

Peranan Spiritualitas Dan Regulasi Emosi Terhadap *Forgiveness* Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)

Eva Rosalia Dewi¹, Lely Ika Mariyati², Dwi Nastiti³

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia³

E-mail: erdrosal17@gmail.com¹, ikalely@umsida.ac.id², dwinastiti@umsida.ac.id³

Correspondent Author : Lely Ika Mariyati, ikalely@umsida.ac.id

Doi : [10.31316/qcouns.v8i3.6063](https://doi.org/10.31316/qcouns.v8i3.6063)

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keterkaitan antara spiritualitas dan regulasi emosi terhadap *forgiveness* pada siswa SMK. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif metode korelasi. Sasaran pada penelitian ini yaitu siswa kelas 10 SMK dengan populasi sebanyak 254 terdiri dari 3 jurusan yaitu otomotif (TKRO), listrik (KTL), mesin (TPM). Sampel yang diambil sebanyak 146 siswa kelas 10 SMK. Pengumpulan data berupa skala likert spiritualitas, skala *forgiveness*, skala regulasi emosi. Hasil penelitian bahwa dominan dikategori rendah 52% dan sedang 48%. Hasil uji hipotesis membuktikan dalam penelitian ini semakin tinggi tingkatan spiritualitas dan regulasi emosi maka akan semakin tinggi pula tingkatan *forgiveness*, uji linear berganda menunjukkan nilai yang diberikan oleh spiritualitas dan regulasi emosi sebesar 23% kepada *forgiveness* dan hasil uji F spiritualitas dan regulasi emosi dapat memberikan dampak yang signifikan kepada *forgiveness*. Kesimpulannya bahwa hasil hasil tersebut menunjukkan secara simultan maupun secara individual spiritualitas, regulasi emosi dapat memberikan dampak yang signifikan kepada *forgiveness*.

Kata kunci: spiritualitas, *forgiveness*, regulasi emosi, siswa SMK

Abstract

The purpose of this study is to investigate the relationship between spirituality and emotion regulation with *forgiveness* among vocational high school students. This research employs a quantitative approach with a correlation method. The target of this study is 10th-grade vocational high school students, with a total population of 254 comprising three majors: automotive (TKRO), electrical (KTL), and mechanical (TPM). The sample consists of 146 10th-grade vocational high school students. Data collection includes Likert scale for spirituality, *forgiveness* scale, and emotion regulation scale. The research findings indicate that 52% are categorized as low and 48% as moderate. Hypothesis testing results demonstrate that as spirituality and emotion regulation levels increase, *forgiveness* levels also increase. Multiple linear regression analysis shows that spirituality and emotion regulation contribute 23% to *forgiveness*, and the F-test results indicate that spirituality and emotion regulation significantly impact *forgiveness*. In conclusion, these results suggest that both spirituality and emotion regulation, either simultaneously or individually, have a significant impact on *forgiveness*.

Keywords: Spirituality, *forgiveness*, emotion regulation, vocational high school students

Info Artikel

Diterima Maret 2023, disetujui Mei 2024, diterbitkan Agustus 2024



PENDAHULUAN

Sepanjang rentang kehidupan manusia akan mengalami beberapa tahap perkembangan, dari bayi, anak, remaja, dewasa hingga manula. Masa remaja adalah masa dimana individu berada pada tahap transisi dari tahap perkembangan usia kanak-kanak ke masa usia dewasa. Masa remaja terbagi dalam 3 tahap yakni remaja awal, tengah, hingga akhir (Fatmawaty, 2017; Saputro, 2017). Masa remaja akhir adalah masa yang dialami individu ketika individu berada pada rentangan usia 17-22 tahun dimana individu akan mengalami proses kematangan disegala aspek kehidupannya sebagai persiapan memasuki masa dewasa (Suryana, Wulandari, et al., 2022). Papalia dkk (Sary, 2017) memaparkan remaja akan mengalami perkembangan di aspek sosial-emosional, fisik, dan mental/kognitif.

Freud dan Erikson (Jannah, 2016) mengungkapkan salah satu tugas perkembangan diusia remaja adalah adaptasi sosial khususnya beradaptasi dengan tuntutan orang dewasa yang ada disekitarnya (baik dirumah maupun sekolah) serta beradaptasi terhadap tuntutan pergaulan teman sebaya baik dengan sejenis maupun lawan jenis. konsekuensi dari tuntutan sosial ini, menuntut remaja banyak menghabiskan waktu dengan teman-temannya, sehingga sikap, bahasa, minat, penampilan, lebih banyak dipengaruhi oleh lingkungan sebayanya. Havighust (Dwityaputri & Sakti, 2015a) mengatakan para remaja yang menuju dewasa dihadapkan dengan berbagai macam masalah-masalah yang sangat kompleks seperti yaitu meningkatkan kedewasaan dalam relasi teman sebaya, mengambil peran sosial yang sesuai sebagai pria atau wanita, menyesuaikan diri dengan perubahan tubuh, persiapan untuk jenjang karier dan kehidupan pernikahan. Dengan tuntutan sedemikian kurang diimbangi dengan pengalaman dan pengetahuan sehingga tidak jarang remaja mengalami konflik sosial yang berakibat pada kesehatan mental remaja.

Perubahan emosional pada remaja sebagai hasil dari perubahan lingkungan yang terkait dengan perubahan fisik dan hormonal adalah konsekuensi langsung dari perubahan tersebut. Emosi merupakan respons psikologis yang mempengaruhi persepsi, sikap, perilaku, dan berbagai bentuk ekspresi. Dampaknya termasuk keadaan emosional dalam waktu singkat dan berpengaruh pada aktivitas psikologis seperti pengalaman, reaksi, penalaran, dan kemauan individu. Terlepas dari kompleksitas emosi, ada berbagai macam emosi antara lain: 1) kemarahan, mencakup berbagai bentuk seperti kebrutalan, amukan, kebencian, kemarahan ekstrim, kejengkelan, dendam, gangguan, kepahitan, kemarahan, pelanggaran, permusuhan, dan tindakan kekerasan. 2) kesedihan ditandai dengan perasaan sedih, muram, kesepian, penolakan, putus asa, dan tekanan. 3) kecemasan, termasuk ketakutan, kegugupan, kekhawatiran, was-was, kehilangan energi, panik. 4) kesenangan mencakup kebahagiaan, kegembiraan, kepuasan, kehati-hatian, hiburan, kebanggaan, kesenangan indrawi, rasa ingin tahu, kepuasan, kegembiraan yang intens. 5) penerimaan yang melibatkan persahabatan, kepercayaan, kebaikan, rasa hormat, dan kasih sayang. 6) terkejut. 7) kesal dengan ekspresi cemoohan, jijik, mual, benci, ketidaksukaan. 8) penghinaan termasuk perasaan bersalah, malu, dendam, penyesalan, hinaan, aib, dan sakit hati (Suryana et al., 2022)

Peneliti menemukan bentuk terjadinya emosionalitas pada remaja dikutip dari media online detikjatim.com pada tanggal 6 April 2023, seorang remaja di blimbingsari banyuwangi memutuskan untuk berhenti sekolah karena mengalami masalah *verbal bullying* (Rahman, 2023). Dari media yang sama pada tanggal 4 Agustus 2022 diberitakan remaja putri di Lamongan mengalami pemerkosaan yang mengakibatkan kehamilan, yang akhirnya siswi memutuskan untuk meninggalkan sekolah (Sudjarwo, 2022). berdasarkan 2 kasus tersebut yang ada di indonesia hal ini menunjukkan bahwa siswa



memilih untuk berhenti sekolah dipengaruhi oleh kemarahan-kemarahan yang dialaminya. Theofani & Herdina (2020) mengungkapkan bahwa individu memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi yang menekan dalam hidupnya dan berusaha mengatasi melalui berbagai strategi penanganan, termasuk salah satunya adalah melakukan tindakan pemaafan (*forgiveness*).

Forgiveness adalah suatu proses mengurangi (menghilangkan dendam peristiwa yang sudah terjadi) dengan kata lain *forgiveness* merupakan sebuah usaha mendatangkan kebahagiaan dengan cara memaafkan kesalahan orang lain yang telah lalu (Safira, Hanun & Nabila, 2021). Kebahagiaan dalam bentuk “kemuliaan” dan “ditinggikan derajatnya” dapat diperoleh dengan cara memberikan maaf/memaafkan, sebagaimana hadis dibawah dari Abu Hurairata RA, bahwa Rasulullah SAW. bersabda “tidaklah sedekah itu mengurangi harta, dan tidaklah Allah menambah bagi seorang hamba dengan pemberian maafnya (kepada saudaranya) kecuali kemuliaan (di dunia dan akhirat), serta tidaklah seseorang merendahkan diri karena Allah kecuali dia akan meninggikan derajatnya didunia dan akhirat (HR Muslim)”. Hal ini sejalan dengan amanah Allah dalam Al-Quran surah Al-A’raf ayat 199 “jadilah pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang makruf, serta jangan pedulikan orang-orang yang bodoh”

Aspek-aspek *forgiveness* menurut McCullough (Laela & Laksmiwati, 2021), diantaranya : a) *revenge motivation* (motivasi balas dendam), b) *avoidance motivation* (motivasi menghindar), c) *beniviolence motivation* (motivasi kebajikan). ada 5 faktor yang mempengaruhi proses pemaafan, diantaranya empati, atribusi terhadap pelaku dan kesalahan yang dilakukan, tingkat kerusakan yang dialami, karakteristik serangan, dan kualitas hubungan yang terjalin (Rahmawati, 2016). bentuk karakteristik kepribadian individu dipengaruhi oleh beberapa bentuknya Teori ini dikemukakan oleh Jung dan dikembangkan oleh Brings dan Myers bahwa memiliki dua bentuk yaitu ekstrovert dan introvert. dan terdapat empat fungsi kepribadian individu yakni sensing (fung pengindera), *intuition* (fungsi intuitif), *thinking* (fungsi berfikir), dan *feeling* atau fungsi perasa (Nastiti, 2019).

Dampak positif memaafkan diantaranya mengurangi pengaruh negatif, memiliki perasaan emosi positif, mengalami hubungan positif dengan orang lain, membedakan kepekaan pertumbuhan spiritual, dan mengidentifikasi makna dan tujuan hidup serta rasa pemberdayaan yang lebih besar. Mccullough&Luna mengungkapkan manfaat dari *forgiveness* sebagai berikut : (a) terjadi penurunan motivasi untuk melakukan balas dendam, (b) mengurangi keinginan untuk menghindari mereka yang telah menyakiti, (c) dan meningkatkan keinginan untuk berlaku baik atau memiliki niat baik terhadap mereka yang telah menyebabkan rasa sakit (Pariartha et al., 2022)

Variabel psikologi pada aspek kepribadian individu lainnya yang turut mempengaruhi *forgiveness* adalah spiritualitas. Hasil penelitian spiritualitas yang disusun oleh Abidatul, dkk pada guru sekolah dasar menunjukkan hubungan positif antara spiritualitas dengan kemampuan memaafkan, dalam penelitian yang dilakukan oleh Fahrizal Harahap, ditemukan bahwa terdapat korelasi yang kuat dan positif antara pengampunan (*forgiveness*) dan tingkat religiusitas pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Bangun Purba, pada penelitian oleh Novelyn Elisabeth Prasylia juga mengatakan terdapat hubungan yang positif signifikan antara religiusitas dengan *forgiveness* pada individu yang tidak melakukan praktik agama (Prasylia, 2015), penelitian yang dilakukan oleh Supriyadi dkk (Supriyadi et al., 2021), juga mengatakan variabel religiusitas secara signifikan mempengaruhi variabel *forgiveness*. dengan ini dapat diketahui juga bahwa kedua variabel memiliki hubungan interaksi, lalu, penelitian yang dilakukan oleh



Khoirotus Silfiyah dkk, mengatakan terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas & regulasi emosi dengan perilaku prososial (Silfiyah et al., 2019).

Spiritualitas adalah kehadiran perasaan keterhubungan dengan tuhan yang memengaruhi cara seseorang berada di dunia, Vaugan turut mengatakan spiritualitas merupakan pengalaman subjektif tentang keterhubungan dengan tuhan (Nasrudin & Jaenudin, 2021). Smith dan Rayment (Agustina et al., 2022) berpendapat bahwa spiritualitas merupakan suatu cara yang terkait dengan arah, makna, dan mendukung keseluruhan dalam diri atau keterhubungan dapat dengan diri sendiri, orang lain, alam semesta, tuhan, Dalam konteks ini, memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi mengindikasi bahwa individu tersebut cenderung memiliki sifat terbuka, memberi, dan penuh kasih.

Menurut Rudyanto (Diyai et al., 2019), Individu yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi, maka mereka akan mengaitkan setiap perbuatan jahat kepada tuhan, sehingga perbuatan dan perilaku mereka akan memiliki makna dalam kehidupannya, mereka juga mampu menerapkan nilai-nilai agama yang diajarkan dan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memaafkan. Di sisi lain, seseorang yang memiliki tingkat spiritualitas yang rendah cenderung memiliki keinginan untuk membalas perbuatan jahat orang lain, mereka tidak mampu menerapkan nilai-nilai agama yang diajarkan dan tidak memiliki kemampuan dalam memaafkan orang lain, niat untuk membalas perbuatan kejahatan orang lain, tidak mampu dalam menerapkan nilai-nilai agama yang diajarkan dan tidak mampu memaafkan orang lain sejalan dengan hal ini spiritualitas yang erat kaitannya dengan pemaknaan hidup secara positif, membuat individu tersebut percaya sebagai korban suanggi dikota ambon, Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang menyatakan bahwa spiritualitas berpengaruh signifikan terhadap pemaafan individu yang mengalami suanggi di kota ambon (Pietersz, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kalista, dkk juga mengungkapkan bahwa terdapat korelasi positif antara regulasi emosi dan pengampunan pada siswa di SMA Islam Cikal Harapan (Dwityaputri & Sakti, 2015a), Penelitian dilakukan oleh Malik dkk menyatakan terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *forgiveness* dimana semakin tinggi regulasi emosi, maka semakin tinggi pula kemampuan untuk memaafkan (*forgiveness*) pada remaja korban *Cyberbullying* (Malik & Suminar, 2022).

Champi *et all* (Dwityaputri & Sakti, 2015) mengartikan regulasi emosi sebagai kemampuan seseorang untuk mempertahankan sikap positif dalam menghadapi kesulitan, tetap stabil ketika merasakan tekanan, dan menghindari terjerumus ke dalam perasaan negative seperti kemarahan, ketidaknyamanan, dan kesedihan. Sedangkan regulasi emosi menurut teori yang dikemukakan oleh Thompson (Gross & John, 2003) adalah kemampuan individu dalam proses mengevaluasi, memodifikasi, dan mengarahkan respons emosional, termasuk intensitas bentuknya (tingkat dan ekspresi), dengan tujuan mencapai hasil yang diinginkan dan dapat diterima dalam lingkungan social. Gross (Malik & Suminar, 2022) juga menjelaskan individu yang memiliki regulasi emosi tinggi dapat mengatur atau mengendalikan hal-hal lainnya dengan tujuan mencapai emosi yang positif.

Menurut Gross mengidentifikasi terdapat lima aspek dalam regulasi emosi yaitu: 1) *situation selection* (pemilihan situasi) melibatkan pengambilan Tindakan yang dapat meningkatkan atau mengurangi kemungkinan kita mengalami situasi yang dapat menimbulkan emosi yang diinginkan atau tidak diinginkan. Dengan kata lain merujuk pada upaya untuk mengendalikan atau memanage emosi dengan cara mengelola tindakan yang diambil agar menciptakan atau menghindari situasi tertentu, 2) *situasi modification*



(modifikasi situasi) upaya untuk memodifikasi suatu keadaan bertujuan untuk menciptakan keadaan baru, dapat melibatkan perubahan pada lingkungan fisik baik eksternal maupun internal, 3) *attentional deployment* (penyebaran perhatian) melibatkan usaha untuk secara intens memusatkan perhatian pada topik atau tugas tertentu, atau menyelesaikan masalah dengan merenungkannya, 4) *cognitive change* (perubahan kognitif) digunakan untuk mengurangi respons emosional, yang mencakup cara kita mengevaluasi situasi dengan mengubah pola pikir kita tentang situasi tersebut, 5) *response modulation* (modulasi respons) merujuk pada Upaya untuk memengaruhi kecenderungan respons emosional setelah muncul. Modulasi respons dilakukan dengan mengurangi perilaku ekspresif (Apriliani, 2021).

Hasil penelitian oleh Febriyanti & Juniarily (2020). tentang *forgiveness* di dewasa awal pada kasus perselingkuhan oleh pasangan menunjukkan kategorisasi sedang hingga rendah sebesar 98%, sedangkan yang tinggi hanya 2%. Penelitian yang dilakukan Christina (2015) tentang *forgiveness* pada warga dewasa awal yang tidak aktif mengikuti ibadah, menunjukkan tingkat pemaafan (*forgiveness*) cenderung berada pada kategori sedang hingga tinggi. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Zulfi (2018) pada mahasiswa UII diperoleh hasil presentase pemaafan (*forgiveness*) sebesar 19,84% sangat rendah, 14,28% rendah, dan 24,60% sedang, dan sisanya pada kategori tinggi dan sangat tinggi.

Namun tidak semua remaja mampu memunculkan *forgiveness* yang tinggi, fenomena ini juga muncul di siswa SMK. Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap guru BK, bahwa masih ditemukan perilaku siswa yang tidak disiplin contohnya membolos dan sering terlambat sekolah. Wawancara juga dilakukan kepada 3 siswa SMK dengan hasil yaitu ketiga siswa menyampaikan perasaannya yang sedang marah dan akan mengabaikan guru akibat dikenakan poin pelanggaran oleh guru. Mereka merasa kesal, kecewa dan ingin membalas kemarahannya dengan cara tidak mendengarkan guru ketika pelajaran berlangsung di kelas bahkan bersikap menghindari guru. Respon yang ditimbulkan dari ke 3 siswa tersebut seperti biasa saja dan tidak ada rasa takut didalam dirinya, bahkan siswa-siswa tersebut pasrah apabila dikembalikan ke pihak keluarga atau dapat dikatakan bahwa siswa tersebut dikeluarkan dari sekolah. Studi Preliminer yang dilakukan pada 10 siswa untuk mengisi kuesioner singkat *forgiveness* menunjukkan sekitar 3 dari 10 anak atau 30% siswa memiliki tingkatan *forgiveness* menengah sekitar 4 dari 10 anak atau 40% dari siswa memiliki *forgiveness* rendah. Hasil wawancara dan juga studi preliminar menunjukkan bahwa terdapat permasalahan *forgiveness* yang cenderung rendah pada siswa SMK.

Kesimpulan dari hasil wawancara *forgiveness* adalah bagaimana cara untuk mendatangkan pikiran-pikiran positif sehingga mampu menghilangkan rasa dendam yang ditimbulkan oleh masalah-masalah yang telah terjadi. Dan dapat disimpulkan bahwa terdapat permasalahan regulasi emosi dan spiritualitas remaja kategori tinggi balas dendam dan menghindari guru, kategori sedang yaitu rasa tidak menyukai pelajarannya sekaligus gurunya.

Dari gambaran fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antara spiritualitas dan regulasi emosi terhadap *forgiveness* remaja. Adapun penelitian mengenai *forgiveness* pada remaja masih menjadi topik yang kurang banyak dibahas lebih lanjut sehingga hal tersebut bisa menjadi nilai kebaruan dalam dari segi dunia akademik terkait memperbanyak dan mendorong kajian dan penelitian lebih lanjut terkait *forgiveness* pada remaja. Adapun penelitian ini mencoba menjelaskan *forgiveness* dari sudut pandang spiritualitas dan regulasi emosi Hipotesis penelitian ini adalah



terdapat hubungan antara spiritualitas dengan *forgiveness* dan regulasi emosi terhadap *forgiveness* remaja. Population gap penelitian ini mengambil dari segi perkembangan siswa SMK yang memiliki rentang usia 18-25 tahun dimana berada di masa remaja akhir dengan batasan kelas 10.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa laki-laki kelas 10 di salah satu SMK Sidoarjo dengan jumlah siswa penelitian ini sebanyak 254 dengan 3 jurusan yaitu otomotif (TKRO), Listrik (KTL), dan mesin (TPM). Dalam penelitian ini pengambilan sampel berdasarkan tabel Isac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% mewakili populasi yang terdiri dari 146 siswa kelas 10 yang terdiri dari semua jurusan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster artinya jumlah siswa kelas 10 jurusan TKRO = 40 siswa, KTL = 27 siswa dan TPM = 80 siswa sehingga siswa tersebut mewakili setiap jurusan di kelas 10. Analisis data penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda karena terdapat 3 variabel, yang terdiri dari dua variabel bebas / independent yaitu regulasi emosi (X1), spiritualitas (X2), dan variabel terkait / dependent adalah *forgiveness* (Y) (Wisudaningsi et al., 2019).

Skala dalam penelitian ini menggunakan model skala likert yang telah dimodifikasi dari penelitian sebelumnya. Penelitian ini, menggunakan alat pengumpulan data berupa skala psikologi yang terdiri dari 1) Skala spiritualitas (X1) di adaptasi oleh DSES (*Daily Spiritual Experience Scale*) karya dari Lynn G. Underwood terdapat aspek-aspek sebagai berikut antara lain *Connection* (koneksi), *Joy transcendent sense of self* (suka cita melampaui rasa diri), *strength and comfort* (kekuatan dan kenyamanan), *peace* (perdamaian), *divine help* (bantuan tuhan), *divine guidance* (bimbingan tuhan), *perception of divine love* (persepsi cinta tuhan), *awe* (perasaan kagum), *thankfulness appreciation* (apresiasi rasa syukur), *compassionate love* (cinta kasih sayang), *union and closeness* (persatuan dan kedekatan) terdapat nilai reliabilitas spiritual sebesar 0,870 yang artinya sangat baik karena mendekati angka 1,00 (Supriyanto, 2018). 2) Skala regulasi emosi (X2) yang telah diadaptasi dari skala gross ada lima aspek yaitu : pemilihan situasi, modifikasi situasi, pengarahan perhatian, perubahan kognitif, modulasi respon kemudian terdapat skor validitas sebesar 0,3 yang menunjukkan nilai tersebut diatas angka 0 sehingga dinyatakan valid dan nilai reliabilitas sebesar 0,964 (Apriliani, 2021) 3) Skala *Forgiveness* (Y) menggunakan *Hearland Forgiveness Scale* (HFS) yang telah diadaptasi dari McClullough (2000) (Y) berdasarkan Aspek-aspek menurut McCullough, diantaranya: motivasi balas dendam, motivasi menghindar, motivasi Kebajikan. Terdapat nilai reliabilitas pada skala ini sebesar 0,913 yang artinya skala tersebut reliabel dan nilai validitas sebesar 0,3 yang artinya nilai koefisien diatas 0 sehingga dinyatakan valid (Urrahmah, 2022). Lalu uji reliabilitas dan uji validitas menggunakan JASP versi 0.16.2 *versionsfor windows 64bit*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum menguji kebenaran hipotesis terlebih dahulu uji asumsi sebagai syarat sebelum melakukan uji hipotesis dengan jumlah subjek sebanyak 191 siswa dengan kategori *forgiveness* dominan dikategori rendah dengan jumlah 99 responden presentase 52% kemudian kategori sedang dengan jumlah 92 responden presentase 48% yang dimiliki oleh siswa SMK, yang paling tinggi pada variabel *forgiveness* terjadi pada siswa jurusan TPM dan aspek yang paling tinggi pada variabel *forgiveness* yaitu *benevolence*



motivations (motivasi kebajikan) yang artinya dalam aspek ini tidak membahayakan motivasi untuk berbuat baik sesama teman maupun dilingkungannya. Berdasarkan penelitian diperoleh hasil data analisis deskripsi sebagai berikut:

Tabel 1.
 Data Hasil Deskripsi Hasil Penelitian

Descriptive Statistics			
	Forgiveness	Spiritualitas	Regulasi Emosi
Valid	191	191	191
Missing	0	0	0
Mean	47.089	25.822	70.356
Std. Deviation	7.717	5.222	8.244
Shapiro-Wilk	0.993	0.973	0.993
P-value of Shapiro-Wilk	0.561	< .001	0.445
Minimum	28.000	16.000	46.000
Maximum	66.000	39.000	90.000

Tabel 1 menunjukkan variabel regulasi emosi berpengaruh terhadap *forgiveness* memiliki nilai minimum sebesar 46.000 dan maximum 90.000, nilai mean terhadap *forgiveness* yaitu 70,356 dengan standardeviasi 8,244 nilai rata-rata lebih besar dari standar deviasi sehingga menunjukkan data berdistribusi dengan baik. Nilai minimum spiritualitas sebesar16.000 dan maximum sebesar 39.000, nilai mean spiritualitas terhadap *forgiveness* yaitu 25.822 dengan standar deviasi 5.222 bahwa nilai rata-rata lebih besar dari nilai standar deviasi sehingga menunjukkan data berdistribusi dengan baik. Nilai minimum variabel *forgiveness* sebesar 28.000 dan nilai maximum sebesar 66.000, nilai mean varabel *forgiveness* yaitu 47.089 dengan standar deviasi 7.717. nilai rata-rata lebih besar dari nilai standar deviasi sehingga menunjukkan data terdistribusi dengan baik.

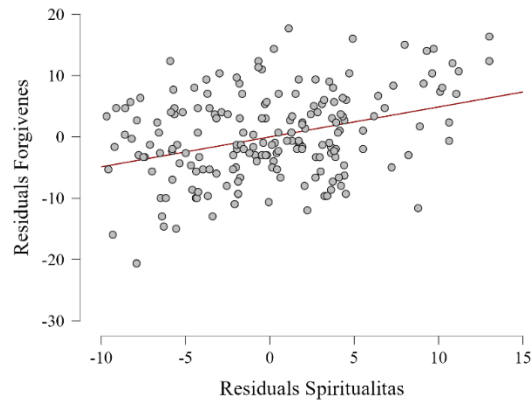
Tabel 2.
 Uji Normality

Shapiro-Wilk Test for Multivariate Normality	
Shapiro-Wilk	p
0.990	0.189

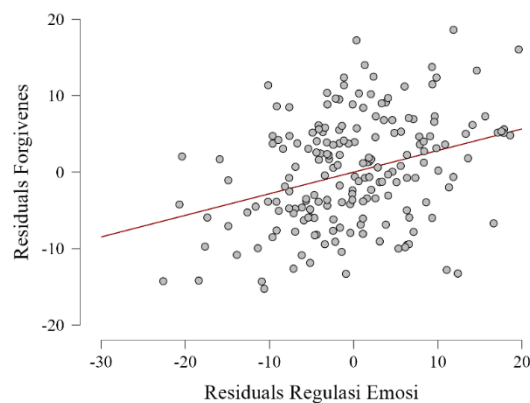
Berdasarkan uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data berdistribusi normal ($p\text{-value}=0.189$). Hal ini memenuhi syarat normalitas yaitu $p\text{-value}$ dari hasil uji > 0.05 sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan yang linear dan signifikan antara variable *forgiveness*, spirtitualitas dan regulasi emosi. Tahap berikutnya adalah



melakukan uji multikolinieritas untuk mengevaluasi apakah terdapat korelasi antara variabel bebas dalam model regresi. Model regresi yang ideal seharusnya tidak menunjukkan adanya korelasi antara variabel bebas. Uji ini dilakukan dengan memeriksa nilai tolerance dan VIF (*variance inflation factor*).



Gambar 1. *Forgiveness vs. Spiritualitas*



Gambar 2. *Forgiveness vs. Regulasi Emosi*

Hasil uji linearitas dengan menggunakan grafik baik dari spiritualitas dengan *forgiveness* atau regulasi emosi dan *Forgiveness* menunjukkan bahwa sebaran data atau *scatter plot* yang terbentuk mendekati garis linear dengan bentuk elips atau oval, sehingga dapat dikatakan data regulasi emosi dan data spiritualitas memiliki hubungan yang linear.



Tabel 3.
 Uji Multikolinieritas

Coefficients						Collinearity Statistics		
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p	Tolerance	VIF
H ₀	(Intercept)	47.089	0.558		84.336	< .001		
H ₁	(Intercept)	14.582	4.596		3.173	0.002		
	Spiritualitas	0.489	0.096	0.331	5.110	< .001	0.974	1.027
	Regulasi Emosi	0.283	0.061	0.302	4.665	< .001	0.974	1.027

a. *Dependent Variable: Forgiveness*

Multikolinieritas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terdapat korelasi yang tinggi atau sempurna antara variabel independent (X) (Arif et al., 2023). Multikolinieriti tidak terjadi jika nilai toleransi > 0.100 dan nilai VIF < 10.00 dalam software JASP untuk meilihat uji Multikolinieriti yaitu pada tabel coefficients. Pada tabel diatas, terlihat bahwa pada variabel independent (X1) yaitu spiritualitas memiliki toleransi 0.974 dan VIF 1.027 dan juga variabel independent (X2) yaitu regulasi emosi memiliki nilai toleransi 0.974 dan VIF 1.027. sehingga asumsi multikolinieritas telah terpenuhi.

Tabel 4.
 Uji Hipotesis

Pearson's Correlations				
Variable		Forgivenes	Spiritualitas	Regulasi Emosi
1. Forgiveness	Pearson's r	—		
	p-value	—		
2. Spiritualitas	Pearson's r	0.379	—	
	p-value	< .001	—	
3. Regulasi Emosi	Pearson's r	0.355	0.161	—
	p-value	< .001	0.026	—

Tabel 4 diatas menunjukkan terdapat korelasi positif yang signifikan antara spiritualitas dengan *forgiveness* ($r=0,379$, $p-value<.001$) dan regulasi emosi dengan *forgiveness* ($r=0.355$, $p-value<.001$). Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkatan spiritualitas dan regulasi emosi, maka akan semakin tinggi pula tingkatan *forgiveness* yang dimiliki oleh sampel penelitian. Berdasarkan hasil uji asumsi diatas, maka penelitian ini menggunakan uji regresi linear berganda yang diolah menggunakan bantuan JASP sebagai berikut:



Tabel 5.
 Uji Regresi Linear Berganda

Model Summary - Forgiveness

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	7.717
H ₁	0.482	0.233	0.225	6.795

Hasil data tabel uji regresi linear berganda menunjukkan nilai sumbangan efektif yang diberikan oleh spiritualitas dan regulasi emosi bersama-sama sebesar 23.3% kepada fenomena *forgiveness* dari sampel penelitian ($R^2=0.233$). Adapun sisanya yaitu 76,7 dipengaruhi oleh variabel lain yang berada diluar variabel spiritualitas dan regulasi emosi kemudian dilakukannya uji regresi linear berganda berdasarkan ANOVA menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 6.
 Uji Linear Berganda Berdasarkan ANOVA

ANOVA						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	2.633.470	2	1.316.735	28.519	< .001
	Residual	8.680.017	188	46.170		
	Total	11.313.487	190			

a. Dependent Variable: Forgiveness
b. Predictors: Spriritualitas, Regulasi emosi

Uji F digunakan untuk menentukan apakah terdapat pengaruh secara bersama-sama (simultan) antara variabel X dan variabel Y. Syarat yang harus dipenuhi dalam uji F adalah nilai signifikansi kurang dari 0.05 yang menunjukkan bahwa variabel X secara simultan berpengaruh terhadap variabel Y. hasil uji F dapat ditemukan dalam tabel ANOVA. Dari tabel tersebut, terlihat bahwa tingkatan $p < 0.001$ yang berarti kurang dari syarat uji F yaitu 0.05 sehingga dapat disimpulkan spiritualitas dan regulasi emosi dapat memberikan dampak yang signifikan kepada tingkatan *forgiveness* dari sampel penelitian atau berpengaruh terhadap variabel dependent (Y).



Tabel 7.
 Uji regresi linear berganda berdasarkan *Coefficients*

Coefficients						
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H ₀	(Intercept)	47.089	0.558		84.336	< .001
H ₁	(Intercept)	14.582	4.596		3.173	0.002
	Spiritualitas	0.489	0.096	0.331	5.110	< .001
	Regulasi Emosi	0.283	0.061	0.302	4.665	< .001

a. *Dependent Variabel: Forgiveness*

Uji t digunakan untuk menentukan apakah variabel X memiliki pengaruh terhadap variabel Y. Ketentuan uji t adalah jika nilai sig kurang dari 0.05 maka variabel X memiliki pengaruh secara parsial terhadap variabel Y. Nilai signifikansinya dapat ditemukan dalam kolom P.

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa variabel independent (X1) yaitu spiritualitas memiliki sig = 0.001 < 0.05 sehingga memiliki pengaruh terhadap *forgiveness*. Untuk variabel independent (X2) Regulasi emosi memiliki nilai sig = 0.001 < 0.05 yang dimana sama-sama memiliki pengaruh terhadap variabel dependent atau *forgiveness*. Hal ini sudah memenuhi syarat uji t dengan nilai signifikansi kurang dari 0.05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa spiritualitas dan regulasi emosi memiliki dampak pada *forgiveness*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa secara simultan, spiritualitas dengan regulasi emosi dapat memberikan dampak yang signifikan kepada *forgiveness* dari remaja ($F=28,519$, $p\text{-value}<0,05$). Adapun secara individual, variabel regulasi emosi dapat memberikan dampak positif secara signifikan kepada *forgiveness* ($t=4,665$, $p\text{-value}<0,05$). Hal tersebut juga ditemukan pada variabel *spiritualitas* juga berdampak positif secara signifikan kepada *forgiveness* ($t=5,110$, $p\text{-value}<0,05$). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian yaitu regulasi emosi dan spiritualitas dapat berperan secara signifikan kepada *forgiveness* terbukti benar sehingga hipotesis yang diajukan peneliti dapat diterima.

Hasil ini juga sesuai dengan beberapa penelitian terdahulu dengan topik yang berkaitan. Jiménez dan Desfilis (Ramírez Jiménez & Serra Desfilis, 2020) menghasilkan bahwa hasil tertinggi peningkatan *forgiveness* pada proses terapi yang diikuti dengan intervensi spiritualitas. Selanjutnya berkaitan dengan spiritualitas, penelitian yang dilakukan oleh Krause (Krause, 2018) menunjukkan bahwa orang yang dengan rutin datang ke gereja ditemukan memiliki tingkatan *forgiveness* yang lebih tinggi ($\beta = .096$, $p < .01$). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Aprilia & Nashori menunjukkan bahwa regulasi emosi bersama dengan empati dapat memberikan dampak kepada tingkatan *forgiveness* dari remaja korban *bullying* ($F=43,366$, $p\text{-value}<0,05$) (Aprilia & Nashori, 2023). Zhang et al (2020) dalam penelitiannya juga menemukan hasil serupa dimana strategi regulasi emosi dapat memberikan dampak secara signifikan kepada *forgiveness* dari remaja ($p<0,01$). Berdasarkan hasil penelitian ini dan juga penelitian sebelumnya menguatkan komprehensi dimana *spiritualitas* dan regulasi emosi dapat



menjadi prediktor dari *forgiveness* dari remaja.

Beberapa agama didunia menganggap bahwa *forgiveness* adalah sebuah bentuk kebaikan dan pengajaran-pengajaran agama dapat membantu seseorang belajar memaafkan kesalahan orang lain sebagaimana sikap memaafkan dalam beberapa ajaran agama merupakan salah satu sifat yang dimiliki Tuhan (Nurchayani & Prastuti, 2021). Islam sebagai salah satu agama yang dominan didunia mendorong untuk memaafkan kesalahan sesama karena pentingnya menjaga hubungan sesama manusia selain hubungan dengan Tuhan, dan nabi Muhammad sebagai contoh manusia sempurna selalu mendorong untuk memaafkan kesalahan yang dilakukan orang lain (Warsah, 2020). Adapun ketika remaja memiliki tingkatan *forgiveness* yang baik maka dia juga akan merasa terpenuhi secara spiritual karena dia percaya telah melakukan hal yang baik sesuai dengan agama yang dia percayai (Wulandari & Megawati, 2020).

Beberapa peneliti menganggap *forgiveness* sebagai sebuah proses *psychological-spiritual* yang memiliki struktur yang kompleks yang secara keseluruhan dipengaruhi oleh faktor personal, sosial, dan juga faktor spiritualitas dimana lebih lanjut moralitas dan sikap terhadap ajaran agama banyak berperan secara signifikan (Glaz, 2019). *Spiritualitas* sendiri merupakan sebuah prediktor transcendental dari *forgiveness* dimana dalam beberapa cerita yang mengisahkan beberapa perilaku tertentu menjadi contoh perilaku yang dilakukan individu tersebut dalam kegiatan sehari-hari, dan selanjutnya menjadi kebiasaan dan nilai yang dianut oleh seorang individu dalam kehidupannya (Schnitker et al., 2017). Fehr dalam artikel penelitiannya juga menjelaskan bahwa spiritualitas dari individu cenderung dapat memberikan dorongan kepada diri individu untuk bertindak sesuai dengan apa yang diterima oleh masyarakat, dimana dalam hal ini maka *forgiveness* adalah salah satu perilaku yang diterima Masyarakat (De Leon & Lopez, 2017). Berdasarkan pernyataan tersebut maka dapat dikatakan tekanan sosial dan persepsi masyarakat juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi *forgiveness* pada remaja.

Lebih lanjut *forgiveness* adalah sebuah proses yang mengimplikasikan perubahan atau modifikasi dari emosi, kognisi, atau perilaku dari korban terhadap orang yang bersalah kepada dirinya, dimana ketika seorang remaja gagal untuk mengendalikan emosi kepada orang yang bersalah, maka emosi negatif lain akan ikut muncul seperti kebencian, kemarahan, kekecewaan, ketakutan, dan juga kecemasan (Barcaccia et al., 2018). Faktor perkembangan hormonal pada periode remaja juga menyebabkan remaja untuk mengalami *mood swing* dan reaktifitas kepada beberapa situasi sosial yang lebih ekstrem sehingga memunculkan potensi untuk remaja merasa kesulitan untuk memaafkan kesalahan orang lain ketika dia tidak mampu untuk meregulasi emosinya (Mahama & Osman, 2024).

Menurut Prihastiwi, (2019) model *general affective aggression*, beberapa pengalaman emosional yang menyakitkan dapat mengarah kepada beberapa perilaku agresif, disinilah peran regulasi emosi seorang remaja dimana ketika dia dapat meregulasi emosinya, remaja dapat menenangkan pikiran, perilaku, dan juga respon fisiologis yang dia rasakan dan menghindari beberapa efek samping negatif yang dirasakan ketika mengalami beberapa pengalaman emosional yang tidak menyenangkan. Regulasi emosi adalah sebuah keahlian yang penting untuk dimiliki oleh seorang remaja dimana dalam menjalani aktivitas sosial dengan teman-temannya besar kemungkinan terjadinya konflik diantara individu sehingga dibutuhkan pengendalian emosi dan juga kerendahan hati untuk menerima dan memaafkan beberapa kesalahan yang mungkin terjadi (Ru'iyah et al., 2020). *Forgiveness* juga merupakan sebuah proses menggantikan emosi negatif seperti misalnya kekecewaan dan kebencian menjadi emosi yang lebih positif seperti empati,



simpati, dan belas kasih kepada pelaku kesalahan, sehingga berdasarkan proses tersebut maka individu dituntut untuk dapat mengatasi dorongan natural untuk memunculkan emosi negatif dengan melakukan regulasi emosi (Ho et al., 2020).

Sumbangan efektif yang diberikan spiritualitas dengan regulasi emosi kepada *forgiveness* dari sampel penelitian sebesar 23,3%. Hal ini menandakan bahwa sebanyak 76,7% fenomena *forgiveness* dipengaruhi oleh variabel lain yang berada diluar variabel spiritualitas dan regulasi emosi. Beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi *forgiveness* pada remaja diantaranya adalah *personality*, *family relationship*, dan *school climate dimension* (Lampropoulou et al., 2023). Faktor lain yang dapat mempengaruhi *forgiveness* adalah *self-control* dimana didapatkan remaja yang memiliki *self-control* yang tinggi akan memiliki tingkatan *forgiveness* yang tinggi selama masa remajanya hingga menuju masa dewasa (Allemand et al., 2023).

Forgiveness adalah sebuah hal yang penting bagi remaja ataupun individu dikarenakan adanya *forgiveness* dapat membawa kita melewati luka masa lalu dan selanjutnya membiarkan hubungan kita dengan orang lain dan diri sendiri bertumbuh (Wainryb et al., 2020). Beberapa studi juga menjelaskan bahwa *forgiveness* dapat membantu individu untuk mengembangkan kompetensi emosionalnya dan meringankan beberapa gejala stress dan juga depresi yang dialami selama menjalani kehidupan sehari-hari (Quintana-Orts & Rey, 2018). Berdasarkan hal tersebut maka tingkatan *forgiveness* yang rendah akan memberikan kesulitan kepada individu dalam sisi emosionalnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru terkait dengan *forgiveness* dari remaja ditinjau dari spiritualitas dan juga regulasi emosi agar dapat membantu siswa secara keseluruhan mengembangkan kemampuan dan pemahamannya terkait emosi yang dia miliki.

KESIMPULAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa secara simultan ataupun secara individual, spiritualitas dan regulasi emosi dapat memberikan dampak yang signifikan kepada *forgiveness* dari siswa SMK. Hasil ini menandakan bahwa hipotesis yang disusun oleh peneliti terbukti benar sehingga hipotesis penelitian dapat diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. W. R., Subiantoro, I. H., & Ruchimat, I. (2022). Ngalokat Menuju Refleksi Diri. *PANTUN: Jurnal Ilmiah Seni Budaya*, 6(2), 7–8. <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/pantun/article/view/1811>
- Allemand, M., Grünenfelder-Steiger, A. E., Fend, H. A., & Hill, P. L. (2023). Self-control in adolescence predicts forgivingness in middle adulthood. *Journal of Personality*, 91(2), 400–412. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jopy.12735>
- Aprilia, D. A., & Nashori, F. (2023). Forgiveness In Terms of Emotion Regulation and Empathy. *Proceedings of the International Conference on Islamic Social Sciences and Humanities (ICONISH)*, 1, 1–8. https://fpsc.uui.ac.id/wp-content/uploads/2023/10/Artikel-Iconish-5.-Dwi-Ayu-Aprilia_Fuad-Nashori_Forgiveness-in-Terms-of-Emotion-Regulation-and-Empathy.pdf
- Apriliani, A. (2021). Regulasi Emosi Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Uin Ar-Raniry Banda Aceh Di Masa Pandemi Covid-19. *Uni*.
- Arif, A., Alfarez, D. A., Ramadhan, M. R., & Mardhotillah, B. (2023). Pengaruh Angka Harapan Hidup Saat Lahir (AHH), Harapan Lama Sekolah (HLS) dan Rata-rata Lama Sekolah (RLS) Terhadap Indeks Pembangunan Manusia di Provinsi Jambi.



- Jurnal Statistika Universitas Jambi, 2(2), 116–123.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22437/multiproximity.v2i2.28408>
- Barcaccia, B., Milioni, M., Pallini, S., & Vecchio, G. M. (2018). Resentment or Forgiveness? The Assessment of Forgivingness Among Italian Adolescents. *Child Indicators Research*, 11(4), 1407–1423. <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9483-6>
- Christina, Z. J. (2015). Hubungan religiusitas dengan forgiveness pada warga dewasa awal yang tidak aktif mengikuti ibadah non-minggu di gereja bethel indonesia (GBI) bandung [Universitas Kristen Satya Wacana]. In Repository. <https://repository.uksw.edu/handle/123456789/9162>
- De Leon, M. S. L., & Lopez, G. D. (2017). What does it take to forgive? Predictors of forgiveness among Filipino late adolescents. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 6(2), 1–20. <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2017.1700>
- Diyai, I., Bidjuni, H., & Onibala, F. (2019). Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Perilaku Altruistik Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24332>
- Dwityaputri, Y. K., & Sakti, H. (2015). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Forgiveness Pada Siswa di SMA Islam Cikal Harapan BSD-Tangerang Selatan. *Jurnal EMPATI*, 4(2), 20–25. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14886>
- Dwityaputri, Y. K., & Sakti, H. (2015b). Hubungan antara regulasi emosi dengan forgiveness pada siswa di SMA islam cikal harapan BSD-tanggerang selatan. *Jurnal EMPATI*, 4(2), 25. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2015.14886>
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reforma*, 2(1), 55–65. <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Febriyanti, A., & Juniarly, A. (2020). Memaafkan Pada Dewasa Awal Yang Menjadi Korban Perselingkuhan. *Psychology Journal of Mental Health*, 2(1), 37–48. <https://doi.org/https://doi.org/10.32539/pjmh.v2i1.22>
- Głaz, S. (2019). The Relationship of Forgiveness and Values with Meaning in Life of Polish Students. *Journal of Religion and Health*, 58(5), 1886–1907. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00860-4>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Ho, M. Y., Van Tongeren, D. R., & You, J. (2020). The Role of Self-Regulation in Forgiveness: A Regulatory Model of Forgiveness. *Frontiers in Psychology*, 11(May), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01084>
- Jannah, M. (2016). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam islam adolescence ' s task and development in islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 256. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Krause, N. (2018). Assessing the Relationships among Religion, Humility, Forgiveness, and Self-Rated Health. *Research in Human Development*, 15(1), 33–49. <https://doi.org/10.1080/15427609.2017.1411720>
- Laela, F., & Laksmiwati, H. (2021). Hubungan antara forgiveness dan happiness pada komunitas konselor motivator. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 15. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41665>
- Lampropoulou, A., Lianos, P., & Poullos, A. (2023). Personality, family relationships and school climate dimensions as predictors of dispositional forgiveness in adolescence.



- Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society, 28(1 SE-RESEARCH PAPERS), 176–194. https://doi.org/10.12681/psy_hps.29819
- Mahama, J. K., & Osman, A. A. (2024). An Evaluation of Interventions to Promote Adolescent Gender Forgiveness. *Open Journal of Psychology*. <https://doi.org/10.31586/ojp.2024.902>
- Malik, N., & Suminar, D. R. (2022). Regulasi emosi dan forgiveness pada remaja korban cyberbullying. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(2), 219. <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i2.7104>
- Nabila, S. H., & Herani, I. (2021). Hubungan regulasi emosi dengan forgiveness pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2), 27–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.51353/inquiry.v12i02.508>
- Nasrudin, E., & Jaenudin, U. (2021). Psikologi Agama dan Spritualitas: Memahami Perilaku Beragama dalam Perspektif Psikologi. CV. Pustaka Setia. <https://digilib.uinsgd.ac.id/54385/>
- Nastiti, D. (2019). Psikologi proyeksi (pengantar memahami kepribadian secara akurat). In M. Fika (Ed.), Umsida press. sartika budi, Septi Multazam tanzil, M. <https://doi.org/10.21070/2019/978-623-7578-13-0>
- Nurchayani, D., & Prastuti, E. (2021). Regulasi Diri Sebagai Prediktor Stres Akademik Mahasiswa Bekerja Paruh Waktu. *PSIKOVIDYA*, 24(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v24i2.161>
- Pariartha, N. K. A. M. Y. H., Az Zahra, A. C., Anggini, C. T., & Eva, N. (2022). The Role of Forgiveness and Social Support on Psychological Well Being Among Women in Dating Violence. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 13(2 SE-Articles), 130–143. <https://doi.org/10.26740/jpvt.v13n2.p130-143>
- Pietersz, J. F. (2023). Hubungan antara spiritualitas dengan pemaafan (forgiveness) pada individu yang percaya menjadi korban suanggi di kota ambon. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(2), 8. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.14265>
- Prasylia, N. E. (2015). Hubungan Religiusitas Dengan Forgiveness Pada Individu Yang Tidak Melakukan Praktik Agama (Vol. 53, Issue 9) [Universitas Kristen Satya Wacana]. <https://repository.uksw.edu/handle/123456789/9480>
- Prihastiwati, W. J. (2019). Role of self concept, emotional regulation, empathy in predicting forgiveness in teens of junior high school students in Surabaya. *Humanities and Social Sciences Reviews*, 7(3), 138–144. <https://doi.org/10.18510/hssr.2019.7321>
- Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Forgiveness, Depression, and Suicidal Behavior in Adolescents: Gender Differences in this Relationship. *The Journal of Genetic Psychology*, 179(2), 85–89. <https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1434478>
- Rahmawati. (2016). Hubungan hope, happiness dan forgiveness terhadap marital adjustment pasutri di kota serang. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 63. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v1i1.1895>
- Ramírez Jiménez, M. S., & Serra Desfilis, E. (2020). Does Christian Spirituality Enhance Psychological Interventions on Forgiveness, Gratitude, and the Meaning of Life? A Quasi-Experimental Intervention with the Elderly and Youth. In *Nursing Reports* (Vol. 10, Issue 2, pp. 182–206). <https://doi.org/10.3390/nursrep10020022>
- Ru'iyah, S., Diponegoro, A. M., Cahyo, H., & Kistoro, A. (2020). Religiosity, forgiveness, and subjective well-being among adolescents in Yogyakarta. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29(4), 2918–2926.
- Saputro, K. Z. (2017). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 32.



- <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sary, Y. N. E. (2017). Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 12. <https://journal.unhasa.ac.id/index.php/jpengmas/article/view/1>
- Schnitker, S. A., Houlberg, B., Dyrness, W., & Redmond, N. (2017). The virtue of patience, spirituality, and suffering: Integrating lessons from positive psychology, psychology of religion, and Christian theology. *Psychology of Religion and Spirituality*, 9(3), 264–275. <https://doi.org/10.1037/rel0000099>
- Silfiyah, K., Suroso, & Rini, A. P. (2019). Hubungan Antara Religiusitas Dan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Prosocial Pada Remaja Di Smk Ketintang Surabaya. *At-Tuhfah*, 8(2), 26–38. <https://doi.org/10.36840/jurnalstudikeislaman.v8i1.168>
- Sudjarwo, E. (2022). Remaja Lamongan yang Dihamili Mantan Pacar Pilih Putus Sekolah. *DetikJatim*. <https://www.detik.com/jatim/hukum-dan-kriminal/d-6216681/remaja-lamongan-yang-dihamili-mantan-pacar-pilih-putus-sekolah>
- Supriyadi, T., Rahman, Z. A., & Perdini, T. A. (2021). Variabel Forgiveness Ditinjau Dari Religiusitas Pada Remaja. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 21(1), 31–44. <https://doi.org/10.31599/jki.v21i1.306>
- Supriyanto, A. D. (2018). Hubungan antara spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis pada anggota pkk cenderawasih i dusun ponjen kidul. In *Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Malang*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/12705/>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). Perkembangan Masa Remaja Akhir (Tugas, Fisik, Intelektual, Emosi, Sosial dan Agama) dan Implikasinya pada Pendidikan. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(6 SE-), 1956–1963. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i6.664>
- Theofani, E., & Herdiana, I. (2020). Meningkatkan resiliensi penyintas pelesual melalui terapi pemaafan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 7. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.9865>
- Urrahmah, C. S. (2022). Hubungan Forgiveness Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Korban Perceraian Di Kec. Lembah Seulawah Kab. Aceh Besar [UIN Ar-Raniry Banda Aceh]. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/25417%0A>
- Wainryb, C., Recchia, H., Faulconbridge, O., & Pasupathi, M. (2020). To err is human: Forgiveness across childhood and adolescence. *Social Development*, 29(2), 509–525. <https://doi.org/10.1111/sode.12413>
- Warsah, I. (2020). Forgiveness Viewed from Positive Psychology and Islam. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 3(2 SE-Articles), 108–121. <https://doi.org/10.25217/igcj.v3i2.878>
- Wisudaningsi, B. A., Arofah, I., & Belang, K. A. (2019). Pengaruh Kualitas Pelayanan Dan Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Dengan Menggunakan Metode Analisis Regresi Linear Berganda. *Statmat: Jurnal Statistika Dan Matematika*, 1(1), 103–116. <https://doi.org/10.32493/sm.v1i1.2377>
- Wulandari, I., & Megawati, F. E. (2020). The Role of Forgiveness on Psychological Well-Being in Adolescents: A Review BT - Proceedings of the 5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2019). 99–103. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200120.022>



- Zhang, L., Lu, J., Li, B., Wang, X., & Shangguan, C. (2020). Gender differences in the mediating effects of emotion-regulation strategies: Forgiveness and depression among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 163, 110094. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110094>
- Zulfi, I. (2018). Religiusitas dan pemaafan pada mahasiswa UII [Universitas Islam Indonesia]. In *Psikologi fakultas psikologi dan ilmu budaya (Issue 0274)*. <https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/12364>

