

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

PENGARUH SELF-FORGIVENESS TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA

DIMAS KURNIAWAN

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=77169&lokasi=lokal>

Abstrak

Self-forgiveness merupakan proses mengurangi atau menghilangkan rasa marah terhadap diri sendiri dalam setiap kesalahan yang disengaja atau tidak disengaja dengan sedikit demi sedikit menumbuhkan rasa welas asih kepada diri sendiri. Ketidakmampuan individu dalam memaafkan dapat menyebabkan dampak terhadap kesehatan, baik secara fisik, psikologis, perilaku maupun sosial. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari self-forgiveness terhadap kesehatan mental remaja. Sampel dalam penelitian ini ialah remaja yang berusia 13-19 tahun yang telah terkumpul sebanyak 138 responden yang terdiri dari 50 laki-laki dan 88 perempuan, teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah accidental sampling. Instrumen penelitian menggunakan 2 skala yaitu Skala Pemaafan Diri yang dikembangkan oleh Larasati & Widyastuti (2020), dan Mental Health Continuum Scale ? Short Form (MHC-SF) yang dikembangkan oleh Keyes (2018). Total item pertanyaan pada kuesioner terdapat 27 item. Data penelitian diolah dan dianalisis menggunakan metode analisa regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS versi 17.0. Hasil dari penelitian ini ditunjukkan dengan hasil koefisien R sebesar 0,549 dan R Square sebesar 0,301 atau 30,1%, dengan hasil ini ditunjukkan bahwa kontribusi self-forgiveness terhadap terbentuknya kesehatan mental sebesar 30,1%. Hasil uji hipotesis didapatkan nilai B unstandardized coefficient sebesar 1,248 dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif yang signifikan dari self-forgiveness terhadap kesehatan mental, sehingga semakin tinggi self-forgiveness individu maka semakin tinggi pula kesehatan mental individu tersebut.