



**HUBUNGAN *FORGIVENESS* DENGAN *PSYCHOLOGICAL*
WELL-BEING PADA UMAT KRISTEN GEREJA PROTESTAN DI
JAKARTA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

DESIREE GRACIA

705160208

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2020



**HUBUNGAN *FORGIVENESS* DENGAN *PSYCHOLOGICAL*
WELL-BEING PADA UMAT KRISTEN GEREJA PROTESTAN DI
JAKARTA**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Strata Satu
(S-1) Psikologi**

DISUSUN OLEH:

DESIREE GRACIA

705160208

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2020

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Desiree Gracia**

NIM : **705160208**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Hubungan *Forgiveness* dengan *Psychological Well-Being* pada Umat Kristen Gereja Protestan di Jakarta

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.


Jakarta, 13 Juli 2020

Yang Memberikan Pernyataan



Desiree Gracia

Desiree Gracia

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Desiree Gracia**

N I M : **705160208**

Alamat : **Jalan Elang No. 2, Pesanggrahan
Jakarta Selatan 12320**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Hubungan *Forgiveness* dengan *Psychological Well-Being* pada Umat Kristen Gereja Protestan di Jakarta

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 13 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Desiree Gracia

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Desiree Gracia
N.I.M. : 705160208
Program Studi : Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi

Judul Skripsi

Hubungan *Forgiveness* dengan *Psychological Well-Being* pada Umat Kristen Gereja
Protestan di Jakarta

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 1 Juli 2020 dan dinyatakan lulus, dengan majelis penguji terdiri atas:

1. Ketua : Dr. Raja Oloan Tumanggor
2. Anggota : Agoes Dariyo, M.Si., Psi.
Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D.

Jakarta, 13 Juli 2020

Pembimbing



Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat serta kasihNya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Hubungan *Forgiveness* dengan *Psychological Well – Being* pada Umat Kristen Gereja Protestan di Jakarta”. Penyusunan penelitian dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan Program Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada Ibu Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.A., M.P.H., Ph.D selaku dosen pembimbing yang telah memberi semangat, arahan, kritik juga saran selama penyusunan laporan dan pelaksanaan penelitian ini. Kedua, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada orangtua juga adik kembar peneliti, Dennis dan Debra, yang telah berperan besar dalam memberikan dukungan dalam segala bentuk. Ketiga, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Jonathan yang selalu mendampingi setiap langkah peneliti dari awal penyusunan laporan penelitian ini.

Keempat, peneliti ingin ucapkan terima kasih kepada teman-teman peneliti, khususnya Maurina, Sarah, Jenny, Zagita dan Nasya yang selalu bisa diandalkan untuk memberikan dukungan secara langsung dan tidak langsung.

Terakhir, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada seluruh Majelis Sinode GPIB yang telah mengizinkan dan membantu peneliti dalam

pengambilan data secara *online*. Terlebih juga kepada jemaat GPIB di seluruh kota Jakarta yang telah bersedia membantu peneliti dalam pengisian kuesioner penelitian sehingga penyusunan laporan penelitian ini dapat selesai.

Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam bidang psikologi, khususnya dalam bidang psikologi positif Kristiani. Selanjutnya, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi umat Kristen secara keseluruhan khususnya warga jemaat GPIB serta pembaca lainnya. Seluruh isi dari penelitian ini sepenuhnya merupakan tanggung jawab peneliti. Peneliti menyadari bahwa laporan penelitian ini memiliki kekurangan. Oleh sebab itu, segala bentuk kritik dan saran demi kesempurnaan laporan penelitian ini sangat diharapkan.

Jakarta, 22 Juni 2020

Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Desiree Gracia', written in a cursive style.

Desiree Gracia

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Sistematika Penulisan	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	8
2.1 <i>Forgiveness</i>.....	8

2.1.1 <i>Forgiveness</i> dari Sudut Pandang Psikologis.....	8
2.1.2 Dimensi <i>Forgiveness</i>	9
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Forgiveness</i>	10
2.1.4 <i>Forgiveness</i> dari Sudut Pandang Alkitab.....	13
2.2 <i>Psychological Well-Being</i>	15
2.2.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	15
2.2.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	16
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	18
2.3 <i>Emerging</i> dan <i>Young Adulthood</i>	22
2.3.1 Definisi <i>Emerging</i> dan <i>Young Adulthood</i>	22
2.3.2 Perkembangan Fisik <i>Emerging</i> dan <i>Young Adulthood</i>	23
2.3.3 Perkembangan <i>Cognitive</i> Pada <i>Emerging</i> dan <i>Young Adulthood</i>	25
2.3.4 Perkembangan <i>Psychosocial</i> Pada <i>Emerging</i> dan <i>Young Adulthood</i>	26
2.4 <i>Middle Adulthood</i>	29
2.4.1 Definisi <i>Middle Adulthood</i>	29
2.4.2 Perkembangan Fisik <i>Middle Adulthood</i>	31
2.4.3 Perkembangan <i>Cognitive</i> Pada <i>Middle Adulthood</i>	32

2.4.4 Perkembangan <i>Psychosocial</i> Pada <i>Middle Adulthood</i>	35
2.5 Gereja Protestan di Indonesia Bagian Barat (GPIB).....	38
2.5.1 Definisi Gereja.....	38
2.5.2 Sejarah Gereja Protestan di Indonesia Bagian Barat (GPIB)	38
2.6 Kerangka Berpikir	39
2.7 Hipotesis Penelitian.....	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
3.1 Subyek Penelitian	42
3.1.1 Karakteristik Subyek Penelitian.....	42
3.1.2 Gambaran Subyek Penelitian.....	43
3.1.2.1 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
3.1.2.2 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia	43
3.1.2.3 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	44
3.1.2.4 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan.....	45
3.1.2.5 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Lokasi Gereja	46
3.2 Jenis Penelitian.....	46
3.3 Setting dan Instrumen Penelitian	47

3.4 Pengukuran Penelitian	47
3.4.1 Pengukuran Variabel <i>Forgiveness</i>	47
3.4.2 Definisi Konseptual dan Operasional <i>Forgiveness</i>	49
3.4.3 Pengukuran Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	50
3.4.4 Definisi Konseptual dan Operasional <i>Psychological Well-Being</i>	53
3.5 Prosedur Penelitian	56
3.5.1 Persiapan Penelitian	56
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian	56
3.5.3 Pengolahan dan Teknik Analisis Data	56
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	57
4.1 Analisis Data Utama	57
4.1.1 Gambaran Data <i>Forgiveness</i>	57
4.1.2 Gambaran Data <i>Psychological Well-Being</i>	59
4.1.3 Uji Normalitas	61
4.1.4 Uji Korelasi antara <i>Forgiveness</i> dan <i>Psychological Well-Being</i>	62
4.1.5 Uji Korelasi antara Dimensi <i>Forgiveness</i> dengan <i>Psychological Well-Being</i>	64

4.1.6 Uji Korelasi antara Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> dengan	
<i>Forgiveness</i>	65
4.2 Analisis Data Tambahan.....	67
4.2.1 Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Jenis Kelamin Subyek	67
4.2.2 Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	68
4.2.3 Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Usia.....	69
4.2.4 Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Usia	69
4.2.5 Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Pendidikan Terakhir	70
4.2.6 Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Pendidikan	
Terakhir	71
4.2.7 Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Pekerjaan.....	72
4.2.8 Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Pekerjaan	73
4.2.9 Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Lokasi Gereja	74
4.2.10 Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Lokasi Gereja	75
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN.....	77
5.1 Kesimpulan	77
5.2 Diskusi	79

5.3 Saran	88
5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoritis	88
5.3.2 Saran Yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis	89
ABSTRACT.....	xiv
DAFTAR PUSTAKA.....	P-1
LAMPIRAN.....	L-1

DAFTAR TABEL

Tabel 1: Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 2: Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia	44
Tabel 3: Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir	44
Tabel 4: Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan	45
Tabel 5: Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Lokasi Gereja.....	46
Tabel 6: Butir Dimensi <i>Forgiveness</i>	48
Tabel 7: Reliabilitas Dimensi <i>Forgiveness</i>	48
Tabel 8: Butir Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	51
Tabel 9: Reliabilitas Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	52
Tabel 10: Gambaran <i>Mean</i> Empirik Dimensi dan Total <i>Forgiveness</i>	59
Tabel 11: Gambaran <i>Mean</i> Empirik Dimensi dan Total <i>Psychological Well – Being</i>	61
Tabel 12: Uji Normalitas <i>Forgiveness</i> dan <i>Psychological Well-Being</i>	62
Tabel 13: Uji Korelasi <i>Forgiveness</i> dengan <i>Psychological Well – Being</i>	63
Tabel 14: Korelasi Dimensi <i>Forgiveness</i> dengan <i>Psychological Well – Being</i>	65

Tabel 15: Korelasi Dimensi <i>Psychological Well – Being</i> dengan <i>Forgiveness</i>	67
Tabel 16: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	68
Tabel 17: Uji Beda <i>Psychological Well -Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	68
Tabel 18: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Usia	69
Tabel 19: Uji Beda <i>Psychological Well – Being</i> Berdasarkan Usia	70
Tabel 20: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Pendidikan Terakhir	71
Tabel 21: Uji Beda <i>Psychological Well – Being</i> Berdasarkan Pendidikan Terakhir	71
Tabel 22: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Pekerjaan	72
Tabel 23: Uji Beda <i>Psychological Well – Being</i> Berdasarkan Pekerjaan	74
Tabel 24: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Lokasi Gereja.....	75
Tabel 25: Uji Beda <i>Psychological Well – Being</i> Berdasarkan Lokasi Gereja...	76

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Izin Penelitian.....	L-1
Lampiran 2: Kuesioner Penelitian	L-2
Lampiran 3: Reliabilitas Dimensi <i>Revenge Motivations</i>	L-9
Lampiran 4: Reliabilitas Dimensi <i>Avoidance Motivations</i>	L-10
Lampiran 5: Reliabilitas Dimensi <i>Benevolence Motivations</i>	L-11
Lampiran 6: Reliabilitas Dimensi <i>Autonomy</i>	L-12
Lampiran 7: Reliabilitas Dimensi Awal <i>Personal Growth</i>	L-13
Lampiran 8: Reliabilitas Dimensi Akhir <i>Personal Growth</i>	L-14
Lampiran 9: Reliabilitas Dimensi <i>Purpose in Life</i>	L-15
Lampiran 10: Reliabilitas Dimensi <i>Self Acceptance</i>	L-16
Lampiran 11: Reliabilitas Dimensi <i>Environmental Mastery</i>	L-17
Lampiran 12: Reliabilitas Dimensi <i>Positive Relations with Others</i>	L-18
Lampiran 13: Uji Normalitas.....	L-19
Lampiran 14: Uji Korelasi Antara <i>Forgiveness</i> dan <i>Psychological Well-Being</i>	L-20

Lampiran 15: Uji Korelasi Antara Dimensi <i>Forgiveness</i> dan <i>Psychological Well-Being</i>	L-21
Lampiran 16: Uji Korelasi Antara Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>Forgiveness</i>	L-22
Lampiran 17: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	L-24
Lampiran 18: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Usia.....	L-25
Lampiran 19: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Pendidikan Terakhir	L-26
Lampiran 20: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Pekerjaan	L-27
Lampiran 21: Uji Beda <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Lokasi Gereja	L-28
Lampiran 22. Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	L-29
Lampiran 23. Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Usia.....	L-30
Lampiran 24. Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	L-31
Lampiran 25. Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Pekerjaan	L-32
Lampiran 26. Uji Beda <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Lokasi Gereja	L-33

Lampiran 27. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis

Kelamin..... L-34

Lampiran 28. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia L-35

Lampiran 29. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan

Terakhir L-36

Lampiran 30. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan..... L-37

Lampiran 31. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Lokasi Gereja L-38

Lampiran 32. Gambaran *Mean* Empirik Dimensi dan Total *Forgiveness*..... L-39

Lampiran 33. Gambaran *Mean* Empirik Dimensi dan Total

***Psychological Well-Being* L-40**

Lampiran 34. Izin Alat Ukur L-41

Lampiran 35. Skoring Alat Ukur *Forgiveness*..... L-42

ABSTRAK

Desiree Gracia (705160208)

Hubungan *Forgiveness* Dengan *Psychological Well-Being* pada Umat Kristen Gereja Protestan di Jakarta; Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.P.H., M.A., PhD; Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara (i-xiv; 85 halaman; P1-P4; L1-L35)

Penelitian ini melihat hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada umat Kristen gereja Protestan di Jakarta. Banyak individu kesulitan memaafkan pelaku yang menyakiti, padahal kecenderungan untuk memaafkan telah terbukti memiliki efek positif pada kesejahteraan (*well-being*) (Worthington, Witvliet, Pietrini, & Miller, 2007). Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Alat ukur yang digunakan adalah *Transgression Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18)* oleh Agita Nova Purba yang diadaptasi dari McCullough, Root, dan Cohen (2006), sedangkan kuesioner *Psychological Well-Being (PWB)* merupakan milik Bagian Riset dan Pengukuran Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Teknik pengambilan *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Subyek dalam penelitian ini adalah 267 umat Kristen jemaat GPIB dewasa awal dan dewasa tengah berusia 20 – 65 tahun. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *forgiveness* dan *psychological well-being* ($r = - 0.327$ dan nilai $p = 0.000 < 0.05$). Namun, hubungan yang negatif diartikan sebaliknya, yaitu sebagai hubungan positif.

Kata Kunci: *Forgiveness*, *Psychological Well-Being*, Dewasa Awal, Dewasa Tengah, Kristen