

Hubungan Pemaafan Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Correlation of Forgiveness and Resilience in Final Year Students

Muhammad Ramadhan¹, Rahmia Dewi^{2*}, Hafnidar Hafnidar³

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: rahmia.dewi@unimal.ac.id

Abstract: Resilience is an ability that can help individual to survive and return to being productive in dealing with conflicts or pressures that occur in life. Forgiveness is predicted to be a variable related to increased resilience (resilience). This study aims to determine whether there is a relationship between forgiveness and resilience in final year students at Malikussaleh University. The research method used is a type of quantitative research involving 187 research respondents who were taken by random sampling method. The data collection process was carried out by distributing the resilience scale of the forgiveness scale. Based on the research that has been done, it is known that final year students at Malikussaleh University have a moderate level of forgiveness in the moderate category, namely 74.3%, and have a moderate level of resilience or resilience, namely 69.5%. Based on the results of the Pearson product moment correlation test with $N = 187$, a correlation coefficient (r count) of 0.262 and a p (sig) value of 0.000 is obtained, so it is known that the p value (sig) is smaller than $\alpha = 0.05$. So it can be concluded that there is a significant positive relationship between forgiveness and resilience in final year students at Malikussaleh University.

Keywords: Forgiveness, Resilience, Student

Abstrak: Resiliensi merupakan suatu kemampuan yang dapat membantu individu untuk bertahan serta kembali produktif dalam menghadapi konflik atau tekanan yang terjadi dalam kehidupan. pemaafan diprediksi merupakan variabel yang berhubungan dengan peningkatan resiliensi (ketahanan). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pemaafan dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh. Metode penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif dengan melibatkan 187 responden penelitian yang diambil dengan metode *random sampling*. Proses pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran skala pemaafan skala resiliensi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh memiliki tingkat pemaafan dalam kategori yang sedang yaitu 74,3% , serta memiliki tingkat resiliensi atau ketahanan dalam kategori sedang yaitu 69,5% .Berdasarkan hasil uji korelasi *pearson product moment* dengan jumlah $N = 187$ didapatkan koefisien korelasi (r hitung) sebesar 0.262 dan nilai p (sig) sebesar 0.000, maka diketahui bahwa nilai p (sig) lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara pemaafan dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh.

Kata Kunci: Mahasiswa, Pemaafan, Resiliensi

Pendahuluan

Fenomena banyaknya mahasiswa yang lama dalam menyelesaikan kuliah menjadi suatu masalah tersendiri yang sering dipertanyakan. Dan hal ini juga menjadi kecemasan tersendiri bagi mahasiswa tingkat akhir dalam menjalani penyelesaian kuliah serta menjawab tuntutan pertanyaan yang menanyakan lamanya menyelesaikan perkuliahan atau lama lulus oleh berbagai pihak (Susilo & Eldawaty, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara sebelumnya yang dilakukan pada 10 orang mahasiswa diketahui bahwa penyebab dari lamanya waktu penyelesaian skripsi diakibatkan oleh beberapa hal seperti kesulitan dalam menentukan judul, minat membaca yang minim pada mahasiswa, malas menerjemahkan jurnal yang berbeda bahasa sehingga berakibat pada malasnya mengerjakan skripsi, serta ketakutan atau kecemasan mendapat kritikan yang terlalu berlebihan dari dosen pembimbing.

Selain itu hal lain penyebab mahasiswa menempuh waktu yang lama dalam menyelesaikan skripsinya adalah mahasiswa tersebut kurang bisa mengatur waktu dalam menyelesaikan skripsi, kesulitan dalam mencari jurnal atau sumber referensi, memiliki hambatan berupa sulitnya bertemu dosen pembimbing (Andersen, 2020). Berbagai hambatan serta kemalasan tersebut menyebabkan mahasiswa mengalami ketertinggalan dari teman-teman mahasiswa yang lain sehingga stresor tersendiri bagi mahasiswa tersebut. stressor ini yang

membuat mahasiswa merasa frustrasi, menurunnya semangat, dan rendahnya kepercayaan diri mahasiswa dalam menyelesaikan studinya (Andersen, 2020).

Untuk menghadapi dan beradaptasi dengan situasi yang penuh dengan tekanan selama penyelesaian tugas akhir skripsi, sangat perlu adanya kemampuan bertahan atau resiliensi untuk menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir (Saputro & Nashori, 2017), sehingga mampu menyelesaikan pendidikan sarjananya tanpa mengalami gangguan atau masalah secara psikologis.

Resiliensi merupakan kualitas kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan atau permasalahan (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi dapat meningkatkan kesehatan mental dan kemampuan dalam menyesuaikan diri mahasiswa dalam menjalani kehidupan di kampus (Saputro & Nashori, 2017). Namun, seringkali diketahui bahwa resiliensi pada mahasiswa seringkali rendah saat permasalahan dan kesulitan selama menyusun skripsi (Andersen, 2020). Beberapa mahasiswa lebih memilih menyerah dan lebih baik mengulang penyusunan skripsi disemester depan, dan bahkan ada yang menyerah dan tidak melanjutkan kuliah lagi.

Hal yang paling mengerikan lagi adalah berujung pada bunuh diri akibat tidak sanggupnya menghadapi tekanan yang harus dialami dalam pengerjaan skripsi. Seperti kasus yang terjadi dua tahun lalu, dimana mahasiswa

semester akhir mengakhiri hidupnya karena skripsinya kerap kali mengalami penolakan dari dosennya (Dewi, 2020). Kasus serupa juga terjadi akhir-akhir ini yaitu tepatnya dibulan Febuari lalu dimana mahasiswa ditemukan gantung diri di toilet mushalla. Dari hasil penyelidikan polisi diketahui bahwa korban merupakan seorang mahasiswa tingkat Akhir di salah satu perguruan tinggi kediri (Wismabrata, 2022).

Salah satu faktor penyebab terjadinya hal tersebut adalah rendahnya ketahanan terhadap stres, serta ketidakmampuan menerima penolakan yang terjadi (Dewi, 2020). Untuk itu diperlukan adanya pemaafan berupa penerimaan terhadap diri sendiri dan pemaafan terhadap situasi yang terjadi, sehingga mahasiswa mampu melanjutkan tugas akhirnya (Zulfi, 2017). Namun berdasarkan kejadian yang ditemui dilapangan, masih banyaknya mahasiswa yang tidak dapat memaafkan dan tidak dapat menerima ketertinggalan yang dialami dan bahkan tidak mu bertemu dengan teman-temannya karena ia merasa tertinggal jauh. Sehingga akhirnya menyebabkan mahasiswa tersebut terus tidak ingin menyelesaikan skripsinya dan memilih untuk menyerah (Observasi dan wawancara, 2022).

Pemaafan merupakan strategi koping yang dapat mendukung individu dalam menghadapi permasalahan, serta biasa digunakan dalam menghadapi tekanan dalam hidup (Scull, 2015). *forgiveness* termasuk koping befokus emosi karena fungsinya adalah untuk merubah emosi

yang semula negatif menjadi emosi yang positif melalui pemaknaan kembali atas suatu kejadian (Pridayati & Indrawati, 2019). Koping befokus emosi membantu individu untuk membangun emosi yang positif, tidak meratapi kesedihan yang mereka alami, serta lebih mampu mengendalikan diri (Dewi. dkk, 2022)

Pemaafan dapat membantu individu menerima dan menghadapi situasi yang terjadi serta menghindari individu dari perasaan negatif yang menyebabkan individu menjauh atau menghindari, menarik dari lingkungan yang penting baginya untuk menghadapi dan menyelesaikan tugasnya dilingkungan tersebut (Hafnidar, Junita & Zahara, 2021) bahwa pemaafan dapat meningkatkan resiliensi seseorang (Nashori, 2011) Hal ini sejalan, dengan yang diungkapkan oleh Resnick, dkk (dalam Hafnidar, Junita & Zahara, 2021) bahwa pemaafan merupakan salah satu faktor yang dapat mendukung seseorang untuk resilien.

Terdapat beberapa bentuk pemaafan yaitu pemaafan diri sendiri, pemaafan orang lain dan pemaafan situasi (Habibi & Hidayati, 2017). McCullough (dalam Nashori dkk, 2011) mengungkapkan ketika individu memberikan pemaafan, individu akan menghapus segala bentuk keinginan negatif, seperti keinginan untuk tidak mau melakukan kontak personal dan psikologis kepada pihak yang berkonflik, keinginan untuk balas dendam dan berusaha untuk menyakiti pelaku pelanggaran dengan

tujuan agar pelaku pelanggaran merasakan sakit yang sama.

Berdasarkan yang terjadi dilapangan bentuk pemaafan yang sudah dilakukan oleh mahasiswa tingkat akhir di universitas Malikussaleh yaitu mereka mencoba untuk memaafkan diri mereka karena telah lalai dalam mengerjakan skripsinya sehingga tertinggal jauh dari teman teman mereka. Kemudian mereka juga dapat menerima kritikan serta masukan dari dosen yang awalnya merasa tertekan setiap mendapat coretan dari dosen.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti melihat adanya kaitan antara pemaafan dengan resiliensi terhadap mahasiswa tingkat akhir. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk membuktikan dugaan tersebut.

Pemaafan merupakan perbaikan secara interpersonal dan intrapersonal (dalam diri) agar korban dapat memaafkan secara total agar respon negatif dapat berubah ke netral kemudian menjadi respon secara positif (Thompson dkk, 2005).

McCullough (1998) mendefinisikan pemaafan sebagai suatu motivasi untuk mengubah seseorang agar tidak membalas dendam dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang telah menyakiti serta meningkatkan dorongan untuk konsiliasi hubungan dengan pihak yang telah menyakiti.

Menurut Nashori (2011) pemaafan (*forgiveness*) adalah kesediaan untuk

meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan mengembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil.

Enright & Coyle (dalam Soesilo, 2013) menyebutkan pemaafan sebagai kesediaan untuk melepaskan hak sendiri untuk menunjukkan kebencian, penghakiman negatif dan perilaku tidak peduli terhadap seseorang yang tidak seharusnya merugikan individu, dan bersamaan dengan ini mengembangkan kualitas bela rasa, kedermawanan, dan bahkan kasih terhadap pelaku kendati si pelaku sebenarnya tidak berhak menerima kualitas tersebut.

Berdasarkan defenisi menurut beberapa tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa pemaafan adalah kemampuan untuk mengembangkan emosi dan pemikiran menjadi lebih positif serta melepaskan hak untuk menunjukkan kebencian, dan meningkatkan kualitas hubungan dan diri menjadi lebih baik.

Menurut Thompson, dkk. (2005) dimensi pemaafan terdiri dari 3 aspek, yaitu:

a. Pemaafan Diri (*Forgiveness of Self*)

Kecenderungan individu untuk memaafkan dirinya sendiri. Kecenderungan ini dapat terlihat dari valensi respon (perilaku, kognitif, emosi) individu terhadap dirinya setelah peristiwa pelanggaran terjadi. Individu yang mampu memaafkan dirinya sendiri adalah seseorang yang mampu

mengubah valensi respon negative menjadi positif atau netral setelah peristiwa pelanggaran terjadi. Respon tersebut dapat diwujudkan dalam bentuk sikap tertentu, yaitu dengan adanya perasaan positif terhadap dirinya sendiri, melupakan kejadian buruk mengenai peristiwa pelanggaran yang terjadi, memahami dan menerima dirinya sendiri setelah peristiwa pelanggaran dialami olehnya.

b. Pemaafan Orang Lain (*Forgiveness of Others*)

Kecenderungan individu untuk memaafkan orang lain. Kecenderungan tersebut dapat terlihat dari valensi respon (emosi, kognitif, perilaku) seseorang terhadap orang yang bersalah kepadanya. Individu yang mampu memaafkan orang lain adalah individu yang mampu mengubah valensi respon negative menjadi positif atau netral terhadap orang yang bersalah atas peristiwa pelanggaran yang terjadi. Respon tersebut diwujudkan dalam bentuk perilaku dan sikap tertentu, yaitu berperilaku baik, memahami, dan berpikir positif terhadap orang yang bersalah atas peristiwa pelanggaran yang terjadi, serta melupakan perilaku buruk yang dilakukan orang tersebut.

c. Pemaafan Situasi (*Forgiveness of Situations*)

Kecenderungan individu untuk memaafkan keadaan sekitar, kejadian, atau situasi negatif yang melebihi batas kontrol manusia

seperti penyakit, takdir, atau bencana alam. Kecenderungan tersebut dapat terlihat dari valensi respon (emosi, kognitif, perilaku) individu terhadap peristiwa negatif yang terjadi melebihi batas kontrol manusia. Individu yang mampu memaafkan situasi adalah individu yang mampu mengubah valensi respon negatif menjadi positif atau netral terhadap keadaan sekitar, kejadian, atau situasi negatif yang melebihi batas kontrol manusia. Respon tersebut diwujudkan dalam bentuk sikap tertentu, yaitu berpikir positif, menerima, memahami, dan memiliki perasaan positif terhadap keadaan sekitar, kejadian, atau situasi negatif yang melebihi batas kontrol manusia.

Reivich & Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam merespon keadaan yang sulit secara sehat dan mampu untuk tetap produktif walaupun dihadapkan pada situasi yang tidak nyaman yang dapat memicu terjadinya stres. Connor dan Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kualitas pribadi yang memungkinkan individu untuk bangkit ketika menghadapi kesulitan. Definisi tersebut sejalan seperti yang disampaikan oleh Grothberg (2003) bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk menghadapi, mengatasi dan menjadi pribadi yang lebih kuat atas kesulitan yang dihadapinya.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah suatu kemampuan yang terdapat dalam diri individu untuk mampu bangkit kembali, tetap bertahan dan produktif, mampu mengatasi dan menghadapi situasi yang sulit serta menjadi pribadi yang lebih tangguh dalam menghadapi situasi yang terjadi.

Reivich & Shatte (2002) memaparkan tujuh aspek dari resiliensi, aspek-aspek tersebut adalah pengaturan emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

1. *Emotion Regulation*

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Emosi yang dirasakan oleh seseorang cenderung berpengaruh terhadap orang lain. Semakin individu terasosiasi dengan kemarahan maka akan semakin menjadi seorang yang pemaarah. Namun, tidak semua emosi yang dirasakan oleh individu harus dikontrol, seperti emosi marah, sedih, gelisah dan rasa bersalah tidak kemudian harus diminimalisir. Hal ini dikarenakan mengekspresikan emosi yang dirasakan baik emosi positif maupun negatif merupakan hal yang konstruktif dan Kompetensi personal, standar tinggi, dan keuletan sehat, bahkan kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara tepat

merupakan bagian dari resiliensi. Tenang dan fokus, dua keterampilan ini akan membantu individu untuk mengontrol emosi yang tidak terkendali, menjaga fokus pikiran ketika banyak hal yang mengganggu, serta mengurangi stres yang dialami oleh individu.

2. *Impulse Control*

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku. Individu akan menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif. Individu dapat mengendalikan impulsivitas dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respon yang tepat pada permasalahan yang ada. Pencegahan dapat dilakukan dengan menguji keyakinan individu dan mengevaluasi kebermanfaatannya terhadap pemecahan masalah.

3. *Optimisme*

Individu yang resiliensi adalah individu yang optimis, optimisme adalah ketika individu melihat bahwa masa depannya cemerlang. Optimisme yang dimiliki oleh individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan

yang mungkin terjadi di masa depan. Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu bila diiringi dengan self-efficacy, hal ini dikarenakan dengan optimisme yang ada seorang individu terus didorong untuk menemukan solusi permasalahan dan terus bekerja keras demi kondisi yang lebih baik. Optimisme yang dimaksud adalah optimisme yang realistis (*realistic optimism*), yaitu sebuah kepercayaan akan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan *unrealistic optimism* dimana kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya. Perpaduan antara optimisme yang realistis dan self-efficacy adalah kunci resiliensi dan kesuksesan.

4. *Causal Analysis*

Aspek ini merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang di hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang di hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama. Individu yang resiliensi adalah individu yang memiliki fleksibilitas kognitif. Individu mampu mengidentifikasi semua penyebab yang menyebabkan kemalangan yang menyimpannya. Individu yang resiliensi tidak akan menyalahkan orang lain atas

kesalahan yang di perbuat demi menjaga self-esteem atau membebaskan individu tersebut dari rasa bersalah. Baiknya individu tersebut tidak terlalu terfokus pada faktor-faktor yang berada diluar kendalinya, sebaliknya akan memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan individu mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup, bangkit, dan meraih kesuksesan.

5. *Empathy*

Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Individu yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif. Sebaliknya, ketidakmampuan berempati berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial. Ketidakmampuan individu untuk membaca tanda-tanda nonverbal orang lain dapat sangat merugikan, baik dalam konteks hubungan kerja maupun hubungan personal, hal ini dikarenakan kebutuhan dasar manusia untuk dipahami dan dihargai. Individu dengan empati yang rendah cenderung mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resiliensi, yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain.

6. *Self-Efficacy*

Efikasi diri adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. Efikasi diri

merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan. Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi. Individu dengan resiliensi tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakannya itu tidak berhasil. Efikasi diri adalah hasil pemecahan masalah yang berhasil sehingga seiring dengan individu membangun keberhasilan sedikit demi sedikit dalam menghadapi masalah, maka efikasi diri tersebut akan terus meningkat. Sehingga hal tersebut menjadi sangat penting untuk mencapai resiliensi.

7. *Reaching Out*

Resiliensi bukan hanya individu yang memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu resiliensi juga merupakan kapasitas individu meraih aspek positif dari sebuah keterpurukan yang terjadi dalam dirinya. Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*, hal ini dikarenakan individu tersebut telah diajarkan sejak kecil untuk sedapat mungkin menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan. Hal ini menunjukkan kecenderungan individu untuk berlebihan (*overestimate*) dalam memandang kemungkinan hal-hal buruk yang dapat terjadi di masa mendatang.

Individu-individu ini memiliki rasa ketakutan untuk mengoptimalkan kemampuannya hingga batas akhir.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi menurut Reivich and Shatte (2002) yaitu:

1. Faktor Individu

Faktor yang bersumber dari dalam diri individu. Di mana faktor individu ini dapat membantu individu untuk dapat mengatasi kesulitan dalam hidup, dapat membantu individu untuk mengembangkan resiliensi, serta merujuk pada kemampuan individu untuk dapat mengatasi dirinya sendiri ketika sedang berada dalam situasi yang menekan dan tidak nyaman. Yang termasuk di dalam faktor individu di antaranya adalah harga diri (*self-esteem*), empati, rasa humor, intelegensi, kontrol diri, maupun kepribadian.

2. Faktor Keluarga

Keluarga merupakan salah satu faktor pendukung penting dalam terwujudnya resiliensi pada diri individu. Di mana keadaan keluarga yang harmonis akan mampu membantu individu untuk mampu bertahan dalam keadaan sulit dan mampu mengembangkan resiliensi. Yang termasuk di dalam faktor keluarga di antaranya adalah lingkungan rumah yang harmonis, adanya kepercayaan, pola komunikasi yang baik antara anak dan orang tua.

3. Faktor Lingkungan

Faktor pendukung yang bersumber dari lingkungan terutama masyarakat yang dapat membantu individu untuk dapat mengembangkan resiliensi dan mampu mengatasi permasalahan serta keluar dari situasi yang sulit. Yang termasuk di dalam faktor lingkungan di antaranya adalah hubungan yang positif dengan teman, maupun dengan lingkungan tempat tinggal.

Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Karakteristik populasi responden penelitian adalah mahasiswa Universitas Malikussaleh semester akhir (mahasiswa angkatan 2016 - 2018). Berhubung jumlah populasi mahasiswa yang belum lulus dari angkatan 2016-2018 terlalu banyak yaitu 6003 mahasiswa, sehingga pengambilan mahasiswa untuk populasi penelitian ini dibatasi berdasarkan jumlah mahasiswa yang belum lulus terbanyak dari seluruh jurusan, sehingga berdasarkan jumlah data keseluruhan populasi dibatasi hanya dari jurusan Teknik Sipil (2016), Teknik Mesin (2017), Hukum (2018), serta jurusan Psikologi angkatan 2016-2018.

Hasil

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil yaitu sebagai berikut:

Tabel 2

Kategorisasi skala pemaafan

Jumlah mahasiswa angkatan 2016 dengan mahasiswa yang belum lulus terbanyak dari seluruh jurusan yaitu mahasiswa yang berasal dari teknik sipil, kemudian pada angkatan 2017 mahasiswa yang belum lulus terbanyak terdapat pada jurusan teknik mesin, dan untuk angkatan 2018 mahasiswa yang belum lulus terbanyak terdapat pada jurusan hukum.

Kemudian berdasarkan banyaknya rumor yang beredar bahwa program studi psikologi sebagai prodi dengan mahasiswa yang paling lama lulus, maka program studi psikologi juga dijadikan sebagai salah satu kategori dan sebagai populasi dalam penelitian ini, sehingga diperoleh jumlah keseluruhan untuk populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 638 mahasiswa tingkat akhir. Jumlah populasi secara lebih detail dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1

Jumlah Populasi Responden

Jurusan	Angkatan	Jumlah
Teknik Sipil	2016	109
Teknik Mesin	2017	119
Hukum	2018	197
Psikologi	2016-2018	213
Jumlah		638

		Kategori Pemaafan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	25	13,4	13,4	13,4
	Sedang	139	74,3	74,3	87,7
	Rendah	23	12,3	12,3	100,0
Total		187	100,0	100,0	

Pada tabel diatas terlihat bahwa mahasiswa akhir di Universitas Malikussaleh memiliki pemaafan yang berada pada kategori sedang yaitu 74,3 %. Dalam kategori tinggi pemaafan hanya dimiliki oleh mahasiswa hanya sebanyak 13,4%, dan dalam kategori rendah pemaafan dimiliki yaitu 12,3 %. Sedangkan hasil pengukuran kategorisasi skala Resiliensi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3
Kategorisasi skala resiliensi

		Kategori Resiliensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	28	15,0	15,0	15,0
	Sedang	130	69,5	69,5	84,5
	Rendah	23	15,5	15,5	100,0
Total		187	100,0	100,0	

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tingkat resilien atau ketahanan yang dimiliki oleh mahasiswa akhir Universitas Malikussaleh juga berada pada kategori sedang yaitu 69,5%. Dalam kategori tinggi pemaafan hanya dimiliki 15,0%, dan dalam kategori rendah pemaafan dimiliki yaitu 15,5%. Berdasarkan tabel uji asumsi diperoleh yaitu:

Tabel 4
Hasil uji normalitas

		Kolmogorov-Smirnov ^a		
		Statistic	df	Sig.
Pemaafan		,065	187	,053
Resiliensi		,072	187	,021

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pada skala pemaafan nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed) diperoleh sebesar 0,053 yang bermakna bahwa $(p) > 0,05$. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov-Smirnov diatas, dapat disimpulkan bahwa data hasil penelitian yang telah diperoleh untuk variabel pemaafan berdistribusi normal. Sedangkan untuk resiliensi nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed) diperoleh sebesar 0,021 yang bermakna bahwa $(p) < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data hasil penelitian yang telah diperoleh untuk variabel resiliensi berdistribusi tidak normal.

Tabel 5
Hasil uji linieritas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi	Between	(Combined)	3032,695	26	116,642	1,960	,006
*Pemaafan	Groups	Linearity	863,868	1	863,868	14,515	,000
		Deviation from Linearity	2168,827	25	86,753	1,458	,086
Within Groups			9522,599	160	59,516		
Total			12555,294	186			

Berdasarkan tabel ANOVA diatas terlihat bahwa Linearity mempunyai nilai signifikansi yaitu 0.000 ($p < 0,05$), ini menunjukkan bahwa hubungan antar variabel pemaafan dan resiliensi linear. Kemudian Deviation from Linearity diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,086 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan data dengan data linear idel. Dengan kata lain, data tersebut menunjukkan antara variabel pemaafan dan resiliensi memiliki pola hubungan yang linear.

Penelitian ini menggunakan analisis korelasi berdasarkan *pearson product moment*. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6
Hasil uji korelasi *pearson product moment*

		Pemaafan	Resiliensi
Pemaafan	Pearson Correlation	1	,262**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	187	187
Resiliensi	Pearson Correlation	,262**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	187	187

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

Bedasarkan hasil uji korelasi *pearson product moment* dengan jumlah $N = 187$ didapatkan koefisien korelasi (r hitung) sebesar 0.262 dan nilai p (sig) sebesar 0.000, maka diketahui bahwa nilai p (sig) lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$, Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel berkorelasi atau memiliki hubungan yang signifikan antara pemaafan dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh.

Diskusi

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pemaafan memiliki peranan yang penting terhadap ketahanan pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang

bermakna bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara pemaafan dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh.

Meskipun penelitian dilakukan pada subjek serta karakteristik penelitian yang berbeda, namun penelitian ini memiliki hasil penelitian yang sama dengan beberapa penelitian sebelumnya dimana membuktikan bahwa ada hubungan positif antara pemaafan dengan resiliensi (Resnick, dkk, 2011; Nashori, 2011; Salsabila, dkk., 2019; Gupta & Kumar, 2015; Gayatrividu, dkk., 2014); Kim & Lee, 2014; Saputro & Nashori, 2017; Habibi & Hidayati, 2018). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Darmawan (2016), yang menyebutkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara pemaafan diri (*self-forgiveness*) dengan resiliensi.

Hasil kategorisasi antara pemaafan dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh sama-sama berada pada kategori yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir tersebut belum mampu memaafkan serta belum mampu menerima dengan baik situasi yang mereka hadapi sehingga menyebabkan lamanya proses mereka dalam menyelesaikan skripsi. Ini membuktikan bahwa semakin mahasiswa tingkat akhir melakukan pemaafan baik pada diri sendiri, orang lain, dan situasi yang sedang terjadi, maka semakin besar pula kemungkinan mereka dapat bertahan dan mampu menyelesaikan tugas akhir mereka dengan baik.

Adanya pemaafan dan penerimaan terhadap hambatan menyebabkan mahasiswa tingkat akhir lebih percaya serta tidak menyerah dalam menyelesaikan tugas merupakan salah satu coping bagi mahasiswa akhir tetap bertahan untuk menyelesaikan tugas akhir tersebut hingga tuntas. Mahasiswa tingkat akhir memiliki resiliensi yang tinggi, karena mereka percaya diri mampu mencapai tujuan dan memiliki misi yang jelas seperti menyelesaikan skripsi, maka mahasiswa tersebut bisa menghadapi kesulitan-kesulitan saat pengerjaan skripsi (Oktaviani & Cahwulan, 2021).

Mahasiswa yang memiliki pemaafan yang tinggi dalam dirinya dan tidak merasa bersalah ketika mengalami kegagalan dalam proses penyelesaian tugas akan lebih mampu menerima ketertinggalan serta lebih mampu menerima segala tantangan yang harus dihadapinya dalam proses penyelesaian tugasnya sebagai mahasiswa akhir. Hal ini seperti yang disebutkan oleh Oktaviani & Cahwulan (2021) bahwa salah satu faktor yang memberi kontribusi terhadap resiliensi yaitu kemampuan individu untuk tidak mengkritik diri dan tidak merasa bersalah ketika menghadapi kegagalan atau sedang berada pada masa yang sulit.

Resiliensi mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh memiliki nilai yang kurang dalam hal optimis dan efikasi diri

mereka sehingga berdampak pada terlambatnya mereka menyelesaikan tugas akhir. Inilah alasan yang menyebabkan tingkat resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh berada dalam kategori sedang, karena aspek optimisme dan efikasi diri merupakan hal yang sangat penting dalam mencapai resiliensi (ketahanan) yang menyebabkan individu memiliki komitmen yang tinggi dalam memecahkan masalahnya serta tidak menyerah ketika usaha mereka gagal (Reivich & Shatte, 2002).

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh memiliki tingkat pemaafan yang sedang yaitu sebesar 68 % (85 mahasiswa) dan tingkat resiliensi yang sedang pula yaitu sebesar 67 % (84 mahasiswa). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pemaafan dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh. Artinya semakin tinggi pemaafan yang dimiliki maka akan semakin resilien mahasiswa tersebut. Tingkat pemaafan yang sedang mengakibatkan resilien yang dimiliki sedang. Demikian pula halnya jika pemaafan yang dimiliki rendah, maka akan semakin rendah pula tingkat

resilien atau ketahanan yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir tersebut.

Saran

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi tambahan wawasan bagi mahasiswa baik mahasiswa umum ataupun mahasiswa tingkat akhir untuk dapat meningkatkan pemaafan serta tidak menyalahkan keadaan terhadap kegagalan atau hambatan yang dilalui agar memiliki resiliensi yang baik.

Khususnya bagi masing-masing program studi atau jurusan di Universitas Malikussaleh, hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi atau acuan untuk membuat program pelatihan serta psikoedukasi terkait resiliensi atau memfasilitasi mahasiswa seperti program pembimbingan dan pendampingan orientasi akademik 2 hingga 3 kali persemester sebelum memasuki semester akhir, serta memberikan bimbingan khusus bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan secara akademik dalam masa studi di atas empat tahun agar dapat mendukung proses penyelesaian tugas akhir.

Dikarenakan kurangnya nilai efikasi diri pada mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini, oleh karena itu bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian secara kualitatif terkait pemaafan dan efikasi diri untuk memperoleh data secara lebih mendalam terkait hal tersebut.

Referensi

- Andersen, Zaaqi. (2020). Perbedaan resiliensi Mahasiswa Yang sedang Menyusun Skripsi Ditinjau Dari Tahun Angkatan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. <http://repository.untag-sby.ac.id/3869/8/Jurnal.pdf>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development Of A New Resilience Scale: The Connor Davidson Resilience Scale (CDRISC). *Journal Of Depression And Anxiety*. Vol 18: 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Darmawan,R.A.D.N.F. (2016). Hubungan Antara *Self-Forgiveness* Dengan Resiliensi Pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Pada Dewasa Muda Di Denpasar – Bali. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Kristen satya Wacana Salatiga
- Dewi, R.K. (2020). Viral Soal Kasus Bunuh Diri Mahasiswa Karena Skripsinya Kerap Ditolak Dosen, Ini Analisis Pengamat Pendidikan. <https://www.kompas.com/tren/read/2020/07/15/120405165/viral-soal-kasus-bunuh-diri-mahasiswa-karena-skripsinya-kerap-ditolak-dosen>
- Dewi, R.,Safuwana,Zahara,C.I.,& Safarina,N.A. (2022). Analisis Strategi Coping Orang Tua yang Memiliki Anak Korban Kekerasan Seksual. *Jurnal Penelitian Pendidikan Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 3 (1): 29-37
- Habibi, M.M & Hidayati, F. (2017). Hubungan Antara Pemaafan Diri Sendiri, Pemaafan Orang Lain, Dan Pemaafan Situasi Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Baru (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Baru Universitas Diponegoro Semarang). *Jurnal Empati*. Volume 6 (Nomor 2), halaman 62 – 69.
- Hafnidar, H., Junita, N & Zahara, C. I. (2021). Pemaafan (Forgiveness) dan Resiliensi (Recilience) pada Pelajar yang mengalami Social Media Fatigue dimasa Pandemi Covid-19. *Journal of Psychological Perspective*. 3(1):47-51. <https://doi.org/10.47679/jopp.311412021>
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington Jr, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of personality and social psychology*, 75(6). <https://doi.org/10.1037//0022-3514.75.6.1586>
- Nashori, F. (2011).Meningkatkan Kualitas Hidup dengan Pemaafan. *UNISIA*,33(75). <https://doi.org/10.20885/unisia.vol33.iss75.art1>
- Nashori, H. F., Iskandar, T. Z., Setiono, K., & Siswadi, A. G. P. (2011) . Tema tema pemaafan pada mahasiswa muslim Yogyakarta. Yogyakarta, YK: FPSB UII. Laporan Penelitian, 2, 27-34
- Oktaviani , M & Cahwulan, W. (2021). Hubungan Antara Self Compassion Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10(2)

- Pridayati, T & Indrawati, E. (2019). Hubungan Forgiveness dan Gratitude. *Jurnal Sosial dan Humaniora*. Vol. 3. No. 3. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/691>
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broad Way Books
- Saputro, I & Nashori, F. (2017) Resiliensi Mahasiswa Ditinjau Dari Pemaafan dan Sifat Kepribadian Agreeableness. *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 4, No. 2. <https://jpi.api-himpsi.org/index.php/jpi/article/view/47/26>
- Soesilo, A. (2013). Forgiveness dan Kesehatan: Forgiveness sebagai Strategi Koping untuk Promosi Kesehatan dan Reduksi Risiko-risiko Kesehatan. Seminar / Diskusi Ilmiah Psikologi Kesehatan. <https://ris.uksw.edu/download/makalah/kode/M01167>
- Susilo, T.E.P & Eldawaty. 2021. Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Prodi Penjasokesrek Fakultas Ilmu Olahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Consilia*. Vol. 4 No 2: 105-113. *From* https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia/article/download/14905/8382
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), 313-360. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Zulfi, I. (2017). Religiusitas dan Pemaafan pada Mahasiswa UUI. *Skripsi*. Program Tudi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.