseorang merasakan emosi negatif seperti sedih dan kurang merasakan cinta, pendapat dari Park, Sanchez & Brynildsen (2011, dalam Rumondor, 2013) marah,

sakit, frustrasi, kebencian, kesepian, depresi bisa terjadi pada keduanya atau salah satunya.

Selain itu menurut Pranowo (2004, dalam Mulyani & Afandi, 2016), Gagal dalam hubungan cinta tentu saja mempengaruhi kehidupan sehari-hari seseorang, bahkan beberapa penelitian menyebutkan bahwa gagal cinta dapat merusak fungsi individu dalam kehidupan sosial. Peristiwa putus cinta yang sering terjadi dialami oleh remaja, perasaan sakit hati merupakan penyebab terjadinya depresi, jika perasaan tak berguna atau depresi itu melanda seseorang dalam beberapa minggu, bulan, tahun, mungkin orang tersebut menderita depresi klinis seperti perubahan nafsu makan atau berat badan, kurang energi, gangguan pola tidur, merasa tak berdaya atau tidak ada harapan (Mulyani & Afandi, 2016).

Masa akhir sekolah menengah atas, akan terbentuk relasi romatis yang semakin serius, dan hubungan emosi semakin kuat, seperti hubungan *romantic* dewasa maka hubungan tersebut atau pacaran dapat memunculkan isu-isu interpersonal yang sebelumnya tidak pernah dijumpai sebelumnya (Santrock, 2012). Bohannon (dalam Duck & Rollie, 2006) menjelaskan tentang *relationship dissolution*, tidak heran jika banyak kasus remaja yang berakibat buruk dengan merugikan diri sendiri maupun keluarga. Seorang remaja akan mengalami perkembangan emosi, yang merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi (Fitri & Adelya, 2017).

Pada Tahun 2018, Badan Kesehatan Dunia (WHO) telah memperkirakan setiap detik di dunia seseorang telah mengakhiri hidupnya. Data-data yang telah masuk setiap tahunnya setara dengan 800.000 jiwa yang kehilangan nyawa

diakibatkan bunuh diri. Penyebab bunuh diri berbagai macam dari isolasi sosial, *bullying* hingga putus cinta serta banyak hal yang dianggap biasa namun bisa jadi itu penyebab hilangnya nyawa (Nurgroho, 2012). Depresi pada remaja sering dapat disebabkan karena patah hati (Welsh & Bierman, 2000).

Hasil survei data awal peneliti dengan kriteria memiliki hubungan pacaran 2 tahun dan berakhir putus cinta yang dilakukan oleh peneliti, 86,7% mengatakan memaafkan saat putus cinta memiliki prosesnya yang tidak sebentar. Sedangkan 13,3% lainnya tidak dapat memaafkan karena suatu hal yang terjadi selama berpacaran. Salah satunya yaitu hubungan pacaran yang didalamnya terjadi kekerasan, baik kemudian berakhir ataupun tetap bertahan akan menimbulkan rasa kecewa, sakit hati, marah bahkan dendam. Kasus-kasus patah hati pada remaja pasca putus cinta, bagi remaja sangatlah penting untuk terbebas dari rasa patah hati yang dalam bahasa populer sering disebut "*move on*". *Move on* merupakan asal kata dari bahasa Inggris yang artinya melangkah maju, namun dalam makna ungkapan pada kasus ini yaitu terbebas dari rasa putus cinta. Menangani putus cinta dengan *move on* salah satunya adalah memaafkan (Putra & Supriyadi, 2020)

Oleh karena itu, berdasarkan survey yang dilakukan, proses menyembuhkan hati sangat berkaitan dengan pemaafan seseorang. Enright (dalam Dwiyatputri & Sakti, 2015) menyebutkan bahwa *forgiveness* sebagai kemampuan untuk mengganti pikiran negatif, tindakan, dan perasaan dengan pikiran yang lebih positif, tindakan dan perasaan kepada individu yang telah menyakitinya. Contoh dalam perspektif ayat Al-qur'an tentang memaafkan adalah berikut, "(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang

*maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan” (QS. Ali 'Imran: 134).*

Jika seseorang mengalami perpisahan, ia akan baik-baik saja dan menerima ada apa adanya tentang kejadian dalam hidupnya, jika seseorang menerima keadaan yang terjadi dalam hidupnya berarti bisa menerima dirinya sendiri (Schneiders, 1960). Smedes (dalam Wardhati & Faturochman, 2006) juga menekankan diperlukan pemaafan secara dewasa, yang tidak saja menghapus seluruh perasaan negatif tetapi menjadi sebuah keseimbangan perasaan juga bisa dikatakan memerlukan kematangan emosi.

Walgito (2005) juga menyebutkan bahwa kematangan emosi yaitu apabila individu menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang belum matang emosinya. Remaja yang memberikan reaksi emosi secara stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain dikatakan telah mencapai kematangan emosi (Nurihsan dan Agustin, 2011).

Selain itu, menurut Girard & Mullet (dalam Paramitasari & Alfian, 2012) memaafkan merupakan cara untuk memperbaiki harmoni sosial. Individu yang matang emosinya memiliki kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapinya, sehingga lebih mampu beradaptasi karena dapat menerima beragam orang dan situasi dan

memberikan reaksi yang tepat sesuai dengan tuntutan yang dihadapi juga dalam hal memaafkan (Nova & Agustin, 2012).

Freedman dan Enright (1996) melakukan penelitian dengan eksperimen dengan intervensi berupa pemaafan terhadap subjek, hasilnya menimbulkan gejala kecemasan, depresi dan amarah serta menurunnya intervensi pemaafan. Kurangnya pemaafan menurut Karreman, Paul, Lange & Ourwerkerk (2013) akan meningkatnya emosi negatif dan menyebabkan kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal. Kemampuan dalam meredam perasaan sakit hati dan emosi negatif dalam hubungan interpersonal berkaitan dengan kematangan emosi (Karreman *et al*, 2013).

Selain itu, McCullough (1997) menyebut salah satu indikator pemaafan adalah dengan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti. Pada proses memaafkan, individu telah tersakiti diperlukan perlakuan positif terhadap pikiran atau jika individu tersebut berperilaku tidak sesuai dengan harapan. Hal lainnya, bahwa salah satu indikator ketika memaafkan adalah tidak merasa sakit hati lagi ketika mengingat peristiwa yang menyakitkan (Nashori, 2011).

Penelitian Widasuari & Laksmiwati (2018) juga mengatakan *forgiveness* menjadi wujud dari kematangan emosi pada remaja akhir. Sebab dengan *forgiveness* yang berdasar pada komitmen untuk memperbaiki hubungan dan sebagai pertanggung jawaban tanpa syarat dari dalam diri individu akan mengurangi dorongan untuk melakukan balas dendam terhadap perlakuan menyakitkan sebelumnya. Toussaint & Webb (2005) mengatakan *forgiveness*

merupakan pencapaian pemulihan dalam hubungan interpersonal sesuai konflik termasuk dalam hubungan cinta. Collins & Steinberg (dalam King, 2012). Kemampuan membuat keputusan yang kompeten secara mandiri merupakan salah satu tugas perkembangan bagi remaja.

Walgito (2007) juga mengatakan bahwa orang yang telah matang emosinya dapat menerima keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti apa adanya sesuai dengan apa yang terjadi. Maka dari itu hubungan dari memaafkan akan mengurangi emosi yang ada dalam kehidupan, pada remaja diperlukan perilaku *forgiveness* dalam menyelesaikan masalah. Kematangan emosi saat menghadapi permasalahan putus cinta dapatkah menjadi sebuah alasan dalam menyelesaikan situasi tersebut. Menurut Sarwono (2011) kematangan emosi pada remaja jika tidak mampu mengatasi situasi kritis serta masih mengikuti gejala emosinya maka kemungkinan ia terperangkap dalam jalan yang salah.

Sikap saling terbuka dalam mengolah emosi hingga dikatakan matang mempunyai cara-cara, dan salah satunya dengan memaafkan (*forgiveness*) dalam menghadapi masalah agar kita juga terbuka antar masyarakat dan lingkungan sosial skan tetapi untuk dapat meninggalkan rasa sakit hati akan ada kendala yang dihadapi seperti; tingkat rasa sakit hati yang dialami, dan hubungan interpersonal dengan yang menyakiti (Widasuari & Laksmiwati, 2018). Maka dari itu, individu harus memiliki kesediaan untuk meninggalkan rasa sakit hatinya, pemikiran buruknya dan mengubah perilakunya terhadap pelaku. Mengungkapkan bahwa ketika memberikan pemaafan, seseorang akan meninggalkan kemarahan, kebencian, sakit hati, penilaian negatif, perilaku dan perkataan yang menyakitkan,

keinginan untuk balas dendam, perilaku menghindar, serta perilaku acuh terhadap orang lain yang telah menyakitinya secara tidak adil (Nashori, 2011).

Berdasarkan semua pernyataan diatas, ada banyak hal yang perlu dipelajari. Remaja akan berperilaku dipengaruhi oleh usia dan lingkungan kesehariannya, yang terkadang ketika masalah terjadi sering terabaikan dan memiliki pengaruh di masa depan kelak. Contohnya saja dalam kasus putus cinta yang berakibat tidak baik bagi remaja dan banyak hal lainnya. Permasalahan tersebut, menjadikan peneliti ingin mengetahui seberapa besar dan adakah hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta.

## **B. Rumusan Masalah**

- 1 Bagaimana tingkat kematangan emosi pada remaja?
- 2 Bagaimana tingkat memaafkan (*forgiveness*) pada remaja?
- 3 Bagaimana hubungan kematangan emosi dan *forgiveness* pada remaja yang mengalami putus cinta?

## **C. Tujuan Penelitian**

- 1 Untuk mengetahui tingkat kematangan emosi pada remaja.
- 2 Untuk mengetahui tingkat dari perilaku memaafkan pada remaja.
- 3 Untuk mengetahui hubungan kematangan emosi terhadap *forgiveness* pada remaja yang mengalami putus cinta.



#### **D. Manfaat penelitian**

1 Manfaat teoritis :

Penelitian ini dapat menjadi sumbangan yang berarti bagi perkembangan psikologi di Indonesia dan memberikan pengetahuan bahwa pentingnya lebih memperhatikan dan perhatian pada masa remaja yang sedang mengalami hal yang terlihat sepele namun memiliki dampak besar untuk masa selanjutnya.

2 Manfaat praktis :

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi para peneliti selanjutnya dengan permasalahan putus cinta dengan kematangan emosi terhadap perilaku *forgiveness* pada remaja.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. *Forgiveness***

##### **1. Pengertian *Forgiveness***

*Forgiveness* memiliki arti terminologis dibagi dua hal, yaitu meminta maaf dan memaafkan. Memaafkan merupakan respons prososial terhadap pelanggaran yang mengurangi motivasi untuk menghindari atau mencari balas dendam dan mengajak perilaku yang lebih baik terhadap seseorang yang meminta maaf (McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000).

Menurut Thompson, *et al.* (2005) *forgiveness* yaitu sebagai upaya untuk menempatkan sebuah peristiwa pelanggaran yang dirasakan sedemikian rupa hingga respon dari seseorang terhadap pelaku, peristiwa, dan akibat dari pelanggaran tersebut. Perilaku tersebut diubah dari negatif menjadi netral atau positif. Sumber pelanggaran tersebut dan objek dari *forgiveness* dapat berasal dari diri sendiri, antara manusia dengan manusia, dan situasi yang terjadi melebihi batas kontrol manusia.

*Forgiveness* adalah kesediaan meninggalkan atau berhenti dalam mengungkit kesalahan yang dilakukan oleh seseorang telah menyakiti hati atau melakukan suatu perbuatan salah pada individu lain (McCullough, 2001). Sama halnya dengan pendapat dari Nashori (2011) yang mendefinisikan *forgiveness* adalah kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang

lain dan menumbuh kembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil.

Menurut Gani (2010) memaafkan (*forgiveness*) adalah sebuah proses melepaskan rasa nyeri, kemarahan dan dendam yang disebabkan oleh orang yang telah menyakiti. Hal ini akan membantu individu untuk menghilangkan segala pikiran negative dan perasaan negatif terhadap orang yang telah menyakiti sehingga individu dapat hidup lebih tenang dan bahagia.

Enright dan *Human Development Study Group* mendefinisikan bahwa pemaafan sebagai kesediaan untuk menghentikan kemarahan, menghakimi dengan negatif, dan tidak menghindari yang telah menyakiti, mengembangkan rasa kasihan dan bahkan merubahnya menjadi cinta (Purba & kusumawati, 2019). Menurut Setyana (2013) memaafkan merupakan hal yang baik dalam berperilaku dan merubah diri sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya.

*Forgiveness* merupakan proses atau hasil dari kejadian yang melibatkan perubahan dalam emosi dan sikap mengenai seseorang yang bersalah, hasil dari kejadian menuju proses biasanya bertujuan untuk menurunkan motivasi menyakiti ataupun menghindari dari orang yang telah menyakiti (*America Psychological Association*, 2006).

Dari beberapa pendapat tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa *forgiveness* merupakan pemberian pengampunan atau kejadian melibatkan emosi, meninggalkan rasa benci, rasa pernah disakiti dan hal-hal menuju diri

yang lebih baik dengan sikap mengenai seseorang yang bersalah, bertujuan untuk mengurangi motivasi menyakiti ataupun menghindari dari orang yang telah menyakiti.

## **2. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Forgiveness***

Menurut McCullough (1997) terdapat faktor-faktor yang memengaruhi dalam pemaafan yang dibagi menjadi dua yaitu :

### **a. Faktor internal**

- 1) Karakteristik kepribadian, merupakan hal yang terorganisasi dan terpola. Namun kepribadian bukan organisasi yang statis, melainkan hal yang tumbuh teratur dan seiring waktu mengalami perubahan dari kepribadian seseorang.
- 2) Religiusitas, adalah internalisasi nilai-nilai agama yang meliputi dimensi akidah, ibadah, akhlak, ihsan, dan ilmu agama. Religiusitas dapat mempengaruhi dalam segi seberapa ia mengerti dan belajar dalam apa yang dipercayainya.
- 3) Jenis kelamin, dalam beberapa penelitian mengatakan bahwa laki-laki dan perempuan jika memaafkan, memiliki pemaafan yang cenderung sama. Hanya saja laki-laki lebih mudah memaafkan dibandingkan perempuan. Hal tersebut terjadi karena perempuan memiliki ekspektasi atau pengharapan lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

4) Usia, menjadi penentu pemaafan berdasarkan pengalaman selama hidup dan kematangan emosi seseorang dalam menjalani kehidupan di lingkungannya.

b. Faktor eksternal:

1) Keterikatan interpersonal merupakan suatu situasi dimana individu akan mempertimbangkan kehadiran orang lain yang dikenal dalam usaha pengambilan keputusan atas hal-hal penting di kehidupannya, khususnya jika berkaitan dengan hubungan interpersonal. Sehingga ketika akan memaafkan orang lain, sebelumnya individu meminta saran dan nasihat dari orang terdekatnya hal apa yang sebaiknya dilakukan kepada orang yang menyakitinya.

2) Pendidikan, dalam tingkatan pendidikan akan mempengaruhi saat memaafkan seseorang karena semakin ia berpengalaman pendidikan maka akan lebih mudah untuk memaafkan. Hal demikian saat seseorang memiliki pendidikan yang tinggi otomatis akan berpengalaman, ilmu akan luas mengajarnya mengenai manfaat pemaafan.

Sedangkan menurut Faturochman & Wardhati (2006) mengemukakan bahwa pemaafan dipengaruhi beberapa faktor antara lain:

1) Empati

Empati ini merupakan faktor utama penentu pemaafan dalam diri seseorang. Ketika memiliki kemampuan berempati, maka seseorang

mampu untuk memposisikan dirinya berada dalam situasi dan kondisi yang dialami oleh orang lain. Jadi, seseorang menjadi mengambil posisi tidak sebagai korban saja, melainkan memahami dari sisi orang yang telah menyakiti.

## 2) Permintaan Maaf

Seseorang akan lebih mudah memberikan pemaafan ketika orang yang menyakiti menyadari kesalahannya dan meminta maaf kepadanya. Seseorang yang menerima permintaan maaf dari orang lain akan mengalami peningkatan empati dalam dirinya, sehingga dapat memaafkan kesalahan yang dilakukan oleh orang lain.

## 3) Akibat (Luka)

Semakin besar luka yang ditimbulkan dari kesalahan yang dilakukan oleh orang yang menyakiti maka akan semakin sulit pula seseorang yang mengalami luka untuk bisa memaafkan orang tersebut.

## 4) Perenungan Diri (Rumination)

Semakin sering individu merenungi kejadian pada saat menerima perlakuan yang menyakitkan, maka individu akan semakin menghindari dari transgressordan menuntut untuk membalas dendam kepada transgressor.

## 5) Kedekatan Hubungan

Pemaafan melibatkan perubahan pada dorongan negatif menjadi lebih positif terhadap seseorang, maka kedekatan hubungan individu dengan orang yang menyakiti akan mempengaruhi proses tersebut.

Semakin dekat hubungan, antara seseorang meskipun telah menyakiti maka semakin mudah pula seseorang akan memaafkannya.

Dari beberapa factor-faktor *forgiveness* diatas dapat disimpulkan bahwa, menurut McCullough (1997) terdapat dua faktor yaitu faktor internal dan faktor internal. Faktor internal terdiri dari karakteristik kepribadian, religiusitas, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari keterikatan interpersonal dan pendidikan. adapun faktor dari Faturochman dan Wardhati (2006) yaitu, empati, akibat (luka), permintaan maaf, perenungan diri, dan kedekatan hubungan. Semua faktor-faktor tersebut merupakan komponen terbentuknya *forgiveness*. Pada faktor-faktor dalam *forgiveness* sangat bervariasi dan semua bisa terjadi karena diri sendiri maupun lingkungan untuk mewujudkan *forgiveness* dalam individu masing-masing.

### **3. Aspek-aspek *Forgiveness***

McCullough., *et al.* (2000) menjelaskan bahwa ada tiga aspek *forgiveness* yaitu :

#### **a. Avoidance Motivation**

Avoidance Motivation (motivasi untuk menghindar) yaitu semakin menurunnya motivasi untuk menghindari seseorang yang menyakiti, akan membuang keinginan untuk menjaga jarak (kerenggangan) dengan orang yang telah menyakitinya. Misalnya, individu berusaha menjaga

untuk tidak menjauhi atau menghindari orang yang menyakiti walaupun perbuatan orang itu sangat menyakitinya.

b. Revenge Motivation

Revenge Motivation (motivasi untuk balas dendam) yaitu semakin menurunnya motivasi untuk membalas dendam terhadap seseorang yang pernah berhubungan, membuang keinginan untuk membalas dendam terhadap orang yang telah menyakiti. Misalnya, orang yang disakiti berusaha untuk tidak marah atau melakukan perbuatan menyakitkan sebagai respon balik untuk membalas perbuatan orang yang telah menyakitinya.

c. Benevolence Motivation

Benevolence Motivation (motivasi untuk berbuat baik) yaitu individu semakin termotivasi oleh niat baik dan keinginan untuk berdamai dengan orang yang menyakiti meskipun pelanggarannya termasuk tindakan berbahaya, keinginan untuk berdamai atau melihat *well-being* orang yang menyakitinya. Misalnya, individu berusaha untuk berpikir positif dan mengabaikan perbuatan orang yang menyakiti demi menjalin hubungan yang baik.

Adapun aspek yang lain, Menurut Thompson, *et. al.* (2005), aspek-aspek pemaafan dibagi menjadi tiga yaitu :

a Pemaafan Diri Sendiri

Memaafkan diri didefinisikan sebagai keinginan untuk melepaskan rasa bersalah dan menyalahi diri sendiri atas kejadian setelah



menyakiti diri maupun orang lain, sejalan dengan menumbuhkan kemurahan dan rasa iba terhadap diri sendiri (Kurniati, 2009). Pemaafan pada diri sendiri merupakan keadaan disaat individu dapat melepaskan dirinya (menerima) karena kesalahan yang telah dilakukan. Jadi memaafkan diri ini merupakan tindakan saat memaafkan diri sendiri dengan tidak melukai diri sendiri atau orang lain. Seseorang tersebut harus bisa memahami diri dari keadaan (masalah) sehingga diri akan sadar dari lembah merasa bersalah yang berkepanjangan (Ru'iyah, 2013).

b Pemaafan Pada Orang Lain.

Memaafkan biasanya melihat konteks saat memaafkan orang lain atas masalah interpersonal dalam suatu hubungan (Kurniati, 2009). Pemaafan pada orang lain, dengan tidak hanya sekedar ucapan “maaf” antara kedua pihak. Namun lebih dari pada itu dengan pengambilan keputusan terkait apa yang dilakukan selanjutnya. Diri yang merasa korban berupaya memaklumi apa yang telah dilakukan oleh pelaku sehingga yang awalnya mungkin berkeinginan untuk membalas dendam, kemudian dapat mengikhlaskan dengan cara mengubah kerangka berpikir dirinya seperti seolah korban sebagai pelaku agar dapat memaafkan (Ru'iyah, 2013).

c Pemaafan Pada Situasi

Pemaafan pada situasi merupakan hal yang sering dianggap unik karena situasi diasumsikan sebagai tanggapan negatif bagi orang

yang mempunyai masalah serius pada situasi tertentu. Thompson *et al.*, (2005) berpendapat bahwa seseorang tidak dapat memaafkan situasi karena situasi tidak dianggap memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan. Seorang diri berusaha mengambil pelajaran positif dari yang telah terjadi akibat sebuah situasi (tidak menguntungkan bagi dirinya) dengan berupaya untuk melupakan dan mengubah prinsip berpikir bahwa bukan karena situasi yang membuatnya merugi atau menjadi korban agar dapat menerima dan memaafkan (Ru'iyah, 2013).

Dari beberapa aspek diatas dapat disimpulkan bahwa dalam *forgiveness* mempunyai tiga aspek, yaitu Avoidance Motivation (motivasi untuk menghindar), Revenge Motivation (motivasi untuk balas dendam), dan Benevolence Motivation (motivasi untuk berbuat baik). Dan aspek yang ada dalam Thompson (2005) yang terdiri dari aspek pemaafan diri sendiri, pemaafan orang lain dan pemaafan pada situasi. Pada penelitian ini memakai dari aspek Thompson (2005) karena sangat luas pemahaman dari *forgiveness* dan sesuai dengan kondisi saat ini sedang dialami oleh masing-masing individu yang memerlukan dalam menyelesaikan masalah.

#### 4. Pemaafan dalam Perspektif Islam

Pemaafan berasal dari kata bahasa Arab yaitu *al-'afw*. Kata *al-'afw* - yang terdiri dari tiga partikel huruf, '*ain, fa*', dan satu huruf *mu'tall-* menurut Ibn Faris yang memiliki dua makna valid yaitu dengan meninggalkan (*tark al-syai'*) dan mencari/menuntut sesuatu (*thalab*). Kata *al-'afw* terulang dalam al-Quran sebanyak 34 kali, 7 kali darinya berbicara tentang pemaafan. Hal tersebut menunjukkan akhlaq saling memaafkan menjadi bagian terpenting dalam kehidupan seorang muslim. Artinya ada konsekuensi tertentu bila seseorang memaafkan atau tidak memaafkan terhadap seseorang yang pernah berbuat kesalahan kepadanya (Khasan, 2017). Oleh karena itu *Al-'afw* (memaafkan) adalah salah satu sifat orang yang bertaqwa kepada Allah sebagaimana al-Qur'an menjelaskannya dalam QS. Ali 'Imran: 134 :

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَنِيظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ  
يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya :

(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan (QS. Ali 'Imran: 134).

Ayat tersebut memperlihatkan bahwa sikap seorang muslim bertaqwa pada saat menghadapi seseorang yang melakukan

kekeliruan/kesalahan terhadapnya dengan tiga cara, yaitu menahan amarah, memaafkan, dan berbuat baik terhadap siapapun yang telah berbuat kesalahan kepadanya (Khasan, 2017).

Selanjutnya ada kata *al-shafh* dalam berbagai bentuk terulang sebanyak delapan kali dalam al-Qur'an. *Al-shafh* dapat diartikan kelapangan dada. Pada konteks *al-shafh* didahului dengan perintah *al-'afw*, perintah memaafkan tetap diperlukan, karena tidak mungkin membuka lembaran baru dengan membiarkan lembar yang telah ada kesalahannya tanpa terhapus (Khasan, 2017). Ayat-ayat turun dengan sebab yang memerintahkan *al-shafh* tetapi tidak didahului oleh perintah memberi maaf, dirangkaikan dengan jamil yang berarti indah. Selain itu, *al-shafh* juga dirangkaikan dengan perintah menyatakan kedamaian dan keselamatan bagi semua pihak sebagaimana dinyatakan dalam surat QS. Al-Hijr ayat 85 :

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَإِنَّ السَّاعَةَ لَأَتِيَةٌ  
فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ

Artinya :

Dan tidaklah Kami ciptakan langit dan bumi dan apa yang ada di antara keduanya, melainkan dengan benar. Dan sesungguhnya saat (kiamat) itu pasti akan datang, maka maafkanlah (mereka) dengan cara yang baik (QS. Al-Hijr: 85).

Tafsir ayat tersebut dari Quraish Shihab, kami tidak menciptakan langit, bumi dan segala yang ada di antara keduanya dari kehampaan. manusia, binatang, tumbuhan, dan benda mati yang ada di antara keduanya telah Kami ciptakan menurut dasar keadilan, kebijaksanaan dan keselarasan yang tidak menghendaki kerusakan yang tidak ada habisnya. Setelah itu hari berakhirnya kejahatan itu pasti akan datang, tapi maafkanlah orang-orang musyrik, wahai Muhammad, bila hal itu menyangkut masalah keduniaan. Bersabarlah dalam menghadapi kejahatan mereka, karena dakwah yang bijaksana mengharuskan sikap lemah lembut dan senang memaafkan (*tafsirweb.com*, Diakses 15 oktober 2020, pukul 21:26 wita).

## **B. Kematangan emosi**

### **1. Pengertian kematangan emosi**

Sebelum mengetahui pengertian dari kematangan emosi, sebaiknya mengetahui tentang emosi. Menurut Albin (1986), emosi adalah rasa/perasaan hati yang pasti didapatkan oleh setiap individu. Ada beberapa nama dari emosi menyesuaikan dengan bentuk emosi yang keluar yaitu bahagia, takut, senang, antusias, geram, cemburu, kagum, asmara dan emosi yang lainnya. Tentunya rasa hati emosi tersebut dapat mengubah perilaku individu yang merasakannya, mempengaruhi dalam segi pikiran, tingkah laku dan sikapnya.

Setelah mengetahui tentang emosi berikut pengertian dari kematangan emosi. Menurut Chaplin (2009) mendefinisikan kematangan emosi sebagai kondisi atau kejadian saat mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional. Menurut Sobur (2003) kematangan emosi adalah tingkat perkembangan pada individu atau organ-organnya sehingga sudah berfungsi sebagaimana mestinya. Proses pembentukan ini melewati setiap fase perkembangan.

Menurut Cole (1944) kematangan emosi adalah kapasitas untuk menanggung konflik dan berurusan dengan lingkungan. Begitu seseorang dianggap matang secara emosional ketika dia tidak didorong oleh kekuatan eksternal. Bessel (2004) juga melihat kematangan emosi sebagai pola perilaku yang membuat baik penyesuaian dalam hidup. Diperlukan suasana keluarga yang sehat untuk kesejahteraan remaja secara keseluruhan (Rawat & Singh, 2017).

Menurut Morgan (dalam Susanto, 2018) kematangan emosi merupakan keadaan emosi seseorang dimana tidak menunjukkan gangguan emosi saat stimulus emosi ada dalam gangguan. Kematangan emosi merupakan kemampuan dalam memberikan respons emosional secara tepat dalam situasi yang berbeda merupakan hal yang esensial di usia manapun. Walgito (2005) mengemukakan bahwa petunjuk kematangan emosi pada diri individu adalah kemampuan individu untuk menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang, sehingga akan menimbulkan reaksi emosional yang stabil dan tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke emosi atau suasana hati yang lain.

Murray (1997) mengatakan kematangan emosi adalah suatu kondisi mencapai perkembangan pada diri individu dimana individu mampu mengarahkan dan mengendalikan emosi yang kuat agar dapat diterima oleh diri sendiri dan orang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Davidof (dalam Asih & Pratiwi, 2010) yang mengatakan kematangan emosi adalah merupakan kemampuan individu untuk dapat menggunakan emosinya dengan baik serta dapat menyalurkan emosinya kepada hal-hal yang bermanfaat dan bukan menghilangkan emosi yang ada dalam dirinya.

Kematangan emosi merupakan kemampuan remaja dalam mengekspresikan emosi secara wajar dan tepat saat engendalian diri, memiliki kemandirian, memiliki penerimaan diri, serta memiliki konsekuensi diri yang tinggi (Muawanah & Pratikto, 2012). Kematangan emosi didefinisikan sebagai

kemampuan individu dalam mengekspresikan perasaan dan keyakinannya secara berani serta mempertimbangkan perasaan dan keyakinan orang lain (Covey, 2001 dalam Syarif, 2017).

Berdasarkan beberapa definisi tokoh-tokoh pada penjelasan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa kematangan emosi adalah suatu kondisi yang mencapai tingkat matang atau hasil akhir dari perkembangan emosi pada diri individu yang sesuai dan diterima oleh lingkungan.

## **2. Karakteristik Kematangan Emosi**

Menurut Yusuf (2008) secara umum kematangan emosi pada remaja ditandai oleh dua hal penting :

### 1) Adekuasi Emosi

Adekuasi emosi merupakan adanya cinta kasih, simpati, altruis (senang menolong orang lain), *respect*, dan ramah.

### 2) Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi yang ditandai oleh perilaku tidak mudah tersinggung, tidak agresif, tidak pesimis, dan bersikap optimis.

Dalam Hurlock (1980) mengemukakan terdapat tiga karakteristik kematangan emosi, sebagai berikut:

### 1) Kontrol Emosi

Kontrol emosi pada individu adalah dimana tidak akan meluapkan emosinya dalam situasi dan kondisi yang tidak tepat, melainkan individu akan berupaya sebaik mungkin untuk mengekspresikan



emosinya sehingga keputusan tersebut sesuai dengan norma-norma yang ada dan dapat diterima pada lingkungan masyarakat.

## 2) Pemahaman Diri

Pemahaman diri merupakan individu yang memiliki kematangan emosi akan mampu dalam mengontrol emosi pada dirinya sendiri, begitu juga dengan mampu dalam memahami dan dapat mengetahui apa penyebab emosi yang sedang dialami oleh individu tersebut.

## 3) Penggunaan Fungsi Krisis Mental

Penggunaan fungsi krisis mental dimana Individu akan mampu menafsirkan situasi dan kondisi terlebih dahulu secara kritis sebelum mengekspresikan emosinya, tidak lagi yang terjadi seperti pada masa anak-anak dahulu.

Dari penjelasan karakteristik kematangan emosi, dapat diambil kesimpulan bahwa karakteristik terdiri dari tiga menurut Hurlock (1980) dalam karakteristik kematangan emosi, yaitu kontrol emosi, pemahaman diri dan penggunaan fungsi krisis mental. Karakteristik-karakteristik tersebut menjadikan seseorang terlihat memiliki kematangan diri atau emosi. Serta menurut Yusuf (2008) secara umum kematangan emosi pada remaja ditandai oleh dua hal penting adekuasi emosi dan pengendalian emosi. Dari setiap karakteristik tersebut diperlukannya memahami dalam kematangan emosi dan menyikapi seseorang saat keadaan emosi sedang terjadi dengan keunikan karakteristik masing-masing individu.

### 3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kematangan Emosi

Hurlock (1980) menyebutkan faktor-faktor yang memengaruhi kematangan emosi adalah sebagai berikut :

1) Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin memiliki dampak yang berkaitan dengan adanya perbedaan hormone antara laki-laki dan perempuan, peran gender maupun ketentuan norma yang ada pada masyarakat akan berpengaruh terhadap kepribadian emosi diantara keduanya (Susanto, 2018). Menurut Manoharan & Doss (dalam Hurlock, 1980) menyatakan bahwa perempuan memiliki tingkat kematangan emosi lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

2) Usia

Kematangan emosi yang dialami oleh individu akan berjalan sejalan dengan bertambahnya usia karena dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisik-fisiologis individu, dan aspek itu dengan sendirinya akan beriringan dengan bertambahnya usia. Sebagai bukti konkret, siswa pada tahun kedua disekolah menengah lebih matang secara emosional dibandingkan siswa pada tahun pertama (Susanto, 2018).

3) Pola asuh orang tua

Keluarga merupakan pendidikan yang utama bagi individu tentu akan memberikan sumbangsih yang besar pada individu, juga tempat dimana pertama kali individu dapat berinteraksi dan belajar

bersosialisasi sehingga dapat menentukan karakter individu (Susanto, 2018). Perkembangan kematangan emosi pada remaja harus sudah mulai sejak bayi, sebagaimana dikemukakan Hall & Lindzey (dalam Hurlock, 1980) yang menyatakan bahwa untuk dapat berkembang menjadi pribadi yang matang harus diberi perlakuan sejak bayi.

#### 4) Lingkungan

Individu dikatakan matang apabila telah mampu menghargai perbedaan yang ada disekitarnya dengan tidak memaksakan orang lain seperti dirinya. Barometer yang benar dan adil dalam hubungan dengan lingkungan sekitar bahwa individu harus menghormati perbedaan di lingkungan tersebut (Susanto, 2018).

Dari pernyataan diatas terdapat beberapa factor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi yang disimpulkan bahwa, ada empat faktor diantaranya yaitu jenis kelamin, usia, pola asuh orang tua dan lingkungan. Dari keempat faktor tersebutlah dapat terbentuknya kematangan emosi dari seseorang dan setiap individu memiliki perbedaan dari kematangan emosi.

#### **4. Aspek-aspek Kematangan Emosi**

Kematangan emosi memiliki beberapa aspek menurut Walgito (2010) aspek-aspek kematangan emosi adalah :

- 1) Penerimaan diri sendiri dengan orang lain. Mencakup individu harus mampu menerima keadaan atau kenyataan yang objektif bagi diri sendiri dan orang lain. Tidak impulsive, individu akan merespon

stimulus dengan cara mengatur pikirannya secara baik untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus yang didapat. Orang yang bersifat impulsive ketika bertindak cenderung tidak dipikirkan terlebih dahulu. Berarti memiliki emosi yang kurang matang.

- 2) Kontrol emosi, individu akan mengontrol emosinya dengan baik walaupun dalam keadaan marah, tetapi kemarahan itu tidak ditampakan keluar melalui ekspresi. Karena dapat mengatur kemarahan dengan memanasikan kemarahan.
- 3) Berpikir objektif, lebih bersifat sabar, pengertian dan berpikir secara realistis. Tanggungjawab dan ketahanan menghadapi frustrasi, individu akan mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat mandiri, tidak mudah mengalami frustrasi bila menghadapi masalah dapat dilakukan dengan penuh pertimbangan
- 4) Tanggung jawab merupakan bentuk dari ketahanan menghadapi tekanan juga mempunyai tanggung jawab yang baik, mandiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan menghadapi masalah dengan penuh perhatian.

Dari kematangan emosi adapun aspek yang lainnya, Menurut Singh dan Bargave (1990) kematangan emosi terdiri dari lima aspek, yaitu :

- 1) *Emotional Stability*

Individu yang stabil secara emosional adalah individu yang mampu melakukan apapun dalam situasi atau kondisi apapun. *Emotional stability* (stabilitas emosional) merupakan kemampuan untuk

beradaptasi dengan emosi dan perasaan saat kondisi akan dapat berubah (Firouzabadi, 2011). Misalnya seseorang ketika bereaksi terhadap sesuatu tidak berlebihan atau diberikan dan perubahan suasana hati atau perubahan yang ditandai dalam situasi emosi apa pun (Ansari, 2015). Contoh Orang yang memiliki emosi stabil mampu melakukan apa yang dia inginkan. Sebaliknya jika orang yang mempunyai emosi tidak stabil, ia akan cenderung berubah dan tidak dapat diandalkan dalam mengambil keputusan dengan cepat karena memiliki kecenderungan keras kepala, pemarah, dan kurangnya kemampuan untuk mengurangi masalah dan mencari bantuan untuk menyelesaikan masalah itu sendiri.

## 2) *Emotional progression*

*Emotional progression* (perkembangan emosi) adalah karakteristik dari individu yang mengacu pada perasaan akan mampu berpikir positif terhadap lingkungannya (Ansari, 2015). Berbeda dengan ketidakadilan sosial adalah kekurangan seseorang kemampuan beradaptasi sosial, membenci, dan orang tersebut akan menjadi pembohong dan malas juga sebagai orang yang tidak bisa diandalkan (Johns, Mathew, & Mathai, 2016). Karakteristik dari orang yang mengacu pada perasaan yang cukup dalam kaitannya dengan berpikir positif terhadap lingkungan. Sedangkan berbeda dengan regresi emosional yang memiliki ciri-ciri seperti perasaan rendah diri, gelisah, permusuhan, agresivitas dan mementingkan diri sendiri.

### 3) *Sosial adjustment*

Penyesuaian sosial adalah kemampuan menghadapi tuntutan masyarakat, berkomunikasi dengannya dan memiliki kompatibilitas sosial (Firouzabadi, 2011). Penyesuaian sosial mengacu pada proses dalam berinteraksi antara kebutuhan individu dan tuntutan lingkungan sosial pada situasi tertentu, sehingga seseorang akan dapat mempertahankan dan menyesuaikan keinginan dalam hubungan di lingkungannya (Ansari, 2015). Oleh karena itu dapat digambarkan sebagai hubungan yang harmonis seseorang dengan dunia sosialnya. Sedangkan orang yang tidak dapat menyesuaikan diri menunjukkan kurangnya kemampuan adaptasi sosial.

### 4) *Personality integration*

*Personality integration* (integrasi kepribadian) adalah proses menyatukan berbagai unsur yang beragam dalam diri individu sehingga menghasilkan keharmonisan dan mengurangi konflik batin sehingga memiliki perilaku yang menunjukkan keberanian (Ansari, 2015). Berbeda dengan disintegrasi yang merupakan reaksi, amoralitas, pesimisme, dan lainnya. Seseorang dengan disintegrasi kepribadian mengalami inferioritas dan bisa menjadi penyimpangan sosial pada masyarakat (Johns, Mathew, & Mathai, 2016). Contoh yang lain ketika kepribadian hancur saat memiliki gejala seperti menderita inferioritas akan bereaksi terhadap lingkungan melalui agresivitas dan kerusakan.

### 5) *Independence*

*Independence* (kemandirian) adalah kemampuan membimbing dan mengendalikan diri dalam pemikiran dan kemandirian emosional (Firouzabadi, 2011). Kemandirian merupakan kecenderungan sikap seseorang untuk mandiri atau tidak bisa dikendalikan oleh orang lain dan dapat mengambil keputusan sendiri berdasarkan fakta dalam memanfaatkan intelektual dan kreatif pada masing-masing individu (Ansari, 2015). Misalnya, ketika seseorang tidak ingin menunjukkan ketergantungan pada orang lain dalam membuat keputusan atau melakukan tindakan yang sulit. Seseorang tergantung menunjukkan bahwa dia tidak dapat diandalkan.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah disebutkan diatas merupakan aspek dari kematangan emosi. Dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa aspek dari Walgito (2010) yaitu tidak implusif, penerimaan diri, control emosi dan berpikir objektif. Sedangkan aspek dari Singh dan Bargave (1990) yaitu *Emotional Stability, Emotional progression, Sosial adjustment, Personality integration* dan *Independence*. Dalam penelitian memakai aspek dari Singh dan Bargave (2005) karena sesuai dengan penelitian yang digunakan pada remaja akhir.

## **5. Kematangan Emosi dalam Perspektif Islam**

Allah telah menciptakan segala bentuk macam emosi dan perasaan pada diri masing-masing individu. Al-Qur'an dan Hadist banyak membahas

segala bentuk macam emosi. Ungkapan kematangan emosi tidak langsung ada dalam Al-Qur'an, namun tentang emosi digambarkan langsung bersama peristiwa yang terjadi. Macam-macam emosi yang dibahas dalam Al-Qur'an, emosi primer dan sekunder. Emosi primer, segala bentuk emosi yang secara biologis (terberi sejak lahir) seperti sedih, gembira, maran dan takut. Sedangkan, emosi sekunder yaitu emosi yang lebih kompleks dan mengandung kesadaran diri atau mengevaluasi diri sendiri, seperti sombong, iri dengki, cinta, bingung, terhina, dll. Muhammad Utsman Najati (dalam Zulkarnain, 2018) mengatakan bahwa dalam al-Qur'an dikemukakan gambaran yang cermat tentang berbagai emosi yang dirasakan manusia, seperti takut, marah, cinta, gembira, benci, cemburu, dengki, dan sedih. Salah satunya yang akan dibahas sesuai dengan penelitian ini emosi cinta.

Cinta adalah peranan yang penting dalam bentuk emosi kehidupan, sebab merupakan landasan kehidupan perkawinan, pembentuk keluarga dan pemeliharaan anak. Cinta dalam arti agama yaitu pengikat antara manusia dengan Tuhannya, dan berpegang teguh dengan syariatnya. Cinta merupakan kontak batin yang menghubungkan kaum muslim dengan rasulnya, mereka akan berpegang teguh pada sunnahnya, mengikuti anjurannya, dan menjadikannya sebagai suriteladan sepanjang masa, (Ardini, dalam Zulkarnain, 2018).



وَأَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا ۚ وَادْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ  
 بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَىٰ شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا ۗ كَذَلِكَ  
 يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ

Artinya :

Dan berpeganglah kamu semuanya kepada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu bercerai berai, dan ingatlah akan nikmat Allah kepadamu ketika kamu dahulu (masa Jahiliyah) bermusuh-musuhan, Maka Allah mempersatukan hatimu, lalu menjadilah kamu karena nikmat Allah, orang-orang yang bersaudara; dan kamu telah berada di tepi jurang neraka, lalu Allah menyelamatkan kamu dari padanya. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayatnya kepadamu, agar kamu mendapat petunjuk. (QS. Ali Imran, 3: 103).

Tafsir dari Al-Madinah Al-Munawwarah / Markaz Ta'dzhim Al-Qur'an di bawah pengawasan Syaikh Prof. Dr. Imad Zuhair Hafidz :

- 1) Allah memerintahkan mereka (orang-orang Islam) agar senantiasa berkumpul dalam berpegang teguh dengan agama Islam dan Al-Qur'an, dan melarang mereka dari berpecah belah yang timbul dari perbedaan dalam agama.
- 2) (dan ingatlah akan nikmat Allah kepadamu ketika kamu dahulu (masa Jahiliyah) bermusuh-musuhan), yakni saling membunuh satu sama

lain, dan merampas harta satu sama lain, yang kemudian karena nikmat ini kalian menjadi saudara.

- 3) (dan kamu telah berada di tepi jurang neraka), yakni karena kekufuran mereka dahulu, kemudian Allah menyelamatkan mereka dari jurang ini dengan Islam. Dikatakan: kalian dulu berada di tepi jurang neraka barangsiapa dari kalian yang meninggal dalam keadaan itu maka akan masuk ke neraka, kemudian Allah mengutus Nabi Muhammad untuk menolong kalian dari jurang tersebut. (*tafsirweb.com*, Diakses 15 oktober 2020, pukul 21:26 wita).

Saat mencapai proses kematangan emosi hal yang berkaitan menjadi faktor dalam menghadapi emosi yaitu dengan stabil dalam menghadapi setiap masalah, bisa disebut dengan stabilitas emosi. Berikut ada ayat yang menunjukkan setiap manusia harus memiliki emosi yang stabil :

﴿لَنُبَلِّغَنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعَنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا ۚ وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

Artinya :

Kamu sungguh-sungguh akan diuji terhadap hartamu dan dirimu. Dan (juga) kamu sungguh-sungguh akan mendengar dari orang-orang yang diberi kitab sebelum kamu dan dari orang-orang yang mempersekutukan Allah, gangguan yang banyak yang menyakitkan hati. Jika kamu bersabar dan bertakwa, maka

sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang patut diutamakan (QS. Ali Imran, 3: 186).

Li Yaddabbaru Ayatih / Markaz Tadabbur dalam pengawasan Syaikh Prof. Dr. Umar bin Abdullah al-Muqbil, professor fakultas syari'ah Universitas Qashim - Saudi Arabia :

- 1) Wahai orang-orang mukmin, sungguh kalian akan diuji dengan musibah-musibah yang menimpa harta dan jiwa kalian, supaya kalian bisa berinteraksi dengan ujian itu, supaya hakikat keadaan kalian menjadi tampak.
- 2) Ujian dalam harta itu dengan berzakat, bersedekah, dan tanggungan-tanggungan lainnya yang berhubungan dengan harta, serta diuji dalam diri itu dengan kematian, penyakit, dan kehilangan anak dan orang tercinta di jalan Allah.
- 3) Dan sungguh kalian akan mendengar banyak gangguan seperti kutukan, cacian dan makian atas kehormatan dan agama kalian dari orang-orang Yahudi, nasrani, dan orang-orang musyrik selain ahli kitab. Jika kalian bersabar atas gangguan itu dan bertakwa kepada Allah dengan menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Maka kesabaran dan ketakwaan itu adalah sesuatu yang harus diputuskan, yaitu sesuatu yang harus kalian putuskan. (*tafsirweb.com*, Diakses 15 oktober 2020, pukul 21:26 wita).

### C. Hubungan Kematangan emosi dengan *Forgiveness* pada Remaja yang Pernah Mengalami Putus Cinta

Pada Remaja rentang usia 18-21 tahun merupakan individu yang gemar sekali berinteraksi sosial (Hurlock, 2004), sehingga terdapat kemungkinan jika lebih besar bagi remaja akhir untuk mengalami konflik (Sumiati & Sandjaja, 2013). Remaja juga dituntut untuk mampu mengontrol atau mengendalikan perasaan mereka saat proses perkembangan menuju kematangan emosi (Paramitasari & Alfian, 2012). Salah satu tugas lainnya perkembangan remaja adalah mulai mengenal lawan jenis dan jatuh cinta, berbicara mengenai jatuh cinta pasti akan membicarakan tentang putus cinta (Ulfah, 2016).

Gambaran reaksi putus cinta menurut Shontz (dalam Yuwanto, 2011) yang diantaranya: *Shock* merupakan gambaran kaget atau merasa tidak menduga pada keputusan suatu hubungan, dan *Encounter reaction* bentuk reaksi ini merupakan kelanjutan dari *shock*, memiliki ciri-ciri dengan perasaan kehilangan, pikiran kacau, sedih, merasa tidak berdaya dan tidak berguna. Yang terakhir adalah *retreat* biasanya dengan menolak kenyataan yang telah terjadi bahwa individu sedang mengalami putus cinta biasanya akan menolak bahwa telah mengalami putus cinta meskipun kenyataannya telah mengalami putus cinta maka diperlukan kematangan emosi dalam sebuah hubungan apapun termasuk menghadapi putus cinta.

Bahkan peneliti Florsheim, Moore, & Edgington (2003) telah menemukan jika seseorang pacaran dengan usia masih dini, maka terkait

dengan hubungan tersebut ada yang menjalani kehamilan pada remaja serta permasalahan rumah dan sekolah akan terganggu dan mengganggu untuk masa depan dalam hubungan pada remaja. Menjalani hubungan (Berpacaran) dengan lawan jenis menurut Agama Islam tidak diperbolehkan karena pacaran adalah salah satu jalan mendekati zina. Allah SWT melarang hamba-hamba-Nya untuk mendekati zina sesuai dengan firman-Nya yang artinya *“Janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk”* (QS.Al-Isra ayat 32). Agama sudah mengatur bahwa ada cara yang baik dalam menjalani hubungan antar lawan jenis dan kita harus berhati-hati agar tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain dalam kasus putus cinta yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Hurlock (1980) berpendapat bahwa secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, suatu masa ketegangan emosi meninggi akibat dari perubahan fisik dan kelenjar dan juga meskipun remaja emosinya sangat kuat dan tidak terkendali tapi tahun ke tahun perbaikan perilaku emosi akan membaik. Remaja akhir sudah mampu mengendalikan emosi (Susanto, 2018).

Remaja akhir memerlukan perhatian khusus agar tidak terulang kembali sesuatu yang seharusnya bisa menjadi lebih baik dan tidak terikat pada suatu hubungan yang tidak penting. Contoh dari hasil penelitian Ulfah (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan dengan arah hubungan positif antara kematangan emosi dan kebahagiaan pada remaja yang mengalami putus cinta, bahwa semakin tinggi kematangan emosi maka

akan semakin tinggi pula kebahagiaan dan semakin rendah kematangan emosi maka akan semakin rendah kebahagiaan pada remaja yang mengalami putus cinta. Oleh karena itu, dalam memenuhi rasa bahagia memerlukan kematangan emosi yang baik agar mampu menghadapi setiap masalah yang mereka alami salah satunya putus cinta (Ulfah, 2016).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Pastey & Aminbhavi (2006) tentang dampak kematangan emosi pada stres dan kepercayaan diri remaja ditemukan bahwa pada remaja dengan kematangan emosi yang tinggi memiliki stres dan kepercayaan diri yang tinggi. Pada penelitian Wan & Masih (2015) yang mengatakan bahwa kematangan emosi lintas gender dan tingkat pendidikan yang dilakukan pada mahasiswa menemukan bahwa kematangan emosi bervariasi dengan tingkat pendidikan dan wanita lebih tidak dewasa secara emosional daripada pria.

Penelitian yang dilakukan oleh Singh (2013 dalam Johns, Mathew, & Mathai, 2016) tentang gender pada kematangan sosial dan emosional remaja akhir sekolah menemukan bahwa anak perempuan cenderung memiliki hasil skor lebih terhadap komponen kecukupan sosial dari kematangan sosial sementara anak laki-laki memiliki hasil skor terhadap komponen penyesuaian sosial dari kematangan emosi.

Pada penelitian sebelumnya dari Paramitasari & Alfian (2012) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan remaja akhir, hubungan ini merupakan korelasi positif sehingga semakin tinggi kematangan emosi maka semakin besar

kecenderungan memaafkan remaja akhir. Hurlock (dalam Komarudin, 2016) mempertegas bahwa remaja yang emosinya telah matang dapat memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke emosi atau suasana hati yang lain, seperti periode sebelumnya.

Menurut penelitian dari Worthington & Scherer (2004), *forgiveness* (memaafkan) merupakan salah satu cara *coping* dari masalah apapun yang berfokus pada emosi terkait dengan serangkaian emosi positif lain juga berfokus misalnya empati, simpati, belas kasih. *Coping* tersebut yang membantu menetralkan atau mengganti emosi negatif menjadi emosi yang sangat positif tersebut. Al-quran telah menjelaskan saat memaafkan : *Dan tidaklah Kami ciptakan langit dan bumi dan apa yang ada di antara keduanya, melainkan dengan benar. Dan sesungguhnya saat (kiamat) itu pasti akan datang, maka maafkanlah (mereka) dengan cara yang baik (QS. Al-Hijr: 85).*

Hasil penelitian Yuniardita (2015) pada remaja usia 13-16 tahun juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan pemaafan. Semakin tinggi kematangan emosi seorang remaja, maka semakin tinggi pula pemaafannya. Sebaliknya semakin rendah kematangan emosi seorang remaja, maka semakin rendah juga tingkat memaafkannya. Penelitian Thompson, *et al.* (2005) juga menemukan bahwa *forgiveness* memiliki hubungan yang signifikan dengan diri sendiri, orang lain, dan situasi. *Forgiveness* artinya tidak hanya terjadi pada hubungan interpersonal atau antara manusia dengan manusia, namun *forgiveness* juga dapat terjadi pada

diri sendiri, dan situasi. Setelah diteliti untuk kesulitan memaafkan diri sendiri dan orang lain, kesulitan memaafkan keadaan memiliki sumbangsih yang cukup besar dalam perasaan gelisah dan depresi di kalangan mahasiswa.

Contoh lainnya dalam penelitian Widasuari & Laksmiwati (2018) mengatakan *Forgiveness* menjadi wujud dari kematangan emosi pada remaja akhir. Sebab dengan *forgiveness* yang berdasarkan pada komitmen untuk memperbaiki hubungan dan sebagai pertanggung jawaban tanpa syarat dari dalam diri individu akan mengurangi dorongan untuk melakukan balas dendam terhadap perlakuan menyakitkan sebelumnya. Hasil penelitian Khasan (2017) menunjukkan bahwa pemaafan yaitu sebuah karakter dalam diri manusia secara kuat saat mengekspresikan kecenderungan untuk menghindari balas dendam, memahami kesalahan orang lain, menciptakan kedamaian dan keselamatan bagi semua dan selalu memelihara hubungan baik dengan sesama. Pemaafan dalam konsep Islam sangat dominan dipengaruhi oleh faktor keberagamaan (religiusitas) (Khasan, 2017). Maka dari itu, pentingnya hubungan kematangan emosi dan *forgiveness* pada remaja untuk tidak mengulangi hal putus cinta.

#### **D. Hipotesis**

Ha diterima adanya hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Menurut Sugiyono (2017), metode penelitian kuantitatif yaitu berdasarkan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Penelitian korelasional ini merupakan tipe penelitian yang melihat hubungan antara beberapa sifat satu dengan yang lainnya. Penelitian korelasional bertujuan untuk meramalkan suatu hasil atau menjelaskan betapa pentingnya tingkah laku manusia (Yusuf, 2014).

#### **B. Identifikasi Variabel**

Identifikasi Variabel merupakan langkah-langkah penetapan variabel-variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsi dari masing-masing (Azwar, 2015). Sedangkan Arikunto (2006) mengatakan bahwa Variabel yaitu hal-hal yang berkaitan dengan objek penelitian, yang telah ditetapkan dengan kegiatan penelitian, yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Dalam penelitian ini, variabel yang akan diteliti adalah :

1. Variabel bebas atau *independent variable* (X) yaitu yang menjadi sebab atau mempengaruhi variabel lainnya. Dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas adalah kematangan emosi.

2. Variabel terikat atau *dependent variable* (Y) yaitu yang menjadi akibat atau dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini yang merupakan variabel terikat adalah *Forgiveness*.

### C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu penjelasan berupa definisi yang dirumuskan sesuai dengan karakteristik dari masing-masing variabel. Azwar (2007) mengatakan bahwa definisi operasional berguna untuk memberikan batasan saat penelitian dan definisi dari suatu variabel tidak memiliki makna ganda, serta menunjukkan indikator yang jelas.

#### 1. *Forgiveness*

*Forgiveness* adalah memberikan pengampunan atau kejadian yang melibatkan perubahan dalam emosi, menanggalkan rasa benci, rasa pernah disakiti dan hal-hal menuju diri yang lebih baik dengan sikap mengenai seseorang yang bersalah, bertujuan untuk menurunkan motivasi menyakiti ataupun menghindari dari orang yang telah menyakiti teori yang diambil dari Thompson, *et al.* (2005).

#### 2. **Kematangan emosi**

Kematangan emosi adalah saat individu mampu untuk menilai situasi sebelum bereaksi secara emosional dan tidak bereaksi secara berlebihan tanpa berpikir sebelumnya seperti sifat kekanakan, sehingga akan menimbulkan reaksi emosional stabil dan tidak berubah-ubah dari satu emosi ke satu emosi yang lainnya berdasarkan teori Walgito (2005).

## **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Populasi**

Arikunto (2010) menjelaskan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2010) populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 3492 yaitu mahasiswa/i angkatan 2019 salah satu Universitas di kota Malang.

Alasan peneliti memilih mahasiswa/i angkatan 2019 salah satu Universitas di kota Malang karena termasuk fase remaja akhir berusia 18-21 tahun yang memiliki tugas perkembangan cukup matang dan menjalin hubungan dengan lawan jenis dengan tugas perkembangan pada remaja akhir menuju dewasa awal.

### **2. Sampel**

Karakteristik yang dimiliki oleh populasi disebut dengan sampel. Dalam penelitian ini, digunakan teknik sampling *non-probability sampling*. *Non-probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama terhadap setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2009). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik sampling yang digunakan oleh

peneliti jika memiliki pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam pengambilan sampelnya (Idrus, 2009).

Selain itu, menurut Sugiyono (2017) bahwa *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data pertimbangan tertentu. Alasan memakai *purposive sampling* karena tidak semua sampel memiliki kriteria sesuai dengan fenomena yang diteliti. Kriteria subjek penelitian dengan menggunakan *purposive sampling*, dalam penelitian ini memiliki ciri-ciri subjek :

- 1) Remaja akhir dengan rentang usia 18-21 tahun.
- 2) Mahasiswa aktif angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang.
- 3) Pernah mengalami putus cinta.

Ketentuan pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling* melalui pertanyaan terbuka yang sesuai dengan kriteria dari mahasiswa/i angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang berjumlah 3492 dan terseleksi memenuhi sesuai kriteria sampel adalah 261 responden.

## E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara menentukan dengan apa data akan dikumpulkan (Arikunto, 2006). Untuk mendapatkan data yang relevan dengan apa yang diharapkan, maka peneliti akan menggunakan beberapa metode diantaranya:

### 1 Teknik Angket

Teknik angket adalah kumpulan pertanyaan yang diajukan secara tertulis kepada seseorang, dalam hal ini disebut sebagai responden. Data penelitian ini menggunakan angket untuk mencari data langsung dari subjek. Angket yang digunakan peneliti ini guna memperoleh data primer. Angket ini merupakan pengumpulan data survey awal.

### 2 Teknik skala atau kuesioner

Teknik penelitian ini peneliti mengambil para mahasiswa/i angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang sebagai sampel. Adapun cara menjawab dilakukan dengan cara tertulis juga. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data kematangan emosi dan *forgiveness* disebarkan kepada responden dan diisi oleh responden sesuai dengan tujuan penelitian. Peneliti menggunakan skala likert empat pilihan jawaban (skala empat) dan menggunakan dua macam skala, antara lain skala *forgiveness* dan skala kematangan emosi. Skala *forgiveness* yang dipakai pada penelitian ini yaitu skala dari *Heartland Forgiveness Scale* (HFS). Sedangkan skala kematangan emosi yang dipakai dalam penelitian *Emotional Maturity Scale* (EMS).

Untuk memperoleh data tentang variabel kematangan emosi dan *forgiveness* remaja yang mengalami putus cinta. Skala terbuka dan tertutup. Skala terbuka untuk pertanyaan yang tidak membatasi jawaban dengan menggunakan beberapa pertanyaan dengan kriteria putus cinta. Sedangkan skala tertutup yang membatasi jawaban atau sudah disediakan pilihan jawaban menggunakan skala *Heartland Forgiveness Scale* (HFS). Sedangkan skala kematangan emosi yang dipakai dalam penelitian *Emotional Maturity Scale* (EMS).

#### **F. Instrumen Penelitian**

Alat ukur pada penelitian ini meliputi dua jenis pertanyaan yang meliputi pertanyaan konotasi positif (*favorable*) dan pertanyaan berkonotasi negatif (*unfavorable*). Kedua jenis pertanyaan tersebut diberikan dalam skala, hal ini untuk menguji konsistensi jawaban responden ketika dihadapkan pada pernyataan yang konotasinya berbeda (Sujarweni, 2012). Jenis penskalaan pada penelitian ini adalah menggunakan skala *likert* dimana model skala *likert* berisi tentang pernyataan sikap yaitu sesuatu pernyataan mengenai objek sikap (Azwar, 2007). Ketika menjawab pertanyaan pada skala kematangan emosi dan *forgiveness* subjek diminta untuk menyatakan kesetujuan dan ketidaksetujuan terhadap pernyataan - pernyataan dalam skala dengan empat pilihan respon sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Adapun penjabarannya nilai pada setiap respon sebagai berikut:

**Tabel 3.1, Skor Skala Likert**

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

### G. Alat ukur penelitian

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Skala adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan secara tertulis yang digunakan untuk mengungkap konsep psikologi atau konstruk psikologi yang menggambarkan dimensi individu (Azwar, 2011).

#### 1. Skala *forgiveness*

Skala dalam penelitian ini mengadaptasi dari skala HFS (*Heartland Forgiveness Scale*). Dengan menggunakan aspek-aspek dari Thompshon, *et al* (2005) mempunyai tiga aspek, yaitu pemaafan diri sendiri, pemaafan pada orang lain dan pemaafan dari situasi.

**Tabel 3.2, Blueprint Skala *forgiveness***

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor aitem	Jumlah
<i>Forgiveness</i>	Pemaafan pada diri sendiri	Sadar diri	1, 5, 16	3
		Pemahaman	2, 4, 8	3
	Pemaafan pada orang lain	Tegas	3,13,18	3
		Bersikap	6,7,9	3
	Pemaafan pada situasi	Menerima	10,12,17	3
		Berpikir	11,14,15	3
<b>Jumlah</b>				<b>18</b>

## 2. Skala Kematangan Emosi

Skala kematangan emosi dalam penelitian ini menggunakan skala adaptasi berdasarkan aspek kematangan emosi yang dikemukakan oleh Singh dan Bargave (1990). Aspek kematangan emosi menurut Singh dan Bargave terdiri dari: kestabilan emosional (*emotional stability*), perkembangan emosional (*emotional progression*), penyesuaian sosial (*social adjustment*), integrasi kepribadian (*personality integration*), dan kemandirian (*independence*). Rancangan skala kematangan emosi dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 3.3, Blueprint Skala Kematangan Emosi**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
Stabilitas Emosional ( <i>emotional stability</i> )	Keinginan mencapai tujuan	2,3,4,7,9	5
	Meluapkan emosi	1,5,6,8,10	5
Perkembangan Emosi ( <i>emotional progression</i> )	Pengendalian diri	15,17,18,19,20	5
	Mementingkan diri sendiri	11,12,13,16,14	5
Penyesuaian Sosial ( <i>social adjustment</i> )	Interaksi sosial	23,24,26,28,29,	5
	Adaptasi	19,21,22,25,30	5
Integrasi Kepribadian ( <i>personality integration</i> )	Pekerjaan	31,32,33,39,40	5
	Moralitas	34,35,36,37,38	5
Kemandirian ( <i>independence</i> )	Tanggung jawab	41,42,43,44	4
	Bersikap	45,46,47,48	4
			48



## H. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Proses pengujian validitas dilakukan agar skala mampu menghasilkan data yang akurat (Azwar, 2015). Validitas dapat didefinisikan sebagai kemahiran suatu tes untuk dapat mengukur dengan akurat atribut yang seharusnya diukur (Azwar, Reliabilitas dan Validitas, 2015). Uji validitas konstruk dalam penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 23.0 for windows dengan teknik validitas *Product Moment Pearson*. Aitem-aitem yang valid akan disertakan pada uji selanjutnya sedangkan aitem yang tidak valid akan digugurkan. Riduwan (2009:353) menjelaskan bahwa suatu item dapat dikatakan valid apabila  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dan skor sig.  $< 0,05$  dengan skor  $r_{tabel}$  pada penelitian ini sebesar 0,136 ( $n=207$ ) dan taraf signifikansi 0,05.

Rumus korelasi product moment:

$$\frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{(n\sum x^2 - (\sum x)^2)(n\sum y^2 - (\sum y)^2)}$$

Keterangan:

$R_{xy}$  = koefisien validitas dalam hituungan

$N$  = jumlah responden atau sampel

$\sum X$  = jumlah skor aitem

$\sum Y$  = jumlah skor total

$\sum xy$  = jumlah skor "x" dikalikan "y"

Selain itu pengujian validitas lainnya yaitu menggunakan *Content Validity Ratio (CVR)* milik Lawshe. Dalam pendekatan ini, berisi tentang penilaian para *panelist* mengenai isi dari item-item dalam suatu skala (Lawshe, 1975). Para ahli tersebut disebut juga sebagai (SME) *Subject Matter Experts*, yang diminta untuk menilai baik kuantitatif mengenai esensial suatu aitem apakah sudah sesuai dengan konstruk yang ditentukan (Azwar, Reliabilitas dan Validitas , 2015: 114). Berikut daftar para ahli, yaitu:

**Tabel 3.4, Daftar Ahli dan Jadwal Pelaksanaan Content Validity Ratio (CVR).**

No.	Pelaksanaan	Ahli/Dnsen	Pengembalian
1.	1 April 2020	Dr. Ali Ridho, M. Si.	30 April 2020
2.	1 April 2020	Dr. Zamroni, S. Psi., M. Pd.	12 Mei 2020
3.	20 Mei 2020	Umdatul Khoirot, M.Psi., Psikolog	13 Juni 2020

Setelah dilakukan pengujian oleh para ahli dari analisis data tersebut lalu mendapatkan hasil sebagai berikut :

**Tabel 3.5, Hasil CVR Skala Forgiveness.**

Aspek	Indikator	Nomor aitem	Jumlah
Pemaafan pada diri sendiri	Sadar diri	1, 5, 16	3
	Pemahaman	2, 4, 8	3
Pemaafan pada orang lain	Tegas	3,13,18	3
	Bersikap	6,7,9	3
Pemaafan pada situasi	Menerima	10,12,17	3
	Berpikir	11,14,15	3
Jumlah			18

**Tabel 3.6, Hasil CVR Skala Kematangan Emosi**

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Nomor Aitem</b>	<b>Jumlah</b>
<b>Stabilitas Emosional</b> ( <i>emotional stability</i> )	Keinginan mencapai tujuan	2,3,4,7	4
	Meluapkan emosi	1,5,6,8	4
<b>Perkembangan Emosi</b> ( <i>emotional progression</i> )	Pengendalian diri	9,10,15,17	4
	Mementingkan diri sendiri	11,12,13,16,14	5
<b>Penyesuaian Sosial</b> ( <i>sosial adjustment</i> )	Interaksi sosial	18,20,23	3
	Adaptasi	19,21,22	3
<b>Integrasi Kepribadian</b> ( <i>personality integration</i> )	Pekerjaan	24,25,27	3
	Moralitas	26,28,29	3
<b>Kemandirian</b> ( <i>independence</i> )	Tanggung jawab	30,31,32,33	4
	Bersikap	34,35,36,37,38	5
			38

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan analisa instrument secara keseluruhan. Reliabilitas mengacu pada sebuah pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik (Arikunto, 2006). Uji reliabilitas yang dilakukan menggunakan *SPSS versi 23.0 for windows*, yang dilihat dari tabel *alpha cronbach* dengan ketentuan koefisien *alpha cronbach* mendekati 1,00

maka alat ukur dapat dinyatakan reliable. Rumus alpha yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah:

$$r^{11} = \left( \frac{k}{(k-1)} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

$r^{11}$  = reliabilitas instrument

$k$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$  = jumlah varians butir

$\sigma_t^2$  = varians total

## I. Analisis Data

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan nonparametric test serta uji kolmogorov-smirnov dengan menggunakan *IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 23*.

### 2. Uji Analisis Deskripsi

Analisis deskripsi digunakan untuk menganalisis data yang terkumpul dengan cara mendeskripsikan dan memaparkan data apa adanya tanpa membuat kesimpulan apapun. Hasil analisis deskripsi berupa akumulasi data dasar dalam bentuk deskripsi. Untuk mengetahui tingkat Kematangan emosi dan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta maka akan dikategorikan dengan rumus :

**Tabel 3.7, Rumus Norma Kategorisasi**

Kategori	Rumus
Tinggi	$X > (\mu + 1,0\sigma)$
Sedang	$(\mu - 1,0\sigma) < X \leq (\mu + 1,0\sigma)$
Rendah	$(\mu - 1,0\sigma) \leq X$

$$\text{Mean} = \sum \frac{fx}{N}$$

Keterangan:

$\sum fx$  : Jumlah nilai yang sudah dikalikan dengan frekuensi masing-masing

N : Jumlah subjek

Dan rumus Deviasi adalah :

$$SD = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \left(\frac{\sum fx}{N}\right)^2}$$

Setelah diketahui harga mean dan SD (Standart Deviasi), selanjutnya dilakukan penghitungan prosentase masing masing tingkatan dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan :

F : Frekuensi

N : Jumlah subjek

### 3. Uji Hipotesis

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *product-moment* yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja yang mengalami putus cinta. penelitian ini menggunakan bantuan dari program *SPSS versi 23.0 for windows*.

Menurut Sugiyono (2013) penentuan koefisien korelasi dengan menggunakan metode analisis korelasi Pearson Product Moment dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{(\sum x_i^2 - (\sum x_i)^2/n)(\sum y_i^2 - (\sum y_i)^2/n)}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : Koefisien korelasi pearson

$x_i$  : Variabel independen

$y_i$  : Variabel dependen

$n$  : Banyak sample

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Waktu dan Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 12 - 30 Juli 2020 yang dilakukan berbentuk *online google form* dengan target mahasiswa angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang

##### **2. Jumlah Subjek Penelitian**

Subjek pada penelitian ini berjumlah 261 remaja akhir yang berusia 18-21 tahun dengan kriteria telah mengalami putus cinta. Hal tersebut diambil dengan metode *purposive sampling* dari 388 populasi mahasiswa angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang yang pernah mengalami putus cinta.

##### **3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data**

Dalam melakukan penelitian, ada beberapa tahapan yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

- a. Membuat angket penelitian dengan menggunakan *google form*.
- b. Menuliskan identitas secara singkat dan jelas di halaman awal *google form*.
- c. Memberikan deskripsi singkat mengenai tujuannya dalam pengumpulan data menggunakan *google form*.
- d. Peneliti menuliskan tata cara mengisi angket.
- e. Peneliti menyebarkan *google form* kepada beberapa mahasiswa yang sesuai dengan sampel.

f. Penyebaran dilakukan menggunakan aplikasi *whatsapp* dan *instagram*.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Skor Hipotetik dan Empirik

Adapun skor hipotetik dan empirik dijelaskan pada tabel 4.1 sebagai berikut:

**Tabel 4.1, Hasil Skor Hipotetik dan Empirik**

Variabel	Hipotetik			Empirik		
	Maks	Min	Mean	Maks	Min	Mean
<b>Forgiveness</b>	64	16	45	64	29	47
<b>Kematangan Emosi</b>	124	31	78	121	41	81

Berdasarkan hasil tabel di atas dapat dideskripsikan sebagai berikut:

- 1) Pada penelitian ini, skala kematangan emosi yang digunakan mengacu pada Singh dan Bragave. Skala terdiri dari 31 aitem dengan masing-masing aitem memiliki rentang skor 1-4. Jadi, skor skala kematangan emosi tertinggi adalah 124 dan skor terendah adalah 31, dengan *mean* hipotetiknya sebesar 78. Berdasarkan hasil penelitian maka skor empirik maksimal atau skor subjek adalah 121 dengan skor minimal 41, serta *mean* empirik 81. Oleh karena itu, jika dibandingkan antara skor hipotetik maksimal 124 lebih besar dari skor empirik tertinggi, namun skor *mean* empirik lebih besar dibandingkan *mean* hipotetik, yaitu  $81 > 78$ .
- 2) Pada penelitian ini, skala *forgiveness* yang digunakan mengacu pada teori Thompson, *et, al.* Skala terdiri dari 15 item dengan masing-masing item memiliki rentang skor 1-4. Jadi, skor skala *forgiveness* tertinggi adalah 64 dan skor terendah adalah 16, dengan *mean*



hipotetiknya sebesar 45. Berdasarkan hasil penelitian maka skor empirik maksimal atau skor subjek adalah 64 dengan skor minimal 29, serta *mean* empirik sebesar 47. Oleh karena itu, jika dibandingkan antara skor hipotetik maksimal 64 sama dengan dari skor empirik tertinggi yaitu 64, serta skor *mean* hipotetik lebih besar dibandingkan *mean* empirik, yaitu  $47 > 45$ .

## 2. Uji Validitas dan Reliabilitas

Pada perhitungan indeks daya beda aitem dengan menggunakan bantuan *SPSS 23 For Windows*. Korelasi aitem dalam menghitung daya beda aitem yaitu menggunakan acuan umum daya beda 0,05 dimana apabila aitem-aitem memiliki daya beda kurang dari 0,05 dapat dikatakan sebagai aitem yang buruk atau aitem yang dibuang dan tidak bisa di analisis ke tahap selanjutnya. Berdasarkan uji validitas, pada skala *forgiveness*, saat uji validitas terdapat 18 aitem valid dan uji reliabilitas berkurang 2 aitem tidak valid menjadi 16 aitem valid :

**Tabel 4.2, Hasil CVR dan Reliabilitas skala Forgiveness.**

Aspek	Indikator	Nomor aitem	Jumlah
Pemaafan pada diri sendiri	Sadar diri	1, 5	2
	Pemahaman	2, 3, 4	3
Pemaafan pada orang lain	Tegas	10,11,12	3
	Bersikap	7,8,9	2
Pemaafan pada situasi	Menerima	13,17,18	3
	Berpikir	15,16	2

Jumlah	15
--------	----

Sedangkan pada skala kematangan emosi menunjukkan 10 aitem tidak valid pada uji CVR dan berkurang 7 aitem tidak valid saat uji Reliabilitas menjadi 31 aitem valid :

**Tabel 4.3, Hasil CVR dan Reliabilitas skala Kematangan Emosi**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
Stabilitas Emosional ( <i>emotional stability</i> )	Keinginan mencapai tujuan	2,7	2
	Meluapkan emosi	1,5,6,8	4
Perkembangan Emosi ( <i>emotional progression</i> )	Pengendalian diri	9,10,15,17	4
	Mementingkan diri sendiri	11,12,13,16,14	5
Penyesuaian Sosial ( <i>sosial adjustment</i> )	Interaksi social	18,20	2
	Adaptasi	19,21,22	3
Integrasi Kepribadian ( <i>personality integration</i> )	Pekerjaan	24,25,27	3
	Moralitas	26,28,29	3
Kemandirian ( <i>independence</i> )	Tanggung jawab	30,31	2
	Bersikap	34,35,36	3
			31

Tinggi rendahnya reliabilitas secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitasnya berkisar antara 0,00 – 1,00, jika koefien reliabilitasnya mendekati 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Pengujian menggunakan *SPSS 23,0 for windows* dapat diketahui hasil reliabilitas pada sebagai berikut :

**Tabel 4.4, Hasil Uji Realibilitas Kematangan Emosi**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	31

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa skala kematangan emosi memiliki reliabilitas sebesar 0,916. Butir-butir aitem dikatakan reliabel apabila *alpha Cronbach* dari setiap variabel lebih besar dari standar Alpha (0,6) oleh karena itu dari skor yang diperoleh dikatakan sudah memenuhi standart reliabilitas atau sudah reliabel.

**Tabel 4.5, Hasil Uji Reliabilitas Forgiveness**

Cronbach's Alpha	N of Items
.791	16

Sedangkan untuk data skala *forgiveness* menunjukkan reliabilitas sebesar 0,791. Butir-butir aitem dikatakan reliabel apabila *alpha Cronbach* dari setiap variabel lebih besar dari standart Alpha (0,6) oleh karena itu dari skor yang diperoleh dikatakan sudah memenuhi standar reliabilitas atau sudah reliable.

### 3. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi skor variabel. Dasar uji normalitas penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-smirnov test* dengan bantuan *SPSS 23 for windows*. Pada uji normalitas dapat

dikatakan signifikan  $p > 0.05$ . Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.6, Hasil Uji Normalitas dari kedua Variabel skala**

		Unstandardized Residual
N		261
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.78502374
Most Extreme Differences	Absolute	.057
	Positive	.057
	Negative	-.040
Kolmogorov-Smirnov Z		.922
Asymp. Sig. (2-tailed)		.363

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki signifikan  $> 0.05$ . Variabel keseluruhan  $p = 0,363 > 0,05$  yang menandakan bahwa keseluruhan variabel distribusi normal.

#### **b. Uji Linearitas.**

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan yang linier antara variabel independent dan variabel dependen. Syarat dalam uji linieritas adalah adanya hubungan yang linear antara variabel independent dan dependent dengan nilai signifikansi ( $\text{sig} < 0.05$ ). Adapun hasil uji linieritas dapat dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 4.7, Hasil Uji Linearitas**  
ANOVA Table

		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
forgiveness * kematangan emosi	Between (Combined) Groups	3371.318	56	60.202	2.668	.000
	Linearity	2022.233	1	2022.233	89.604	.000
	Deviation from Linearity	1349.085	55	24.529	1.087	.333
	Within Groups	4603.993	204	22.569		
	Total	7975.310	260			

Berdasarkan tabel 4.7 dapat diketahui bahwa variabel *forgiveness* memiliki hubungan yang linier dengan variabel kematangan emosi dengan nilai signifikansi 0.000 ( $\text{sig} < 0.05$ )

#### 4. Uji Deskriptif Data dan Hasil Penelitian

##### a Uji Deskriptif Skala Kematangan Emosi

Berikut rincian dari uji deskriptif skala kematangan emosi :

**Tabel 4.8, Hasil Uji Deskriptif Kematangan Emosi**

Rumus	Kategori	Hasil	Persentase
$X > (\mu + 1,0\sigma)$	Tinggi	48	18,4%
$(\mu - 1,\sigma) < X \leq (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang	205	78,5%
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X$	Rendah	8	3,1%

Berdasarkan hasil uji deskriptif dapat diketahui bahwa tingkat kematangan emosi pada mahasiswa angkatan 2019 dengan kriteria penelitian pada kategori tinggi 18,4% sebanyak 48 (responden), pada kategori sedang 78,5% sebanyak 205 (responden) dan pada kategori tinggi

sebanyak 3,1% dengan responden sebanyak 8 (responden). Hal ini berarti, tingkat kematangan emosi didominasi oleh kategori sedang.

#### b Uji Deskriptif Skala *Forgiveness*

Berikut rincian dari uji deskriptif skala *Forgiveness* :

**Tabel 4.9, Hasil Uji Deskriptif *Forgiveness***

Rumus	Kategori	Hasil	Persentase
$X > (\mu + 1,0\sigma)$	Tinggi	110	42,1%
$(\mu - 1,0\sigma) < X \leq (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang	150	57,5%
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X$	Rendah	1	0,4%

Berdasarkan hasil uji deskriptif dapat diketahui bahwa tingkat *forgiveness* pada mahasiswa angkatan 2019 dengan kriteria penelitian pada kategori tinggi 42,1% sebanyak 110 (responden), pada kategori sedang 57,5% sebanyak 150 (responden) dan pada kategori rendah sebanyak 0,4% dengan responden sebanyak 1 (responden). Hal ini berarti, tingkat *forgiveness* didominasi oleh tingkat sedang.

### 5. Uji Hipotesis

Korelasi antara kematangan emosi dengan *forgiveness* mahasiswa salah satu Universitas di Malang dapat diketahui setelah melakukan uji hipotesis. Untuk mengetahui hipotesis pada penelitian ini akan dianalisis menggunakan analisa *product moment*. Sedangkan metode yang digunakan untuk mengolah data adalah dengan menggunakan metode statistik yang

menggunakan bantuan komputer dengan program *SPSS For 23,0 Windows*, adapun hasil yang diperoleh sebagai berikut :

**Tabel 4.10, Hasil Uji Hipotesis**

**Correlations**

		kematangan emosi	Forgiveness
kematangan emosi	Pearson Correlation	1	.504**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	261	261
Forgiveness	Pearson Correlation	.504**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	261	261

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Tabel 4.11, Perincian Hasil Korelasi Antara Kematangan Emosi dan Forgiveness.**

Rxy	Sig	Keterangan	Kesimpulan
0,504	0,000	Sig < 0,05	Korelasi Significant

Berdasarkan dari hasil analisis uji hipotesis dapat diketahui bahwa kematangan emosi dan *forgiveness* memiliki nilai yang signifikan (p) sebesar 0.504 yang berarti ada hubungan positif yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikan (p) sebesar 0,000 (<0.05).

Dapat dijelaskan bahwa dengan ( $r_{xy} = 0,504$ ;  $sig = 0,000 < 0,05$ ) hasil dari temuan analisis penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kematangan emosi dengan *forgiveness* mahasiswa angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang. Semakin tinggi kematangan emosi maka semakin

tinggi pula *forgiveness* dan semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah *foorgiveness* pada remaja yang mengalami putus cinta.

### **C. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis ada atau tidak hubungan antara kematangan emosi dan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta (mahasiswa/i angkatan 2019) salah satu Universitas di Malang. Hasil penelitian yang sudah dijelaskan dari variabel terdapat hasil yang signifikan antara variabel kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta dan beradapa pada kategori sedang dikedua variabel penelitian. Berikut penjelasan lebih lanjutnya dari hasil penelitian:

#### **1. Tingkat kematangan emosi pada remaja.**

Kematangan emosi merupakan periode kehidupan yang sangat menonjol yakni pada masa remaja (Walgito, 2005, dalam Fitri & Adelya, 2017). Kematangan emosi adalah individu yang dapat menilai situasi secara kritis terlebih dahulu, sebelum bertindak, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang emosinya, memiliki kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapinya sehingga lebih mampu beradaptasi karena dapat menerima beragam orang dan situasi serta memberikan reaksi yang tepat sesuai dengan tuntutan yang dihadapinya (Hurlock, 1980). Kematangan emosi bersifat individual, artinya setiap



individu memiliki kematangan emosi yang berbeda. Pada hasil penelitian ini akan dibagi menjadi tiga kategori diantaranya tinggi, sedang dan rendah.

Berdasarkan hasil uji deskriptif pada data empirik dapat diketahui bahwa tingkat kematangan emosi pada remaja akhir dengan kriteria penelitian yang berusia 18-21 tahun dan pernah mengalami putus cinta setelah berpacaran 2 tahun atau lebih. Hasil penelitian dari data empirik memperlihatkan bahwa remaja (mahasiswa/i) sebanyak 261 responden menggunakan metode *purposive sampling* berada pada kategori sedang. Pada kategori yang rendah sebanyak 48 responden yang dipersentasekan menjadi 18,4%, kategori sedang terdapat 205 responden yang dipersentasekan menjadi 78,5%, dan kategori tinggi sebanyak 3,1% dengan responden sebanyak 8 (responden).

Pada kematangan emosi terdapat faktor yang mempengaruhi kematangan emosi dari tiap-tiap individu. Hurlock (1980) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah sebagai berikut :

- 1) Jenis kelamin yaitu terdiri dari laki-laki dan perempuan, dan masing-masing jenis kelamin memiliki kematangan emosi yang berbeda-beda, menurut Manoharan & Doss (dalam Hurlock, 1980) menyatakan bahwa perempuan memiliki tingkat kematangan emosi lebih tinggi dibandingkan laki-laki.
- 2) Usia merupakan faktor kematangan emosi yang dialami oleh individu akan berjalan sejalan dengan bertambahnya usia karena dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisik-fisiologis individu,

dan aspek itu dengan sendirinya akan beriringan dengan bertambahnya usia.

- 3) Pola asuh orang tua yaitu faktor kematangan emosi yang berkaitan pada diri individu dalam bersikap, serta berperilaku sesuai dengan hal yang telah terdidik sejak bayi hingga perilaku dewasa nanti.
- 4) Lingkungan merupakan faktor dimana kematangan emosi terbentuk dari keberadaan Individu pada lingkungannya, dan dikatakan matang apabila telah mampu menghargai perbedaan yang ada disekitarnya dengan tidak memaksakan orang lain seperti dirinya.

Faktor-faktor tersebut yang sedang terjadi pada mahasiswa/i salah satu Universitas di Malang, dalam kasus putus cinta dari tiap-tiap remaja sangat berbeda dengan kematangan emosi yang juga berbeda. Sehingga beberapa remaja kesulitan mengatur emosi dalam kasus putus cinta. Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Menurut Atkinson (1983, dalam Fitri & Adelya, 2017) Kematangan emosi sangatlah penting dicapai oleh seorang remaja dengan memulai keterbukaan perasaan terhadap orang lain, melakukan latihan fisik, bermain atau bekerja, tertawa atau menangis, sehingga timbulnya rasa aman dalam hubungan sosial dan dapat mengontrol emosi dengan stabil. Maka dapat disimpulkan, kematangan emosi sangat penting bagi seorang remaja.

Hasil pada kategori sedang menunjukkan bahwa para remaja akhir ini memiliki kematangan emosi yang baik untuk menangani masalah pribadi

dalam putus cinta. Pada penelitian Nurlitasari & Rohmatun (2017), menjelaskan bahwa kematangan emosi pada individu bisa dilihat dengan bagaimana individu dapat memecahkan konflik yang dihadapi, mengatasi kesulitan, bisa disebut dengan seseorang yang mau bekerja keras tanpa mengeluh dan selalu bisa melakukan segala hal serta mempunyai keyakinan yang kuat untuk melakukan aktifitasnya dan secara emosi pada tiap-tiap individu tidak langsung menunjukkan kualitas namun dapat mengetahui segala bentuk emosi pada diri sendiri. Pada emosi yang kemudian dikelola dan digunakan untuk memberi motivasi terhadap diri sendiri dapat memberikan manfaat dalam hubungannya dengan orang lain, sehingga individu akan dapat membangun hubungan yang produktif dan meraih keberhasilan secara optimal sekalipun individu sedang menghadapi masalah (Nurlitasari & Rohmatun, 2017).

Al-qur'an menjelaskan dalam surah QS. Ali Imran, 3: 186, seseorang seharusnya lebih bersabar dalam menghadapi semua hal yang berkaitan dengan emosi ayatnya adalah sebagai berikut :

﴿لَنُبَلِّغَنَّكُمْ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعَنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا ۖ وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ﴾

Artinya :

Kamu sungguh-sungguh akan diuji terhadap hartamu dan dirimu. Dan (juga) kamu sungguh-sungguh akan mendengar dari orang-orang yang diberi kitab sebelum kamu dan dari orang-orang yang

mempersekutukan Allah, gangguan yang banyak yang menyakitkan hati. Jika kamu bersabar dan bertakwa, maka sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang patut diutamakan (QS. Ali Imran, 3: 186).

Berikut tafsir ayat dari QS. Ali Imran, 3: 186: *“Kalian akan mendengar banyak gangguan seperti kutukan, cacian dan makian atas kehormatan dan agama kalian dari orang-orang Yahudi, nasrani, dan orang-orang musyrik selain ahli kitab. Jika kalian bersabar atas gangguan itu dan bertakwa kepada Allah dengan menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Maka kesabaran dan ketakwaan itu adalah sesuatu yang harus diputuskan, yaitu sesuatu yang harus kalian putuskan.”* (tafsirweb.com, Diakses 15 oktober 2020, pukul 21:26 wita).

Penjelasan di atas sudah sangat jelas bahwa seseorang yang memiliki kematangan emosi yang baik akan mencapai semua hal dengan baik pula. Remaja akhir yang memiliki kematangan emosi akan menghadapi segalanya dengan lapang dan semakin menjadi matang emosinya. Meskipun segalanya telah berakhir dalam sebuah masalah dengan kematangan emosi, maka akan menjadikan pelajaran dan kedepannya lebih bijak mengikuti aturan-aturan yang ada untuk menjalin sebuah hubungan pada waktu yang tepat serta dapat tidak mengulang kesalahan.

## 2. Tingkat *forgiveness* pada remaja

Menurut Thompson, *et al.* (2005) *forgiveness* yaitu sebagai upaya untuk menempatkan sebuah peristiwa pelanggaran yang dirasakan sedemikian rupa hingga respon dari seseorang terhadap pelaku, peristiwa, dan akibat dari pelanggaran tersebut. Perilaku tersebut diubah dari negatif menjadi netral atau positif. Sumber pelanggaran tersebut dan objek dari *forgiveness* dapat berasal dari diri sendiri, antara manusia dengan manusia, dan situasi yang terjadi melebihi batas kontrol manusia. Saat memaafkan dari masing-masing individu pasti memiliki tingkat memaafkan yang berbeda-beda, biasanya dibagi menjadi tinggi, sedang dan rendah.

Hasil penelitian memperlihatkan kategori *forgiveness* pada remaja yang sesuai dengan data empirik yaitu, kategori sedang 57,5% sebanyak 150 (responden), kategori tinggi 42,1% sebanyak 110 (responden), dan kategori rendah sebanyak 0,4% dengan responden sebanyak 1 (responden). Hal ini berarti bahwa hasil penelitian dari tingkat *forgiveness* didominasi kategori sedang yang hasilnya rata-rata sebagian dapat memaafkan dengan cukup baik dan sebagian lainnya kurang memaafkan.

Cara memaafkan pada setiap individu pasti sangat berbeda namun berikut beberapa faktor yang mempengaruhi pemaafan seseorang. Menurut McCullough (1997) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pemaafan yang dibagi menjadi dua yaitu :

- 1) Faktor internal, yang pertama ada karakteristik kepribadian merupakan hal yang tumbuh teratur dan seiring waktu mengalami

perubahan dari kepriadian seseorang. Kedua religiusitas adalah internalisasi nilai-nilai agama yang meliputi dimensi akidah, ibadah, akhlak, ihsan, dan ilmu agama. Religiusitas dapat mempengaruhi dalam segi seberapa ia mengerti dan belajar dalam apa yang dipercayainya. Ketiga ada jenis kelamin, dalam beberapa penelitian mengatakan bahwa laki-laki dan perempuan jika memaafkan, memiliki pemaafan yang cenderung sama. Hanya saja laki-laki lebih mudah memaafkan dibandingkan perempuan. Hal tersebut terjadi karena perempuan memiliki ekspektasi atau pengharapan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Keempat, usia yang menjadi penentu pemaafan berdasarkan pengalaman selama hidup dan kematangan emosi seseorang dalam menjalani kehidupan di lingkungannya.

- 2) Faktor eksternal ada dua, yang pertama, Keterikatan interpersonal merupakan suatu situasi dimana individu akan mempertimbangkan kehadiran orang lain yang dikenal dalam usaha pengambilan keputusan atas hal-hal penting dikehidupannya, khususnya jika berkaitan dengan hubungan interpersonal. Kedua ada pendidikan, pendidikan akan mempengaruhi saat memaafkan seseorang karena semakin ia berpengalaman pendidikan maka akan lebih mudah untuk memaafkan.

Faktor-faktor pemaafan diatas sangat jelas bahwa contohnya saat seseorang memiliki pendidikan yang tinggi otomatis akan berpengalaman, ilmu akan luas mengajarnya mengenai manfaat pemaafan. Menurut

penelitian dari Worthington & Scherer (2004), *Forgiveness* (memafkan) merupakan salah satu cara *coping* dari masalah apapun yang berfokus pada emosi terkait dengan serangkaian emosi positif lain juga berfokus misalnya empati, simpati, belas kasih. *Coping* tersebut yang membantu menetralkan atau mengganti emosi negatif menjadi emosi yang sangat positif tersebut.

Sebuah hadits menyatakan perintah untuk berusaha untuk meminta maaf atau dimaafkan agar dihalalkan dosa-dosa kita kepada saudara kita. Hal ini sebagaimana diungkapkan sebuah hadis Nabi saw. Abu Hurairah berkata, telah bersabda Rasulullah saw, "*Barangsiapa pernah melakukan kezaliman terhadap saudaranya, baik menyangkut kehormatannya atau sesuatu yang lain, maka hendaklah ia minta dihalalkan darinya hari ini, sebelum dinar dan dirham tidak berguna lagi (hari kiamat). (Kelak) jika dia memiliki amal shaleh, akan diambil darinya seukuran kezalimannya. Dan jika dia tidak mempunyai kebaikan (lagi), akan diambil dari keburukan saudara (yang dizalimi) kemudian dibenankan kepadanya.* (HR al-Bukhari). Dari hadits yang telah disebutkan kita diminta meminta maaf yang merupakan salah satu bentuk kerendahhatian (*tawadhu'*) pribadi dan tentu juga merupakan salah satu bentuk keberanian manusia karena dengan meminta maaf akan menjadi pilihan yang lebih menjamin kepastian dihapuskannya dosa-dosa (Khasan, 2017).

Penelitian dari Post dan Neimark (dalam Lestari & Agung, 2016), Semakin penuh suatu permintaan maaf akan dapat mengakui tanggung jawab atas sebuah kesalahan, mengungkapkan penyesalan, dan menawarkan untuk

memperbaiki keadaan-semakin besar pula kekuatannya. Peneliti lainnya menemukan bahwa saat meminta maaf itu adalah cara yang sangat efektif dalam mengatasi konflik interpersonal, karena permintaan maaf merupakan sebuah tanggung jawab tidak bersyarat dari kesalahan yang diperbuat dan berkomitmen untuk memparbaikinya (Darby & Schlenker, 1982).

### **3. Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Forgiveness pada Remaja yang Pernah Mengalami Putus Cinta**

Hasil penelitian ini dengan analisis hipotesis menunjukkan bahwa terbukti adanya hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta yang menggunakan responden dari mahasiswa/i angkatan 2019. Berdasarkan hasil tersebut dari data empirik yang menunjukkan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara kematangan emosi dan *forgiveness* dengan hasil analisis uji hipotesis diketahui bahwa kematangan emosi dan *forgiveness* memiliki nilai yang signifikan ( $p$ ) sebesar 0.504 yang berarti adanya hubungan positif yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikan ( $p$ ) sebesar 0,000 ( $<0.05$ ). Jadi, hipotesis yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan *forgiveness* dinyatakan diterima.

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan *forgiveness*, artinya semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi pula *forgiveness*-nya begitu juga sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah



*forgiveness*-nya. Hal ini dapat diartikan bahwa remaja memiliki kematangan emosi yang tinggi saat putus cinta, berkorelasi secara positif dengan *forgiveness* sehingga mereka lebih adaptif. Sebaliknya remaja dengan kematangan emosi rendah pasca putus cinta, maka kecenderungan memiliki perilaku memaafkan juga rendah.

Agama Islam mengajarkan seseorang laki-laki dan perempuan seharusnya menjaga hubungan dengan tidak berpacaran, seperti yang tertulis di Al-Qur'an dalam surah Al-Isra ayat 32 karena berpacaran adalah salah satu jalan mendekati zina. Allah SWT melarang hamba-hambanya untuk mendekati zina sesuai dengan firman-Nya yang artinya "*Janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk*" (QS. Al-Isra ayat 32). Ketika Allah sudah mengatur ada cara yang terbaik dalam menjalani hubungan antar lawan jenis dengan *ta'aruf* (hubungan menuju pernikahan), sebagai remaja harus berhati-hati agar tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain dalam kasus putus cinta.

Pemutusan hubungan atau putus cinta memiliki dampak reaksi yang beragam, baik dalam segi emosi, segi perilaku maupun segi kognitif. (Rumondor, 2016). Putus cinta merupakan kejadian yang sangat membekas bagi seseorang. Mereka yang merasakan putus cinta akan merasa sedih, merasa dikhianati, atau memang sudah menjadi keputusan bagi masing-masing individu. Penelitian Sbarra & Emery (2005) memperlihatkan bahwa setelah putus cinta, seseorang merasakan emosi negatif seperti sedih dan

kurang merasakan cinta. Timbulnya perasaan atau emosi tersebut diperlukan tindakan dari diri sendiri dalam mengatasi segala bentuk emosi tersebut.

Remaja banyak yang tidak mengetahui untuk keluar dari masalah putus cinta yang berakibat banyak beberapa remaja mengalami depresi. Kematangan emosi dalam remaja sangat diperlukan karena untuk menghadapi masalah-masalah individual ataupun sosial. Mudjiran, (dalam Fitri & Adelya, 2017) menjelaskan bahwa seseorang yang telah mencapai kematangan emosi dapat dilihat dengan ciri-ciri perilaku, mandiri, mampu menerima diri, mengekspresikan emosi, dan mengendalikan emosi. Ciri yang pertama mandiri dalam arti emosional yang berarti individu mampu mempertanggungjawabkan emosi yang ditunjukkan. Selanjutnya kedua, mampu menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya yang berarti individu tidak cenderung menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas kegagalan yang dialaminya. Ketiga, individu mampu mengekspresikan emosi sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada. Keempat, individu mampu mengendalikan emosi-emosi negatif sehingga permasalahannya tidak impulsif.

Kematangan emosi merupakan hal yang sangat penting bagi seseorang dalam menjalin hubungan percintaan maupun kehidupan pribadi dalam pengambilan keputusan tentang diri sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Ulfah (2016), remaja perlu memiliki kematangan emosi yang baik sebelum memutuskan untuk menjalin hubungan karena dengan kematangan emosi yang baik remaja akan mampu mengendalikan segala bentuk emosi

negatif yang muncul setelah berpisah dari mantan pacar dan mengedepankan emosi positif yang mampu memicu timbulnya kebahagiaan. Remaja yang kurang mengetahui manfaat dari putus cinta bisa menimbulkan kebahagiaan berkaitan dengan hubungan dengan lawan jenis, jadi mereka jatuh lagi dalam masalah yang sama.

Remaja yang memberikan reaksi emosi secara stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain dikatakan telah mencapai kematangan emosi (Nurihsan dan Agustin, 2011). Burney (dalam Anderson 2006) berpendapat bahwa individu yang menunjukkan kontrol emosi yang baik memiliki kapasitas perilaku yang dapat menangani kemarahannya. Hal ini berhubungan dengan bagaimana individu memberikan maaf. *Forgiveness* adalah kesediaan meninggalkan atau berhenti dalam mengungkit kesalahan yang dilakukan oleh seseorang telah menyakiti hati atau melakukan suatu perbuatan salah pada individu lain (McCullough, 2001). Penelitian ini juga selaras dengan McCullough dan Worthington (1995) yang menyatakan bahwa memaafkan bisa membuktikan dapat mencegah masalah dan meningkatkan kesejahteraan.

Penelitian Thompson, *et al.* (2005) juga menemukan bahwa *forgiveness* memiliki hubungan yang signifikan dengan diri sendiri, orang lain, dan situasi. *Forgiveness* artinya tidak hanya terjadi pada hubungan interpersonal atau antara manusia dengan manusia, namun *forgiveness* juga dapat terjadi pada diri sendiri, dan situasi. Penelitian yang dilakukan Exline, Yali, dan Lobel tahun 1999 (dalam Thompson *et al.*, 2005) menemukan

bahwa Setelah diteliti untuk kesulitan memaafkan diri sendiri dan orang lain, kesulitan memaafkan keadaan memiliki sumbangsih yang cukup besar dalam perasaan gelisah dan depresi dikalangan mahasiswa. Oleh karena itu, perlu adanya pemaafan yang baik untuk menerima keadaan putus cinta atau putusnya hubungan interpersonal.

Enright dan *Human Development Study Group* mendefinisikan bahwa pemaafan sebagai kesediaan untuk menghentikan kemarahan, menghakimi dengan negatif, dan tidak menghindari yang telah menyakiti, mengembangkan rasa kasihan dan bahkan merubahnya menjadi cinta (Purba & kusumawati, 2019). Menurut Setyana (2013) memaafkan merupakan hal yang baik dalam berperilaku dan merubah diri sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya.

Hubungan kematangan emosi dan kecenderungan memaafkan remaja akhir dalam penelitian Paramitasari & Alfian (2012), hubungan ini merupakan korelasi positif sehingga semakin tinggi kematangan emosi maka semakin besar kecenderungan memaafkan remaja akhir. Menurut Hurlock (dalam Komarudin, 2016), remaja yang emosinya telah matang dapat memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi ke emosi seperti sebelumnya. Remaja akan paham bahwa kematangan emosi dan memaafkan baik untuk menghindari dari sakitnya putus cinta dan diusahakan tidak mengulang berpacaran.

Pada penelitian yang sesuai dengan hasil hipotesis dalam penelitian ini adalah penelitian dari Widasuari & Laksmiwati (2018) yang mengatakan

*forgiveness* menjadi wujud dari kematangan emosi pada remaja akhir. Sebab dengan *forgiveness* yang berdasarkan pada komitmen untuk memperbaiki hubungan dan sebagai pertanggung jawaban tanpa syarat dari dalam diri individu akan mengurangi dorongan untuk melakukan balas dendam terhadap perlakuan menyakitkan sebelumnya. Maka, penting adanya variabel kematangan emosi dan *fogiveness* dalam individu menghadapi permasalahan putus cinta, supaya tidak berdampak negatif bagi individu dalam mengambil keputusan atau kebijakan jalan kehidupan yang akan datang.

Remaja memiliki tugas perkembangan yang lebih penting dibandingkan dengan menjalin hubungan asmara dengan berpacaran yang telah jelas dilarang Agama Islam. Tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Havighurst (dalam Putro, 2017), sebagai berikut:

- 1) Perubahan fisik yang dialami oleh remaja harus diterima dengan melakukan peran sesuai jenisnya secara efektif dan merasa puas terhadap keadaan tersebut.
- 2) Peranan sosial dengan teman sebaya, baik teman sejenis maupun lawan jenis harus belajar menerima dengan baik cara bersosialisasinya.
- 3) Mencapai kebebasan dari ketergantungan terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya.
- 4) Kehidupan bermasyarakat, harus mengembangkan kecakapan intelektual dan konsep-konsep bermasyarakat.

- 5) Kebebasan ekonomi, bahwa suatu saat harus mampu berdiri sendiri dalam bidang ekonomi.
- 6) Mempersiapkan diri untuk menentukan suatu pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan kemampuannya.
- 7) Bertanggung jawab dalam memahami dan mampu bertindak laku sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku.
- 8) Memperoleh informasi tentang pernikahan dan mempersiapkan diri untuk berkeluarga.

Dari penjelasan terkait tugas perkembangan remaja di atas banyak yang bisa dilakukan oleh remaja (mahasiswa) dengan berkreasi, belajar, berorganisasi dan bebas bersosialisasi dengan siapapun contohnya sahabat atau teman agar mendapatkan hal-hal yang positif daripada menjalin hubungan asmara yang belum tepat waktu dengan lawan jenis serta berakibat merugikan diri sendiri setelah putus cinta.

Pada penelitian ini yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa, kematangan emosi sangat diperlukan bagi remaja dan *forgiveness* adalah solusi yang baik dalam menghadapi setiap masalah. Jika remaja telah mencapai kematangan emosi dan mempunyai *forgiveness* yang baik maka remaja akan bijak dalam memilih hubungan serta tidak mengulang kesalahan dengan menjalin pacaran yang sudah jelas dilarang agama, karena merupakan salah satu hubungan yang mendekati zina.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data mengenai penelitian tentang hubungan antara kematangan emosi dan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta, maka dapat diambil kesimpulan:

1. Berdasarkan hasil analisis data dengan hasil uji deskriptif diperoleh bahwa tingkat kematangan emosi pada remaja akhir (mahasiswa angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang) berada pada kategori sedang. Artinya bahwa sebagian besar remaja memiliki kematangan emosi yang baik dan sebagian belum maksimal. Para remaja sudah mampu bangkit secara emosi, dan cukup mampu untuk menjaga emosinya serta cukup berfikir bahwa mampu untuk lebih matang emosinya. Lebih lanjut tingkat kematangan emosi remaja akhir berada pada kategori sedang karena dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: usia, jenis kelamin, lingkungan, dan pola asuh orang tua.
2. Tingkat *forgiveness* pada remaja akhir (mahasiswa angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang) berada pada kategori sedang dengan hasil uji deskriptif. Artinya tingkat *forgiveness* pada remaja akhir memiliki perilaku *forgiveness* cukup baik, namun sebagian kurang maksimal. Para remaja yang memiliki *forgiveness* baik maka akan menghadapi masalah dengan lapang jika tidak akan sebaliknya. Lebih lanjutnya *forgiveness* memiliki tingkat sedang dengan beberapa faktor internal (karakteristik kepribadian,

religiusitas, jenis kelamin, dan usia) dan faktor eksternal (Keterikatan interpersonal dan pendidikan).

3. Hubungan kematangan Emosi dengan *Forgiveness* Remaja yang pernah mengalai Putus Cinta, Hasil analisa menunjukkan terhadap hubungan yang signifikan positif antara kematangan Emosi dengan *Forgiveness*. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan *forgiveness*. semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi pula *forgiveness*-nya begitu juga sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah *forgiveness*-nya.

#### 4. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian ini perlu adanya tindak lanjut untuk menghubungkan antara kematangan emosi dan *forgiveness* agar hasil pengaruh kematangan emosi bisa lebih jelas. Hasil penelitian ini memerlukan perhatian dari berbagai pihak, diantaranya :

##### 1) Subjek :

Mahasiswa (remaja akhir) yang telah mengalami kejadian yang sama dengan penelitian ini, diharapkan mampu meningkatkan kematangan emosi sehingga akan meningkatkan rasa memafkan dalam menghadapi masalah dan juga tidak mengulang berhubungan pacaran. Subjek bisa melakukan kegiatan lain dengan fokus belajar, berorganisasi serta mengembangkan diri daripada harus memikirkan hubungan asmara yang belum tepat pada waktunya, sehingga hal-hal positif yang akan datang.



2) Bagi peneliti selanjutnya :

Bagi peneliti selanjutnya hendaknya mampu mengembangkan pengetahuan tentang kematangan emosi dan *forgiveness* dalam ruang lingkup yang lebih luas, seperti apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi atau memberikan suatu pelatihan untuk meningkatkan kematangan emosi dan *forgiveness*. Peneliti selanjutnya dapat mengambil tema atau fenomena remaja / dewasa lainnya, seperti terkait akademik atau kesiapan karir.

#### **B. Keterbatasan Penelitian**

Pada saat mengerjakan peneliti guna tugas akhir skripsi ini, peneliti memiliki keterbatasan, diantaranya adalah keterbatasan dalam mengambil data penelitian. Peneliti menyebarkan kuesioner penelitian melalui *google form* adalah opsi kedua dari penelitian langsung menggunakan skala dalam kertas dikarenakan wabah COVID-19. Sebagian peneliti memiliki keterbatasan dalam akses kepada para responden seerti tidak tersedianya nomor telepon dari masing-masing keseluruhan populasi yang dapat dihubungi, dan sebagainya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, M.A. (2006). *The Relationship Among Resilience, Forgiveness, And Anger Expression In Adolescents*. Maine: The university of maine.
- Agustin, M., & Nurihsan, A. J. (2011). *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Ansari, M. (2015). "Role of Emotional Maturity on Stress among Undergraduate Students." *The International Journal of Indian Psychology*, 19-25.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Atrup, & Anisa, Y. (2018). Hipnoterapi Teknik Part Therapy untuk Menangani Siswa Kecewa Akibat Putus Hubungan Cinta pada Siswa Menengah Kejuruan. *PINUS*, 21-29.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bierman, K., & Welsh, J.A. (2000). Assessing social dysfunction : *The contributions of laboratory and performance-based measures*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29, 526-539
- Chaplin J.P. (2009) *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Cole, L.C. A (1994) *Textbook of Child Development*. Mac Millan India Limited, New Delhi, 1944 pp. 101-102.
- Duck, S; Rollie, S.S. (2006). "Divorce and Dissolution of Romantic Relationships: Stage Models and Their Limitation". *dalam Fine, Mark A. (Ed); Harvey, John H. (Ed), (2006)*. Handbook of divorce and relationship dissolution., (pp. 223-240). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates.
- Dwityaputri, Y. K., & Sakti, H. (2015). "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Forgiveness Pada Siswa di SMA Islam Cikal Harapan BSD". *Jurnal Empati*, 20-25. Tangerang Selatan.
- Feist, J., Feist. G. J. 2013. *Teori Kepribadian Jilid 1*. Jakarta Salemba.
- Firouzabadi, B. H. (2011). *The Impact of Emotional Maturity Factord on Prediction of Marital Satisfaction Among Nurses in Karaj*. *US-China Education Review B* 3, 447-456.
- Fitri, Nia Febbiyani & Adelya, Bunga (2017). "Kematangan Emosi Remaja Dalam Pengentasan Masalah". *Jurnal Penelitian Guru Indonesia, Vol 2 No 2*. IICET Journal Publication.
- Girard M. & Mullet, E. (1997). "Forgiveness in Adolescent, Young, Middle Aged, and Older Adult." *Journal of Adult development vol.4 no.4*

- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Gramedia.
- Idrus, M. (2009). *Metode penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta: PT. Gelora Akasara Pratama.
- Johns, N., Mathew, J., & Mathai, S. (2016). Emotional Maturity and Loneliness as Correlates of Life Satisfaction Among Adolescent. *IRA-International Journal of Management & Social Sciences*, 558-567.
- Karremans; J.C, Paul; Van Lange, A.M. & Ourwerkerk (2013) *When Forgiving Enhances Psychological Well-Being: The Role Interpersonal Commitment*. *Journal of personality and social psychology* 34 (5),1011-1026.
- King, L.A. (2012). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif* (edisi pertama). Jakarta: Salemba Humanika
- Khasan, Moh. (2017). "Perspektif Islam dan Psikologi Tentang Pemaafan". *Jurnal at-Taqaddun, vol 9, no 1*. Semarang
- Komarudin, 2016. "Membentuk Kematangan Emosi dan Kekuatan Berpikir Positif Pada Remaja Melalui Pendidikan Jasmani". *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, volume 12, no. 2*. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Olahraga fakultas Ilmu Keolahragaan universitas Negeri Yogyakarta.
- Lestari, Dwi Indra & Agung, Ivan Muhammad (2016), "Empati Dan Pemaafan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Suska Riau". *Studia Insania, Vol. 4, No. 2, Hal. 137 -146*. Riau : Fakultas Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau.
- Muawanah , L., & Pratikto, H. (2012). Kematangan emosi, Konsep diri dan Kenalakan remaja. *Jurnal Psikologi*, 490-500.
- McCullough, M.E., & Worthington E.L. (1995). Promoting *forgiveness*: A comparison of two brief psychoeducational interventions with a waiting list control. *Journal of Counseling and Values*, 40, 55-68 (online). (<https://miami.pure.elsevier.com/en/publications/promoting-forgiveness-a-comparison-of-two-brief-psychoeducational>)
- McCullough, Michael E. (2000). "Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well-Being." *Journal of social and clinical psychology, vol. 19. no. 1. 2000. pp. 43-55*
- McCullough, Michael E., Worthington, Evverett.L, & Rachal, Kenneth C, (1997), "Interpersonal Forgiving in Close Relationships". *Journal of social and clinical psychology*.
- Mulyani, Sri & Afandi, Agus A, (2016), "Hubungan Kegagalan Cinta Dengan Terjadinya Kejadian Depresi Pada Remaja". *Lpm Akses Rajekwesi Bojonegoro*.

- Murray. J. (1997). *Are You Growing Up, Or Just Getting Older?*. <http://www.sonic.net/~drmurray/maturity.htm> Diakses pada tanggal 1 juli 2020, pukul 14.00 WITA.
- Nashori, F. (2011). "Meningkatkan Kualitas Hidup dengan Pemaafan". *UNISIA*, 214-226.
- Nurlitasari, Dita & Rohmatun (2017), "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Rasa Empati Pada Mahasiswi Pendaki Gunung Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang" *Proyeksi, Vol.12 (1) 2017, 57-66* 57. Semarang : Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Paramitasari, Radhitia & Alfian, Ilham Nur (2012), "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Memaafkan Pada Remaja Akhir", *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan Vol. 1, No. 02*. urabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya.
- Purba, A., & Kusumawati, R. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan *Forgiveness* Pada Remaja Putus Cinta Akibat Perselingkuhan. *Psikologi Konseling*, 330-339.
- Putra, I Putu Brian Obie & Supriyadi. (2020). "Pengaruh outbound move on terhadap perilaku memaafkan dan penerimaan diri pada remaja patah hati di Denpasar". *Jurnal Psikologi Udayana*, 156-167. Bali.
- Putro, Khamim Zarkasih. (2017). "Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja". *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 25-32 online : [ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/](http://ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/)
- R. Bessel. (2004) *Love is not a game: but you should & know odds torrance*. California Personhood Press, 24.
- Rawat, Chanda & Gulati, Renu (2017). Effect of Home Environment and Peer Influence on Maturity. *Journal Social Science*. 15-18
- Rumondor, Pingkan Cynthia Belinda (2013) Gambaran Proses Putus Cinta pada Wanita Dewasa Muda di Jakarta. *Studi Kasus Article* · May 2013 DOI: 10.21512/humaniora.v4i1.3415
- Ru'iyah, Sutipyo, 2013. "Pengaruh Religiusitas Islam terhadap Pemaafan Pada Remaja Studi Kasus Di Madrasah Aliyah Negeri Iii Yogyakarta". *Al-Misbah (Jurnal Islamic Studies)*, Volume 01 No. 01. Yogyakarta : Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup Edisi 13 Jilid 1, Penerjemah: Widyasinta,B)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. (2011). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo
- Sbarra, D.A., Emery, R.E. (2005). The emotional sequelae of marital relationship dissolution: Analysis of change and intraindividual variability over time. *Personal*

- Schneiders, A. A. (1960). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sumiati, Ilsan & Sandjaja, Stefanus Soejanto (2013). “Hubungan Antara Memaafkan dengan Kematangan Diri Pada Remaja Akhir”. *Jurnal NOETIC Psychology Vol.3 No. 2*.
- Susanto, Ahmad. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Jakarta : Prenadamedia Group.
- Thompson, Laura Yamhure; Snyder, C. R. ; Hoffman, Lesa; Michael, Scott T; Heather N; Rasmussen; Billings, Laura S.; Heinze, Laura; Neufeld, Jason E.; Shorey, Hal S.; Roberts, Jessica C; & Roberts Danae E. (2005), *Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations*, *Journal Of Personality*.
- Toussaint, L., & Webb, J.R. (2005). Gender differences in the relationship between *empathy and forgiveness*. *Journal of Social Psychology*, 145(6), 673-685
- Ulfah, Dini Amalia, (2016). “Hubungan Kematangan Emosi dan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Mengalami Putus Cinta”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 9. No. 1*.
- Widasuari, Della & Laksmiwati, Hermien. (2018). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan *Forgiveness* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 05. No. 02
- Walgito, Bimo. (2005). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset
- Walgito, Bimo. (2007). *Bimbingan & Konseling Perkawinan*. Yogyakarta: ANDI.
- Walgito, Bimo. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: CV. AndiOffset
- Wardhati, L. T., & Faturachman. (2006). Psikologi Pemaafan. *Buletin Psikologi*.
- Wikipedia contributors, “Putus cinta”. *Wikipedia, the Free Encyclopedia*. Wikipedia, the Free Encyclopedia, 15 Mrt. 2019. Web. 15 mrt 2019, diakses 8 Sep 2019.
- Yuniardita, Martina I. (2015). “Kematangan Emosi Dengan Pemaafan Pada Remaja”. *Jurnal Cognicia, volume 3*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang.
- Yusuf, A. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

- Yusuf, A (2008). *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Yuwanto, L. (2011). Reaksi Umum Putus Cinta. [http://www.ubaya.ac.id/ubaya/articles\\_detail/24/Reaksi-Umum-Putus-Cinta.html](http://www.ubaya.ac.id/ubaya/articles_detail/24/Reaksi-Umum-Putus-Cinta.html). Diakses pada 27 Januari 2012 pukul 23:26 WIB.

## LAMPIRAN

### LAMPIRAN 1

#### Kuesioner Survey Putus Cinta

Nama :

Alamat email :

1. Pernahkah anda pacaran dan berakhir putus cinta?
2. Jelaskan apa penyebab anda putus cinta?
3. Apakah setelah putus anda dapat memaafkan diri sendiri dan mantan? Jelaskan!
4. Seberapa penting memaafkan dalam proses berakhirnya hubungan?
  - a. Penting banget
  - b. Tidak perlu
  - c. Lainnya :

#### Kuesioner Penyebaran Skala.

Jawablah berikut beberapa pertanyaan dengan jujur. Jika pernah menjalin hubungan pacaran 2 tahun atau lebih, maka boleh membuka halaman berikutnya!

- 1 Apakah anda pernah menjalin hubungan (pacaran) 2 tahun atau lebih?  
Jawab :
- 2 Apakah anda mengalamiS putus cinta setelah menjalani hubungan (pacaran) 2 tahun atau lebih tersebut?  
Jawab :
- 3 Apa yang membuat anda mengakhiri hubungan (putus cinta) tersebut ?  
Jawab :

**LAMPIRAN 2****SKALA KEMATANGAN EMOSI****Nama** :**NIM** :**Jurusan** :**Alamat email / No. HP** :**Petunjuk :**

Berikut ada beberapa pertanyaan dan silahkan menjawab dengan mengisi kolom dengan tanda (x).

Keterangan :

SS = Sangat Setuju;

S = Setuju;

TS = Tidak Setuju;

STS = Sangat Tidak Setuju

Jawablah sesuai dengan diri anda dan jujur!

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa mengalami stress.				
2.	Saya suka menghentikan pekerjaan yang belum tuntas.				
3.	Saya suka meminta bantuan orang lain untuk menyelesaikan pekerjaan diri sendiri.				
4.	Saya menemukan perbedaan antara keinginan dan tujuan diri sendiri.				
5.	Saya merasa mudah marah.				
6.	Saya merasa sangat keras kepala.				
7.	Saya merasa iri dengan orang lain.				
8.	Saya mudah larut dalam imajinasi dan lamunan.				
9.	Saya merasa rendah diri ketika gagal mencapai tujuan.				
10.	Saya mengalami rasa tidak nyaman dan tidak tenang dengan pikiran diri sendiri.				



11.	Saya suka menyindir orang lain.				
12.	Saya mencoba menyalahkan orang lain untuk kesalahan diri sendiri.				
13.	Ketika sudut pandangan saya berbeda dengan yang lain, saya berselisih dengan mereka.				
14.	Tingkah laku saya lebih agresif dari orang lain.				
15.	Saya merasa tenggelam dalam dunia imajinasi diri sendiri.				
16.	Saya merasa egois.				
17.	Saya merasa bahwa tidak puas dengan diri sendiri.				
18.	Saya memiliki hubungan yang kurang baik dengan teman sebaya.				
19.	Saya membenci orang lain.				
20.	Saya menghargai diri sendiri.				
21.	Saya menghindar untuk mengikuti perkumpulan sosial.				
22.	Saya menghabiskan banyak waktu untuk diri sendiri.				
23.	Saya suka berterus terang.				
24.	Meskipun saya tahu ada beberapa pekerjaan, saya berpura-pura seolah-olah tidak mengetahuinya.				
25.	Bahkan jika saya tidak mengetahui beberapa hal, saya bertingkah seperti mengetahuinya.				
26.	Mengetahui bahwa saya salah, alih-alih menerima itu, saya mencoba memastikan bahwa saya benar.				
27.	Saya menderita dari segala hal yang jauh dari harapan.				
28.	Saya kehilangan keseimbangan mental (ketenangan).				
29.	Saya mengikuti keinginan sendiri secara bebas tanpa memedulikan kode etik moral.				
30.	Saya merasa pesimis tentang kehidupan.				
31.	Saya memiliki kemauan/tekad yang lemah.				
32.	Saya menoleransi pandangan orang lain.				
33.	Saya menganggap diri sendiri mandiri.				

34.	Orang lain tidak sependapat dengan saya.				
35.	Saya suka menjadi pengikut.				
36.	Orang lain menganggap saya sebagai orang yang tidak bertanggung jawab.				
37.	Saya peduli atau perhatian pada tugas yang dikerjakan orang lain.				
38.	Saya mementingkan pekerjaan pribadi daripada pekerjaan orang lain.				

### LAMPIRAN 3

#### SKALA FORGIVENESS

Berikut ada beberapa pertanyaan dan silahkan menjawab dengan mengisi kolom dengan tanda (x).

Keterangan :

SS = Sangat Setuju;

S = Setuju;

TS = Tidak Setuju;

STS = Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Seiring berjalannya waktu, saya dapat memaafkan diri sendiri atas kesalahan yang telah saya perbuat.				
2.	Saya memendam rasa bersalah yang berlarut-larut terhadap kesalahan-kesalahan yang saya perbuat.				
3.	Mengambil pelajaran dari setiap kesalahan yang saya perbuat membantu saya untuk melupakannya.				
4.	Sangat sulit bagi saya untuk memaafkan diri sendiri setelah melakukan kesalahan.				
5.	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memahami kesalahan-kesalahan yang saya perbuat.				
6.	Saya tidak henti-hentinya mengkritik diri sendiri akan hal-				

	hal negatif yang saya rasakan, pikirkan, ucapkan, atau perbuat.				
7.	Saya terus-menerus membenci orang yang melakukan sesuatu yang salah menurut pandangan saya.				
8.	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memahami orang lain akan kesalahan-kesalahan yang mereka perbuat.				
9.	Saya terus-menerus bersikap sinis terhadap orang yang telah menyakiti saya.				
10.	Meskipun orang-orang telah menyakiti saya di masa lalu, saya perlahan-lahan bisa memandang mereka sebagai orang baik.				
11.	Apabila orang lain memperlakukan saya dengan tidak baik, saya akan terus-menerus berpikir buruk tentang mereka.				
12.	Ketika seseorang mengecewakan, saya perlahan-lahan akan bisa melupakannya.				
13.	Ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan karena situasi yang berada di luar kendali, saya akan terus berpikir negatif tentang hal itu.				
14.	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi hal-hal buruk yang terjadi di hidup saya.				
15.	Ketika saya merasa kecewa terhadap situasi yang berada di luar kendali, saya cenderung terus-menerus berpikiran negative tentang hal tersebut.				
16.	Saya perlahan-lahan dapat berdamai dengan hal-hal buruk yang terjadi dalam hidup saya.				
17.	Sangat sulit bagi saya untuk menerima kejadian buruk yang terjadi di luar kendali siapapun.				
18.	Perlahan-lahan, saya mampu meninggalkan pikiran-pikiran negatif akan kejadian-kejadian buruk yang terjadi di luar kendali.				

## LAMPIRAN 4

### HASIL UJI REALIABILITAS SKALA KEMATANGAN EMOSI

#### Reliability

#### Scale: KEMATANGAN EMOSI

##### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	261	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	261	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	31

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	81.4330	149.408	.432	.914
VAR00002	81.3716	150.665	.433	.914
VAR00005	81.7280	149.299	.466	.914
VAR00006	81.7510	148.826	.504	.913
VAR00007	81.5134	147.635	.567	.912
VAR00008	81.9349	149.823	.427	.914
VAR00009	81.8084	147.855	.568	.912
VAR00010	81.7395	148.263	.573	.912
VAR00011	81.0613	147.842	.538	.913
VAR00012	80.8199	150.310	.543	.913
VAR00013	81.2299	151.955	.391	.915
VAR00014	81.2797	149.656	.494	.913
VAR00015	81.6897	146.023	.596	.912
VAR00016	81.6245	146.835	.613	.911
VAR00017	81.8238	147.869	.541	.912
VAR00018	81.0881	148.881	.509	.913
VAR00019	80.8774	150.977	.454	.914
VAR00020	80.8238	154.715	.274	.916
VAR00021	81.1303	150.183	.432	.914
VAR00022	81.7280	151.799	.304	.916
VAR00024	81.1379	149.681	.495	.913

VAR00025	81.2759	151.947	.389	.915
VAR00026	81.2682	150.559	.465	.914
VAR00027	81.4330	147.746	.618	.911
VAR00028	81.3065	147.636	.552	.912
VAR00029	80.9540	149.675	.501	.913
VAR00030	81.2490	145.726	.668	.911
VAR00031	81.1801	147.756	.593	.912
VAR00034	81.5402	152.095	.381	.915
VAR00035	81.3678	153.272	.308	.916
VAR00036	81.1303	150.260	.485	.913

## LAMPIRAN 5

### HASIL UJI RELIABILITAS SKALA FORGIVENESS

#### Reliability

Scale: forgiveness

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	261	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	261	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.791	16

#### em-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	44.1801	27.979	.398	.780
VAR00002	45.1609	27.451	.263	.793
VAR00003	44.0575	28.616	.258	.789
VAR00004	45.0268	27.142	.330	.786
VAR00005	44.2107	28.728	.277	.787
VAR00007	44.6667	26.254	.504	.771
VAR00008	44.3946	28.694	.285	.787
VAR00009	44.5900	25.681	.540	.767
VAR00010	44.4100	27.551	.365	.782
VAR00011	44.7050	25.647	.566	.765

VAR00012	44.6590	27.587	.349	.783
VAR00013	44.8582	26.153	.517	.770
VAR00015	44.8889	26.245	.506	.771
VAR00016	44.4023	28.157	.350	.783
VAR00017	45.1533	27.553	.304	.787
VAR00018	44.4291	27.931	.407	.779

## LAMPIRAN 6

### HASIL UJI LINERARITAS

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
forgiveness kematangan emosi	*Between (Combined) Groups	33 71.318	56	60.202	2.668	.000
	Linearity	2022.233	1	2022.233	89.604	.000
	Deviation from Linearity	1349.085	55	24.529	1.087	.333
	Within Groups	4603.993	204	22.569		
	Total	7975.310	260			

## LAMPIRAN 7

## HASIL UJI NORMALITAS

## One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		261
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.78502374
Most Extreme Differences	Absolute	.057
	Positive	.057
	Negative	-.040
Kolmogorov-Smirnov Z		.922
Asymp. Sig. (2-tailed)		.363
a. Test distribution is Normal.		

## LAMPIRAN 8

## HASIL UJI KATEGORISASI KEMATANGAN EMOSI

## Frequencies

## Notes

Output Created		17-AUG-2020 14:34:43
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet8
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	261
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=kategorisasi /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.10

## Statistics

ke

N	Valid	261
	Missing	0

**KEMATANGAN EMOSI**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	8	3.1	3.1	3.1
Sedang	205	78.5	78.5	81.6
Tinggi	48	18.4	18.4	100.0
Total	261	100.0	100.0	

**LAMPIRAN 9****HASIL UJI KATEGORISASI TINGKAT FORGIVENESS****Notes**

Output Created		17-AUG-2020 14:43:16
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet10
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	261
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=kategorisasi /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.04

**Frequencies****Statistics**

FORGIVENESS

N	Valid	261
	Missing	0



**FORGIVENESS**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	1	.4	.4	.4
SEDANG	150	57.5	57.5	57.9
TINGGI	110	42.1	42.1	100.0
Total	261	100.0	100.0	

**LAMPIRAN 10****HASIL UJI HIPOTESIS****Notes**

Output Created		18-AUG-2020 11:46:30
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	261
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=kematangan forgiveness /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00.06
	Elapsed Time	00:00:00.05

**Correlations**

		kematangan emosi	forgiveness
kematangan emosi	Pearson Correlation	1	.504**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	261	261
Forgiveness	Pearson Correlation	.504**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	261	261

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**LAMPIRAN 11, SKOR RESPONDEN SKALA KEMATANGAN EMOSI**

KETERANGAN :

NO. : NORMOR RESPONDEN

U : UMUR

XI, X2, dst. : NOMOR ITEM SKALA

Tot : SKOR TOTAL RESPONDEN

NO	U	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35	X36	X37	X38	X39	X40	Tot	
1	19	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	2	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	1	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	106	
2	20	1	1	3	3	1	2	2	1	1	1	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	3	4	3	3	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	80	
3	19	2	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	117	
4	18	3	4	3	4	3	2	1	1	2	1	4	4	4	4	1	2	1	4	4	3	2	1	1	4	2	3	1	3	4	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	101
5	19	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	1	1	3	3	2	2	2	4	3	3	1	4	1	4	3	3	2	3	2	96	
6	19	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	102		
7	19	3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	1	3	2	1	3	1	3	3	3	4	2	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	1	92	
8	20	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	90	
9	19	2	3	1	4	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	1	4	2	4	4	4	1	1	1	4	3	3	3	3	4	3	3	1	4	3	3	3	3	2	3	2	104	
10	20	1	3	3	3	2	2	1	1	2	1	2	3	3	3	1	1	1	3	3	3	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	82		
11	19	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	98		
12	19	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	4	4	3	2	1	2	3	4	4	3	3	1	4	4	3	3	2	4	4	4	2	3	3	3	1	3	3	3	105		
13	19	2	2	2	3	1	2	2	4	1	2	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	4	2	3	3	3	3	104		
14	18	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	111	
15	18	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	1	1	3	3	3	3	4	4	4	4	1	3	2	3	4	3	1	107			

16	19	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	1	2	138			
17	20	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	106			
18	19	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	1	106		
19	20	4	2	3	2	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	2	2	4	4	2	3	2	2	2	1	4	4	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	112		
20	18	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	132			
21	19	4	4	2	3	2	2	4	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	3	4	112	
22	20	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	88	
23	19	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	109		
24	19	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	106		
25	19	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	104		
26	19	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	2	3	2	107		
27	19	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	107		
28	19	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	1	1	3	3	2	2	2	4	3	3	1	4	1	4	3	3	2	96	
29	19	2	2	4	4	3	2	4	2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	2	117	
30	19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	105	
31	20	3	2	3	3	2	2	1	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	98	
32	19	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	111	
33	19	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	3	3	2	3	4	3	4	4	1	3	3	3	4	3	3	128	
34	19	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	104	
35	20	3	4	3	4	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	4	3	2	111		
36	20	3	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	109		
37	20	3	2	2	3	2	3	2	2	1	3	4	2	3	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	2	95	
38	19	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	98	
39	19	2	2	2	3	1	1	2	1	2	1	4	3	2	3	3	1	1	2	3	2	3	2	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	83
40	19	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	101	

41	19	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	2	2	3	3	3	125
42	19	1	3	2	3	1	1	3	1	3	1	3	1	4	4	3	2	2	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	96
43	20	2	2	2	3	1	1	3	1	2	2	1	4	4	2	1	1	1	2	3	2	2	2	1	3	2	3	1	1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	81	
44	21	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	3	3	4	4	3	1	3	3	3	3	3	2	107	
45	19	1	1	3	4	2	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	4	3	4	4	4	2	1	1	2	2	2	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	2	4	110	
46	21	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	2	119	
47	20	3	4	3	3	1	2	3	4	1	2	4	4	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	1	3	4	3	3	1	2	3	2	4	4	1	113	
48	20	2	3	3	3	4	2	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	4	4	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	110	
49	19	3	3	4	3	3	3	3	1	2	2	4	4	4	4	1	3	2	4	3	3	2	1	1	4	4	4	2	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	107	
50	19	3	4	4	4	1	2	3	4	4	4	4	4	1	3	4	3	3	1	3	4	2	1	1	1	4	2	3	4	4	4	4	1	4	3	4	4	3	2	114	
51	19	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	2	4	4	4	1	4	1	3	4	4	2	117	
52	19	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	1	3	2	2	4	3	1	116	
53	19	1	1	3	4	2	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	4	3	4	4	4	2	1	1	2	2	2	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	2	4	110	
54	20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	116
55	19	4	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	4	2	3	3	3	1	4	4	4	4	4	1	2	2	2	2	3	4	2	2	1	4	3	3	3	4	1	103	
56	18	3	4	2	2	2	1	3	3	2	3	3	4	4	4	4	1	1	4	4	3	4	3	1	4	3	2	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	3	3	116	
57	19	3	2	3	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	112	
58	19	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	3	2	3	3	3	4	3	2	3	1	1	3	2	4	4	4	2	3	1	3	4	3	1	94	
59	19	2	3	3	3	2	2	1	1	1	1	3	3	3	2	1	2	1	3	2	4	3	2	1	4	3	3	2	2	4	3	2	1	4	3	2	4	4	2	92	
60	19	3	3	3	4	1	1	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	96	
61	19	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	118	
62	19	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	98	
63	19	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	95	
64	19	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	80
65	19	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	100	

66	18	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	94		
67	19	3	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	3	3	2	1	2	1	3	3	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	93	
68	19	4	4	3	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	138		
69	21	4	3	3	3	4	3	2	4	4	4	2	4	2	2	3	3	1	4	4	3	4	4	1	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	124	
70	19	1	3	2	4	1	2	2	2	3	1	3	3	2	3	1	3	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	3	2	3	3	3	1	4	3	3	3	4	1	96	
71	19	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	97	
72	19	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	102	
73	17	4	3	3	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	2	73
74	20	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	92
75	19	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	4	1	2	3	3	3	3	2	109		
76	20	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	2	101	
77	20	1	2	3	4	2	1	3	1	2	3	3	3	2	2	1	1	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	86	
78	21	3	4	4	3	1	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	4	4	2	99		
79	20	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	3	3	2	2	2	4	4	2	2	1	3	4	4	3	3	4	3	3	1	3	3	3	2	4	3	108	
80	19	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	105	
81	20	3	3	2	3	4	3	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	1	3	3	3	2	4	4	2	2	2	3	4	4	4	3	3	120	
82	19	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	4	3	1	1	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	94	
83	19	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	101	
84	19	3	2	4	3	2	2	2	2	3	3	4	4	3	4	2	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	3	3	1	3	3	1	116		
85	19	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	4	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	1	99	
86	19	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	1	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	110		
87	19	2	3	3	3	2	2	3	1	3	1	3	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	94	
88	19	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	3	2	98		
89	19	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	96	
90	19	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	99

91	19	2	4	3	2	2	3	3	1	2	2	4	4	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3	1	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	102	
92	18	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	3	1	1	3	1	3	2	2	2	1	2	3	1	68	
93	20	2	3	4	4	3	1	3	1	2	3	4	4	3	3	1	1	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	3	3	4	4	3	1	114		
94	19	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	1	3	1	3	2	3	2	87	
95	19	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	1	3	3	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	3	3	2	118	
96	19	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	1	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	122	
97	20	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	90	
98	20	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	104	
99	19	1	3	2	4	1	1	3	1	1	1	3	3	3	3	1	3	1	3	3	4	4	4	3	3	1	3	2	1	4	3	2	1	4	2	3	4	4	3	96	
100	19	2	2	3	2	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	2	95	
101	18	4	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	1	2	1	3	3	4	4	4	2	1	3	3	2	4	4	3	118	
102	19	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	100		
103	19	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	107	
104	20	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	92	
105	18	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	3	2	126	
106	19	4	2	3	3	4	3	2	1	2	2	4	4	3	3	1	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	98	
107	19	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	4	4	3	1	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	92	
108	18	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	89
109	19	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	109	
110	19	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	110	
111	20	1	1	3	4	1	1	3	1	1	2	4	4	1	1	1	1	1	4	4	2	3	1	1	2	2	3	1	2	4	1	3	1	4	2	3	2	4	1	81	
112	19	2	3	3	3	1	1	3	2	2	2	3	3	3	3	2	1	1	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	96	
113	19	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	4	4	2	3	2	3	4	3	3	1	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	108	
114	19	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	4	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	1	99	
115	19	4	4	2	3	2	2	4	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	3	4	112	

116	19	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	4	4	4	3	3	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	108	
117	18	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	104		
118	19	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	1	3	2	2	3	3	2	96		
119	19	2	2	3	2	3	4	3	2	2	2	4	4	3	4	2	3	2	4	3	3	4	2	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	110	
120	19	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	108		
121	20	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	90	
122	20	1	4	3	2	3	2	1	1	1	2	1	4	3	1	1	1	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	1	3	4	3	81	
123	19	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	1	3	4	4	4	3	3	124		
124	19	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	4	4	4	3	2	2	3	4	3	2	4	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	98	
125	20	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	102		
126	20	3	3	2	4	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	4	3	4	2	3	2	4	3	3	2	112	
127	20	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	3	2	3	2	2	90	
128	22	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	101		
129	22	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	100	
130	18	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	4	2	3	2	3	1	2	1	3	2	81	
131	19	4	4	2	4	4	2	3	1	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	1	2	3	3	1	3	4	4	4	4	1	4	1	3	4	4	3	107	
132	19	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	97	
133	19	2	2	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	96	
134	21	2	4	3	4	2	1	3	1	2	1	3	3	3	1	1	3	2	1	4	4	4	2	1	4	2	3	2	2	3	3	4	1	4	2	3	3	4	3	98	
135	18	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	101	
136	19	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	98
137	20	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	100	
138	19	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	98		
139	18	1	2	3	4	2	1	1	1	1	1	4	4	4	3	1	2	1	1	4	3	2	2	2	3	4	4	3	3	4	3	3	2	1	4	2	2	4	4	96	
140	18	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	1	2	2	2	3	4	2	4	4	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	96		

141	19	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	135				
142	19	3	3	3	2	2	4	2	4	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	101				
143	20	4	2	2	3	2	3	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	3	2	2	4	3	4	122			
144	19	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	4	4	3	4	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	99		
145	20	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	55			
146	19	1	1	2	4	1	1	2	1	1	1	3	2	2	2	2	1	1	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	85		
147	19	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	99			
148	20	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	2	1	2	2	3	3	2	4	3	4	1	3	3	3	3	3	3	109		
149	19	2	3	2	3	2	2	2	3	4	2	3	3	1	1	3	3	1	2	2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	4	1	1	4	1	4	2	2	2	94		
150	19	4	2	3	3	1	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	1	4	3	3	4	4	1	3	2	2	3	3	2	2	3	2	1	3	4	3	3	1	86		
151	19	2	3	3	2	1	1	2	1	1	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	4	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	4	3	3	4	91		
152	22	1	2	3	3	2	2	2	1	3	2	4	4	3	1	2	4	3	4	4	4	4	2	1	3	2	4	4	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	108			
153	19	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	98			
154	19	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	3	3	4	3	2	115			
155	19	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	82
156	19	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	4	4	116		
157	20	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	1	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	102		
158	18	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	4	3	3	2	1	2	2	4	4	3	3	1	1	1	3	2	2	1	3	2	3	1	3	2	2	4	4	3	84		
159	19	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	81	
160	19	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	2	3	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	4	4	3	95		
161	19	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	93		
162	19	4	4	2	4	2	4	4	1	4	2	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	3	1	4	4	3	2	4	4	4	2	1	2	3	3	4	4	4	122		
163	19	2	2	3	3	3	3	2	1	2	1	3	3	4	3	1	2	1	3	4	3	2	2	3	3	3	4	2	3	4	3	3	1	3	3	2	3	3	2	98		
164	19	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	89	
165	18	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	1	3	2	3	4	3	2	1	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	97	



166	21	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	104			
167	18	3	4	4	1	3	3	2	2	2	2	4	4	3	4	4	3	2	2	4	3	2	2	4	4	4	2	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	111			
168	19	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	2	2	1	4	3	3	4	3	2	1	3	4	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	98			
169	19	2	3	3	4	2	2	2	1	2	2	4	4	3	2	1	3	1	3	2	3	4	2	2	4	2	3	2	1	2	1	2	2	4	2	4	4	4	3	97		
170	18	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	96		
171	18	3	4	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	106		
172	19	3	2	2	3	1	1	2	1	1	1	2	3	2	3	1	1	1	3	4	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	2	1	78		
173	20	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	108
174	18	4	3	3	3	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	105	
175	20	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	97		
176	18	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	2	123	
177	19	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	2	4	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	1	2	3	1	3	4	3	108		
178	20	4	2	3	3	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	101		
179	18	1	3	3	4	3	4	4	1	2	2	3	4	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	1	4	4	3	3	2	4	4	3	1	3	3	3	4	4	2	110		
180	19	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2	3	3	3	2	2	2	4	4	3	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	4	2	2	1	4	4	94		
181	18	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	104		
182	19	1	1	2	4	2	3	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	3	1	4	1	61	
183	20	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	2	4	2	2	2	2	2	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	97		
184	19	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	107		
185	22	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	2	2	104			
186	19	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	108			
187	19	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	97		
188	18	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	3	2	2	2	2	4	4	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	104		
189	18	1	3	4	2	1	3	1	1	1	1	3	3	3	3	1	1	1	3	2	1	1	2	4	3	3	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	3	76		
190	19	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	94		

191	19	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	2	3	3	3	3	109		
192	19	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	102		
193	19	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	98				
194	19	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	3	2	2	3	3	2	92				
195	19	2	2	3	3	3	3	1	2	3	2	4	4	3	3	2	3	2	4	4	4	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	104		
196	20	3	3	2	4	1	1	3	3	1	2	2	3	2	1	2	2	1	3	2	4	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	4	2	3	1	87
197	20	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	106	
198	19	4	3	4	3	4	3	4	2	2	2	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	1	1	3	3	4	3	3	4	3	4	1	3	4	3	4	3	2	118		
199	19	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	4	4	3	1	2	1	3	4	4	3	3	3	3	2	1	3	3	3	4	4	1	2	3	3	3	2	2	102		
200	18	3	2	2	3	1	1	2	1	1	2	4	4	3	2	1	2	2	1	3	4	2	1	1	2	2	3	2	3	4	2	4	1	4	3	2	2	4	3	89		
201	19	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	94	
202	18	4	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	4	3	2	1	2	2	4	4	4	4	2	2	3	3	2	3	4	2	4	4	2	3	2	3	2	3	2	99		
203	19	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	1	2	2	2	4	3	1	3	3	1	2	2	2	3	3	3	99		
204	19	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	103	
205	20	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	105	
206	20	1	3	2	4	2	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	4	4	4	4	4	1	2	4	3	4	3	3	4	4	2	2	2	2	3	2	3	4	2	109	
207	18	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	102	
208	19	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	92		
209	19	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	91
210	19	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	111
211	19	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	107	
212	18	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	2	4	3	3	2	2	4	2	3	2	3	3	3	4	3	2	109		
213	19	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	108	
214	19	4	4	3	4	2	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	133		
215	19	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	1	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	93

216	20	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	108					
217	19	4	4	2	4	2	2	3	1	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	4	3	4	2	1	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	105		
218	19	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	99			
219	20	1	3	2	4	4	3	2	2	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	3	1	1	4	3	3	2	2	4	2	4	1	3	3	3	4	3	2	103		
220	18	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	3	4	3	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	97		
221	19	4	4	2	4	2	2	3	1	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	4	3	4	2	1	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	105		
222	19	2	4	4	4	2	3	2	4	3	2	4	3	3	2	4	2	3	2	4	4	2	1	1	3	2	4	4	4	4	4	4	2	1	4	1	3	4	2	1	108	
223	21	4	4	3	4	3	4	3	2	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	1	4	2	4	4	4	4	128			
224	19	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	4	1	3	3	3	3	3	3	113		
225	20	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	83
226	19	1	1	3	3	4	3	4	2	1	1	4	4	3	4	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	1	1	3	2	2	1	3	2	1	3	3	3	92		
227	20	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	2	2	1	3	2	3	3	4	4	104		
228	19	1	3	2	4	1	1	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	2	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	97		
229	20	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	2	3	4	4	2	107	
230	20	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	4	1	2	3	4	3	3	3	110		
231	19	3	2	3	3	2	2	3	1	1	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	1	1	4	2	2	2	4	3	3	3	1	3	3	3	2	4	2	99		
232	19	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	85	
233	19	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	89		
234	19	4	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	57		
235	20	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	2	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	97		
236	20	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	87		
237	20	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	102			
238	19	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	1	115			
239	20	3	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	99		
240	20	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	1	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	1	98		

241	18	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4	4	1	4	139		
242	19	3	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	4	4	3	3	3	1	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	2	2	3	3	4	118		
243	19	4	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	4	2	3	2	3	2	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	103		
244	20	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	3	4	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	117		
245	19	1	2	2	3	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	71		
246	19	3	3	2	4	2	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	1	2	3	2	2	3	4	2	2	2	3	2	2	3	3	2	96		
247	19	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	129		
248	19	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	113		
249	19	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	4	1	3	3	3	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	114	
250	20	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	2	4	3	2	126		
251	20	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	4	3	3	2	3	3	1	4	4	1	3	4	3	2	2	2	2	3	1	3	1	3	1	2	2	2	1	94		
252	19	3	3	4	3	1	2	1	3	3	3	3	4	4	1	1	3	1	4	4	4	3	1	1	2	4	3	4	3	4	3	2	1	2	4	1	3	4	1	101		
253	19	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	3	4	2	4	1	2	4	3	1	1	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	3	2	2	2	3	3	91		
254	19	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	86		
255	20	2	1	3	2	2	2	4	2	1	1	4	3	4	1	2	1	1	1	4	2	2	2	1	1	2	1	3	4	1	3	2	1	4	3	3	1	4	3	84		
256	19	3	2	2	2	3	4	3	2	2	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	107		
257	19	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	4	3	1	2	3	2	3	3	2	110		
258	20	1	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	73		
259	18	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	98
260	20	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	1	2	3	1	2	2	109		
261	20	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	94	

LAMPIRAN 12, SKOR RESPONDEN SKALA FORGIVENESS

## KETERANGAN :

NO. : NORMOR RESPONDEN

U : UMUR

XI, X2, dst. : NOMOR ITEM SKALA

Tot : SKOR TOTAL RESPONDEN

NO.	U	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	Tot.	
1	19	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	50
2	20	3	1	3	2	3	1	2	3	1	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	40
3	19	4	2	4	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	56
4	18	3	4	4	2	3	2	4	3	4	3	3	3	2	3	1	3	2	3	3	52
5	19	3	1	3	3	3	2	1	3	3	3	2	4	2	4	2	3	3	3	4	49
6	19	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
7	19	4	3	4	1	4	1	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	3	4	4	50
8	20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
9	19	3	4	4	4	4	1	3	4	1	4	1	4	1	4	3	4	2	4	4	55
10	20	4	1	4	1	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	49
11	19	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	51
12	19	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	64
13	19	4	2	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	57
14	18	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
15	18	3	4	4	3	4	1	1	4	1	1	2	2	2	4	2	3	2	3	3	46

16	19	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	57
17	20	4	1	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	53
18	19	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	53
19	20	3	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	3	4	4	3	61
20	18	4	3	4	3	3	2	4	1	4	4	4	3	3	1	3	2	4	3	55
21	19	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	58
22	20	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	48
23	19	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	59
24	19	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
25	19	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
26	19	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	59
27	19	3	1	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	49
28	19	3	1	3	3	3	2	1	3	3	3	2	4	2	4	2	3	3	4	49
29	19	4	2	4	3	4	1	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	4	59
30	19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
31	20	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	53
32	19	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	52
33	19	3	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	57
34	19	4	3	4	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	51
35	20	4	4	4	4	4	2	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	57
36	20	4	1	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	49
37	20	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	53
38	19	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	50
39	19	2	1	2	1	4	1	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	41
40	19	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	48

41	19	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	71
42	19	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	52
43	20	3	2	3	1	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	48
44	21	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	54
45	19	4	2	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	1	3	1	4	1	3	52
46	21	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	55
47	20	3	1	4	4	4	3	1	4	3	3	2	2	2	4	2	3	1	4	50
48	20	3	2	3	2	4	2	3	3	4	4	3	2	2	4	2	4	2	3	52
49	19	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	48
50	19	3	4	3	4	3	4	1	3	1	1	1	4	1	4	3	4	1	4	49
51	19	4	3	4	3	4	2	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	59
52	19	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	63
53	19	4	1	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	1	3	1	4	1	3	51
54	20	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	56
55	19	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	3	59
56	18	4	2	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	61
57	19	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	4	2	3	2	4	2	3	48
58	19	3	4	4	2	3	4	3	2	2	4	2	3	2	3	2	3	2	4	52
59	19	4	2	4	2	3	2	2	3	1	3	1	1	2	3	2	3	3	3	44
60	19	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	58
61	19	4	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
62	19	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	56
63	19	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
64	19	2	2	2	1	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	39
65	19	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	56

66	18	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	48
67	19	4	3	4	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	54
68	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72
69	21	4	1	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	57
70	19	4	3	4	2	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	63
71	19	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	47
72	19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	53
73	17	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	1	4	3	1	2	3	44
74	20	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	66
75	19	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	55
76	20	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	51
77	20	3	3	4	2	3	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	56
78	21	3	2	4	2	4	2	1	3	1	4	2	2	3	3	2	3	1	4	46
79	20	3	3	4	3	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	48
80	19	4	2	4	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	50
81	20	3	2	3	4	3	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	57
82	19	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	2	4	59
83	19	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	50
84	19	4	3	4	3	4	1	2	4	4	3	2	4	1	4	3	4	4	4	58
85	19	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	60
86	19	4	4	4	2	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	53
87	19	3	2	4	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	50
88	19	4	3	4	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	53
89	19	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	47
90	19	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	49





116	19	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	49
117	18	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	51
118	19	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	48
119	19	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	51
120	19	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	51
121	20	3	2	3	1	3	1	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	45
122	20	3	1	4	2	4	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	3	43
123	19	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	1	3	3	2	3	2	3	53
124	19	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	3	54
125	20	4	2	4	1	4	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	52
126	20	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	57
127	20	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	2	4	3	3	52
128	22	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
129	22	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	51
130	18	4	3	4	2	3	1	3	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	55
131	19	3	2	4	3	3	1	2	4	3	2	4	3	3	4	4	4	2	4	55
132	19	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	49
133	19	3	3	4	2	3	2	2	4	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	48
134	21	4	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	54
135	18	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	51
136	19	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	52
137	20	4	1	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	51
138	19	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	56
139	18	4	3	3	1	2	3	2	2	4	4	3	2	3	4	2	4	3	4	53
140	18	3	3	4	1	4	3	3	3	2	4	3	4	3	4	2	3	2	3	54

141	19	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	1	1	58
142	19	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	55
143	20	3	4	4	4	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	61
144	19	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	46
145	20	4	4	3	4	4	3	1	3	1	2	2	2	2	3	2	4	1	4	49
146	19	3	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	3	2	3	2	4	2	3	58
147	19	3	2	4	2	4	2	3	3	3	4	3	4	2	3	2	4	2	3	53
148	20	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	62
149	19	2	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	48
150	19	4	2	4	1	4	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	1	4	58
151	19	4	2	2	2	3	1	4	3	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	45
152	22	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	3	4	2	4	1	4	54
153	19	3	1	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	53
154	19	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
155	19	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	47
156	19	4	2	4	1	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	3	54
157	20	4	2	3	3	3	1	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	52
158	18	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	45
159	19	3	2	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	48
160	19	3	2	3	2	4	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	1	3	40
161	19	3	1	4	2	4	1	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	1	3	45
162	19	4	3	3	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	60
163	19	4	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	50
164	19	3	2	4	2	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	50
165	18	2	2	4	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	58

166	21	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	53
167	18	4	3	4	3	4	2	3	2	2	4	1	4	3	3	4	3	3	2	54
168	19	4	2	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	60
169	19	4	2	4	2	3	1	3	4	4	4	3	3	2	2	2	3	1	3	50
170	18	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	54
171	18	3	3	4	2	4	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	58
172	19	3	1	4	1	4	1	3	3	4	3	4	3	2	4	2	3	1	3	49
173	20	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	58
174	18	4	1	4	2	4	1	2	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	2	44
175	20	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
176	18	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	57
177	19	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	64
178	20	3	3	3	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	51
179	18	3	1	2	1	4	1	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	52
180	19	3	2	4	1	4	1	1	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	4	53
181	18	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	51
182	19	4	1	4	2	4	2	1	4	2	4	1	3	1	4	1	4	1	4	47
183	20	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	2	2	3	50
184	19	3	1	4	3	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	48
185	22	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	40
186	19	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	49
187	19	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	49
188	18	3	1	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	58
189	18	2	1	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	1	1	4	1	36
190	19	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	50









191	19	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	59
192	19	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
193	19	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	48
194	19	4	3	4	3	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	51
195	19	3	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	61
196	20	4	1	4	1	4	1	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	53
197	20	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	50
198	19	4	1	4	1	4	2	4	3	4	2	4	3	2	4	4	4	3	4	57
199	19	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	64
200	18	4	1	4	3	4	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	59
201	19	3	2	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	48
202	18	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	57
203	19	4	3	4	2	4	3	2	4	3	4	2	3	2	4	3	4	3	4	58
204	19	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	47
205	20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	53
206	20	4	2	4	2	4	2	2	4	3	3	2	4	4	4	4	4	1	4	57
207	18	4	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	51
208	19	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	45
209	19	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	47
210	19	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	52
211	19	3	2	4	3	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	54
212	18	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	55
213	19	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	46
214	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	66
215	19	4	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	2	3	2	3	54

216	20	4	1	4	3	3	1	3	3	3	4	3	1	3	3	3	3	2	3	50
217	19	4	2	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	64
218	19	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
219	20	3	2	4	2	4	2	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	56
220	18	4	2	4	1	4	1	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4	54
221	19	4	2	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	64
222	19	4	2	4	3	4	1	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	4	60
223	21	4	3	4	4	4	1	3	4	3	4	3	2	1	4	3	4	2	4	57
224	19	3	2	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	55
225	20	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	46
226	19	3	2	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	49
227	20	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	55
228	19	3	1	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	2	4	46
229	20	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	2	3	2	3	3	4	3	4	56
230	20	4	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	60
231	19	3	2	4	2	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	2	3	58
232	19	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	39
233	19	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	48
234	19	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	2	4	1	4	1	4	1	4	46
235	20	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	1	3	49
236	20	3	2	4	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2	4	1	3	2	2	50
237	20	4	3	4	2	4	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	50
238	19	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	45
239	20	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	61
240	20	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	49









241	18	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	45
242	19	4	2	4	1	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	60
243	19	3	1	4	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	52
244	20	3	2	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	54
245	19	2	2	3	2	4	1	2	3	2	3	1	3	2	3	2	3	1	2	41
246	19	4	2	4	2	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	1	3	54
247	19	4	4	4	1	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	2	4	61
248	19	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	50
249	19	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	56
250	20	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	62
251	20	3	2	3	4	3	2	4	2	4	2	3	3	3	4	4	3	2	2	53
252	19	4	4	4	3	4	1	3	4	1	2	3	4	3	4	1	4	4	4	57
253	19	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	50
254	19	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	49
255	20	4	2	2	2	4	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	4	1	2	53
256	19	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	56
257	19	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	67
258	20	4	1	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	60
259	18	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	51
260	20	4	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	1	2	2	3	3	49
261	20	3	3	4	3	4	1	3	4	4	4	4	3	3	4	2	4	2	4	59

**LAMPIRAN 13, LEMBAR KONSULTASI**

NAMA : TARIN KURLILLAH  
 NIM : 16410121  
 DOSEN PEMBIMBING : FINA HIDAYATI, MA.

<b>NO.</b>	<b>TANGGAL KONSULTASI</b>	<b>MATERI</b>	<b>PARAF</b>
1.	13 November, 2019	Konsultasi Judul	
2.	27 November, 2019	Membuat Kerangka Penelitian	
3.	21 Januari , 2020	Revisi Bab 1	
4.	23 Januari, 2020	Revisi Bab 1	
5.	28 Januari, 2020	Acc Bab 1	
6.	30 Januari, 2020	Revisi bab 2 dan 3	
7.	3 Februari, 2020	Acc bab 2 dan 3	
8.	13 Februari, 2020	Seminar Proposal	



9.	1 Maret, 2020	Revisi bab 1	
10.	31 Maret, 2020	Revisi bab 1	
11.	9 April, 2020	Revisi bab 2 dan 3	
12.	2 juli, 2020	Konsultasi skala	
13.	9 Juli, 2020	Konsultasi skala	
14.	14 Agustus, 2020	Revisi bab 4 dan 5	
15.	17 Agustus, 2020	Revisi bab 4 dan 5	
16.	21 Agustus, 2020	Acc bab 4 dan 5	

Malang, 25 September 2020

Mengetahui ,

**Dosen Pembimbing**



**Fina Hidayati, MA**

**NIP. 19861009 201503 2 002**

**LAMPIRAN 14****HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN *FORGIVENESS* PADA  
REMAJA YANG PERNAH MENGALAMI PUTUS CINTA.****Tarin Kurlillah****Muhammad Jamaluddin, M.Si**

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Email: kurlillah1999@gmail.com No. Hp: 081347493678

**Abstrak**

Putus cinta mengakibatkan stress, tidak menyenangkan, beberapa berujung traumatis baik yang memutuskan/diputuskan kedua pihak sama-sama terdampak sebagai kejadian buruk. Beberapa resiko dari putus cinta juga akan mengganggu, peristiwa tersebut dialami oleh beberapa remaja, mengakibatkan perasaan sakit hati, sulit memaafkan dan beberapa ada yang mengulang menjalin hubungan saling menyakiti. Oleh karena itu, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kematangan emosi dan *forgiveness*, serta mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja akhir yang pernah mengalami putus cinta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adanya hubungan positif antara kematangan emosi dan *forgiveness*.

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel dari mahasiswa angkatan 2019 salah satu perguruan tinggi di Malang, menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sebanyak 261 responden. Alat ukur yang digunakan adalah skala kematangan emosi yaitu *Emotional Maturity Scale* (EMS) mengacu pada Singh dan Bragave (1990) dan skala *forgiveness* yaitu skala dari *Heartland Forgiveness Scale* (HFS) mengacu teori dari Thompson (2005).

Hasil penelitian dari data empirik menunjukkan bahwa tingkat kematangan emosi sebanyak 78,5% (205 responden) dan *forgiveness* sebanyak 57,5% (150 responden) pada remaja berada ditingkat sedang yang artinya cukup baik, namun sebagian kurang maksimal. Hasil selanjutnya perhitungan penelitian dari statistic *product moment* menunjukkan ( $r_{xy} = 0,504$ ;  $sig = 0,000 < 0,05$ ) maka hipotesis diterima serta dapat diartikan bahwa kematangan emosi memiliki hubungan yang positif dengan *forgiveness*. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta, dan sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta.

**Kata kunci** : Remaja mengalami Putus Cinta, Kematangan Emosi, *Forgiveness*.

## PENDAHULUAN

Masa remaja akhir berusia umumnya antara 18-21 tahun, yang disebut masa adolesen. Remaja akan mulai bergaul dengan banyak orang dan membentuk sebuah hubungan persahabatan dan mulai menyukai lawan jenis (Feist, 2013). Hubungan yang populer saat remaja yaitu pacaran, hal yang memengaruhi perilaku pacaran adalah usia, media massa, dan kurangnya pemahaman moral dan etika pada remaja (Sarwono, 2011). Menurut Connolly & McIsaac (dalam Santrock, 2012), berpacaran dilakukan dengan usia yang sangat dini dapat menimbulkan hal yang *problematic* contohnya berakibat berakhirnya suatu hubungan. Kejadian *problematic* pada remaja tidak bisa dihindari, jika masih mengulang hal tersebut.

Gagal dalam hubungan cinta tentu saja mempengaruhi kehidupan sehari-hari seseorang, bahkan beberapa penelitian menyebutkan bahwa gagal cinta dapat merusak fungsi individu dalam kehidupan sosial. Peristiwa putus cinta yang sering terjadi dialami oleh remaja, perasaan sakit hati merupakan penyebab terjadinya depresi, jika perasaan tak berguna atau depresi itu melanda seseorang dalam beberapa minggu, bulan, tahun, mungkin orang tersebut menderita depresi klinis seperti perubahan nafsu makan atau berat badan, kurang energi, gangguan pola tidur, merasa tak berdaya atau tidak ada harapan (Mulyani & Afandi, 2016).

Pada Tahun 2018, Badan Kesehatan Dunia (WHO) telah memperkirakan setiap detik di dunia seseorang telah mengakhiri hidupnya. Data-data yang telah masuk setiap tahunnya setara dengan 800.000 jiwa yang kehilangan nyawa diakibatkan bunuh diri. Penyebab bunuh diri berbagai macam dari isolasi sosial, *bullying* hingga putus cinta serta banyak hal yang dianggap biasa namun bisa jadi itu penyebab hilangnya nyawa. Depresi pada remaja sering dapat disebabkan karena patah hati (Welsh & Bierman, 2000).

Bohannon (dalam Duck & Rollie, 2006) menjelaskan tentang *relationship dissolution*, tidak heran jika banyak kasus remaja yang berakibat buruk dengan merugikan diri sendiri maupun keluarga. Smedes (dalam Wardhati & Faturochman, 2006) juga menekankan diperlukan pemaafan secara dewasa, yang tidak saja menghapus seluruh perasaan negatif tetapi menjadi sebuah keseimbangan perasaan juga bisa dikatakan memerlukan kematangan emosi.

Menurut Thompson, *et al.* (2005) *forgiveness* yaitu sebagai upaya untuk menempatkan sebuah peristiwa pelanggaran yang dirasakan sedemikian rupa hingga respon dari seseorang terhadap pelaku, peristiwa, dan akibat dari pelanggaran tersebut. Perilaku tersebut diubah dari negatif menjadi netral atau positif. Sumber pelanggaran tersebut dan objek dari *forgiveness* dapat berasal dari diri sendiri, antara manusia dengan manusia, dan situasi yang terjadi melebihi batas kontrol manusia.

Seorang remaja akan mengalami perkembangan emosi, yang merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi (Fitri & Adelya, 2017). Kematangan emosi yaitu apabila individu menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang belum matang emosinya (Walgito, 2005). Remaja yang memberikan reaksi emosi secara stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain dikatakan telah mencapai kematangan emosi (Nurihsan dan Agustin, 2011).

Collins & Steinberg (dalam King, 2012), kemampuan membuat keputusan yang kompeten secara mandiri merupakan salah satu tugas perkembangan bagi remaja. Maka dari itu, individu harus memiliki kesediaan untuk meninggalkan rasa sakit hatinya, pemikiran buruknya dan mengubah perilakunya terhadap pelaku. Mengungkapkan bahwa ketika memberikan pemaafan, seseorang akan meninggalkan kemarahan, kebencian, sakit hati, penilaian negatif, perilaku dan perkataan yang menyakitkan, keinginan untuk balas dendam, perilaku menghindar, serta perilaku acuh terhadap orang lain yang telah menyakitinya secara tidak adil (Nashori, 2011).

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat kematangan emosi dan tingkat *forgiveness* pada remaja, serta mengetahui hubungan kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta. Hipotesis dari penelitian ini adalah adanya hubungan kematangan emosi dengan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta.

## **METODE**

### **Identifikasi Variabel**

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yaitu terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat dengan perincian sebagai berikut : Variabel bebas (X) yaitu kematangan emosi, sedangkan variabel terikat (Y) yaitu *forgiveness*.

### **Subjek**

Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa angkatan 2019 salah satu Perguruan Tinggi di Malang dengan berjumlah 3492. Menggunakan metode *purposive sampling* terdapat 261 responden yang sesuai kriteria.

### **Instrumen Penelitian**

Skala kematangan emosi terdiri dari 38 aitem yang diadaptasi dari skala EMS dari Singh dan Bargave (1990) dengan lima aspek terdiri dari: kestabilan emosional (*emotional stability*), perkembangan emosional (*emotional progression*), penyesuaian sosial (*sosial adjustment*), integrasi kepribadian (*personality integration*), dan kemandirian (*independence*).

Skala *forgiveness* terdiri 15 aitem yang diadaptasi dari skala HFS dari Thompson, *et al* (2005) dengan tiga aspek terdiri dari: pemaafan diri sendiri, pemaafan pada orang lain dan pemaafan dari situasi.

### **Hasil**

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, maka hasil dari penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil uji deskriptif dapat diketahui bahwa tingkat kematangan emosi pada mahasiswa angkatan 2019 dengan kriteria penelitian pada kategori tinggi 18,4% sebanyak 48 (responden), pada kategori sedang 78,5% sebanyak 205 (responden) dan pada kategori tinggi sebanyak 3,1% dengan responden sebanyak 8 (responden). Hal ini berarti, tingkat kematangan emosi didominasi oleh tingkat sedang.

2. Berdasarkan hasil uji deskriptif dapat diketahui bahwa tingkat *forgiveness* pada mahasiswa angkatan 2019 dengan kriteria penelitian pada kategori tinggi 42,1% sebanyak 110 (responden), pada kategori sedang 57,5% sebanyak 150 (responden) dan pada kategori tinggi sebanyak 0,4% dengan responden sebanyak 1 (responden). Hal ini berarti, tingkat *forgiveness* didominasi oleh tingkat sedang.
3. Berdasarkan dari hasil analisis uji hipotesis dapat diketahui bahwa kematangan emosi dan *forgiveness* memiliki nilai yang signifikan ( $p$ ) sebesar 0.504 yang berarti ada hubungan positif yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikan ( $p$ ) sebesar 0,000 ( $<0.05$ ). Dapat dijelaskan bahwa dengan ( $r_{xy}= 504$ ;  $\text{sig}=0,000<0,05$ ) hasil dari temuan analisis penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada mahasiswa angkatan 2019 salah satu Perguruan Tinggi di Malang yang pernah mengalami putus cinta.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dari data empirik yang menunjukkan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara kematangan emosi dan *forgiveness* dengan hasil analisis uji hipotesis, diketahui memiliki nilai yang signifikan ( $p$ ) sebesar 0.504 yang berarti adanya hubungan positif yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikan ( $p$ ) sebesar 0,000 ( $<0.05$ ). Jadi, hipotesis yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan *forgiveness* pada remaja yang pernah mengalami putus cinta.

Pemutusan hubungan atau putus cinta memiliki dampak reaksi yang beragam, baik dalam segi emosi, segi perilaku maupun segi kognitif. (Rumondor, 2016). Remaja banyak yang tidak mengetahui untuk keluar dari masalah putus cinta yang berakibat banyak beberapa remaja mengalami depresi. Kematangan emosi dalam remaja sangat diperlukan karena untuk menghadapi masalah-masalah individual ataupun sosial. Mudjiran, (dalam Fitri & Adelya, 2017) menjelaskan bahwa seseorang yang telah mencapai kematangan emosi dapat

dilihat dengan ciri-ciri perilaku, mandiri, mampu menerima diri, mengekspresikan emosi, dan mengendalikan emosi. Ciri yang pertama mandiri dalam arti emosional yang berarti individu mampu mempertanggungjawabkan emosi yang ditunjukkan. Selanjutnya kedua, mampu menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya yang berarti individu tidak cenderung menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas kegagalan yang dialaminya. Ketiga, individu mampu mengekspresikan emosi sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada. Keempat, individu mampu mengendalikan emosi-emosi negatif sehingga permasalahannya tidak impulsif.

Penelitian dari Ulfah (2016), remaja perlu memiliki kematangan emosi yang baik sebelum memutuskan untuk menjalin hubungan karena dengan kematangan emosi yang baik remaja akan mampu mengendalikan segala bentuk emosi negatif yang muncul setelah berpisah dari mantan pacar dan mengedepankan emosi positif yang mampu memicu timbulnya kebahagiaan. Remaja yang kurang mengetahui manfaat dari putus cinta bisa menimbulkan kebahagiaan berkaitan dengan hubungan dengan lawan jenis, jadi mereka jatuh lagi dalam masalah yang sama.

Penelitian Thompson, *et al.* (2005) juga menemukan bahwa *forgiveness* memiliki hubungan yang signifikan dengan diri sendiri, orang lain, dan situasi. *Forgiveness* artinya tidak hanya terjadi pada hubungan interpersonal atau antara manusia dengan manusia, namun *forgiveness* juga dapat terjadi pada diri sendiri, dan situasi. Oleh karena itu, perlu adanya pemaafan yang baik untuk menerima keadaan putus cinta atau putusnya hubungan interpersonal.

Enright dan *Human Development Study Group* mendefinisikan bahwa pemaafan sebagai kesediaan untuk menghentikan kemarahan, menghakimi dengan negatif, dan tidak menghindari yang telah menyakiti, mengembangkan rasa kasihan dan bahkan merubahnya menjadi cinta (Purba & kusumawati, 2019). Memaafkan merupakan hal yang baik dalam berperilaku dan merubah diri sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya.

Hubungan kematangan emosi dan kecerendungan memaafkan remaja akhir dalam penelitian Paramitasari & Alfian (2012), hubungan ini merupakan korelasi

positif sehingga semakin tinggi kematangan emosi maka semakin besar kecenderungan memaafkan remaja akhir. Menurut Hurlock (dalam Komarudin, 2016), remaja yang emosinya telah matang dapat memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi ke emosi seperti sebelumnya. Remaja akan paham bahwa kematangan emosi dan memaafkan baik untuk menghindari dari sakitnya putus cinta dan diusahakan tidak mengulang berpacaran.

Pada penelitian yang sesuai dengan hasil hipotesis dalam penelitian ini adalah penelitian dari Widasuari & Laksmiwati (2018) yang mengatakan *forgiveness* menjadi wujud dari kematangan emosi pada remaja akhir. Sebab dengan *forgiveness* yang berdasarkan pada komitmen untuk memperbaiki hubungan dan sebagai pertanggung jawaban tanpa syarat dari dalam diri individu akan mengurangi dorongan untuk melakukan balas dendam terhadap perlakuan menyakitkan sebelumnya. Maka, penting adanya variabel kematangan emosi dan *fogiveness* dalam individu menghadapi permasalahan putus cinta, supaya tidak berdampak negatif bagi individu dalam mengambil keputusan atau kebijakan jalan kehidupan yang akan datang.

Pada penelitian ini yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa, kematangan emosi sangat diperlukan bagi remaja dan *forgiveness* adalah solusi yang baik dalam menghadapi setiap masalah. Jika remaja telah mencapai kematangan emosi dan mempunyai *forgiveness* yang baik maka remaja akan bijak dalam memilih hubungan serta tidak mengulang kesalahan dengan menjalin pacaran yang sudah jelas dilarang agama islam, karena merupakan salah satu hubungan yang mendekati zina. Tugas perkembangan remaja di atas banyak yang bisa dilakukan oleh remaja (mahasiswa) dengan berkreasi, belajar, berorganisasi dan bebas bersosialisasi dengan siapapun contohnya sahabat atau teman agar mendapatkan hal-hal yang positif daripada menjalin hubungan asmara yang belum tepat waktu dengan lawan jenis serta berakibat merugikan diri sendiri setelah putus cinta.



## Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil analisis data dengan hasil uji deskriptif diperoleh bahwa tingkat kematangan emosi pada remaja akhir (mahasiswa angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang) berada pada kategori sedang. Artinya bahwa sebagian besar remaja memiliki kematangan emosi yang baik dan sebagian belum maksimal. Para remaja sudah mampu bangkit secara emosi, dan cukup mampu untuk menjaga emosinya serta cukup berfikir bahwa mampu untuk lebih matang emosinya. Lebih lanjut tingkat kematangan emosi remaja akhir berada pada kategori sedang karena dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: usia, jenis kelamin, lingkungan, dan pola asuh orang tua.
2. Tingkat *forgiveness* pada remaja akhir (mahasiswa angkatan 2019 salah satu Universitas di Malang) berada pada kategori sedang dengan hasil uji deskriptif. Artinya tingkat *forgiveness* pada remaja akhir memiliki perilaku *forgiveness* cukup baik, namun sebagian kurang maksimal. Para remaja yang memiliki *forgiveness* baik maka akan menghadapi masalah dengan lapang jika tidak akan sebaliknya. Lebih lanjutnya *forgiveness* memiliki tingkat sedang dengan beberapa faktor internal (karakteristik kepribadian, religiusitas, jenis kelamin, dan usia) dan faktor eksternal (Keterikatan interpersonal dan pendidikan).
3. Hubungan kematangan Emosi dengan *Forgiveness* Remaja yang pernah mengaloi Putus Cinta, Hasil analisa menunjukkan terhadap hubungan yang signifikan positif antara kematangan Emosi dengan *Forgiveness*. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan *forgiveness*. semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi pula *forgiveness*-nya begitu juga sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah *forgiveness*-nya.

### Daftar Pustaka

- Agustin, M., & Nurihsan, A. J. (2011). *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Bierman, K., & Welsh, J.A. (2000). Assessing social dysfunction : *The contributions of laboratory and performance-based measures*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29, 526-539
- Duck, S; Rollie, S.S. (2006). "Divorce and Dissolution of Romantic Relationships: Stage Models and Their Limitation". *dalam Fine, Mark A. (Ed); Harvey, John H. (Ed), (2006). Handbook of divorce and relationship dissolution.*, (pp. 223-240). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates.
- Feist, J., Feist. G. J. 2013. *Teori Kepribadian* Jilid 1. Jakarta Salemba.
- Fitri, Nia Febbiyani & Adelya, Bunga (2017). "Kematangan Emosi Remaja Dalam Pengentasan Masalah". *Jurnal Penelitian Guru Indonesia, Vol 2 No 2*. IICET Journal Publication.
- King, L.A. (2012). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif* (edisi pertama). Jakarta: Salemba Humanika
- Komarudin, 2016. "Membentuk Kematangan Emosi dan Kekuatan Berpikir Positif Pada Remaja Melalui Pendidikan Jasmani". *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, volume 12, no. 2*. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Olahraga fakultas Ilmu Keolahragaan universitas Negeri Yogyakarta.
- Mulyani, Sri & Afandi, Agus A, (2016), "Hubungan Kegagalan Cinta Dengan Terjadinya Kejadian Depresi Pada Remaja". *Lpm Akses Rajekwesi Bojonegoro*.
- Nashori, F. (2011). "Meningkatkan Kualitas Hidup dengan Pemaafan". *UNISIA*, 214-226.
- Paramitasari, Radhitia & Alfian, Ilham Nur (2012), "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Memaafkan Pada Remaja Akhir", *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan Vol. 1, No. 02*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya.
- Purba, A., & Kusumawati, R. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan *Forgiveness* Pada Remaja Putus Cinta Akibat Perselingkuhan. *Psikologi Konseling*, 330-339.
- Rumondor, Pingkan Cynthia Belinda (2013) *Gambaran Proses Putus Cinta pada Wanita Dewasa Muda di Jakarta. Studi Kasus Article* · May 2013 DOI: 10.21512/humaniora.v4i1.3415
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup Edisi 13 Jilid 1, Penerjemah: Widyasinta,B)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. (2011). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo
- Thompson, Laura Yamhure; Snyder, C. R. ; Hoffman, Lesa; Michael, Scott T; Heather N; Rasmussen; Billings, Laura S.; Heinze, Laura; Neufeld, Jason

- E.; Shorey, Hal S.; Roberts, Jessica C; & Roberts Danae E. (2005), *Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations*, Journal Of Personality.
- Ulfah, Dini Amalia, (2016). “Hubungan Kematangan Emosi dan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Mengalami Putus Cinta”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 9. No. 1*.
- Walgito, Bimo. 2005. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Andi Offset
- Widasuari, Della & Laksmiwati, Hermien. (2018). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan *Forgiveness* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 05. No. 02