

**HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DENGAN KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS PADA KORBAN PERUNDUNGAN  
DI SMK MUHAMMADIYAH KOTA METRO**

**SKRIPSI**



Oleh:  
**HANDI PRABOWO**  
NPM. 18130006

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO  
2023**



**HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DENGAN KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS PADA KORBAN PERUNDUNGAN  
DI SMK MUHAMMADIYAH KOTA METRO**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Sarjana (S1) Bimbingan dan Konseling pada Fakultas Keguruan  
dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro**

**OLEH  
HANDI PRABOWO  
NPM. 18130006**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO  
2023**

# HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA KORBAN PERUNDUNGAN DI SMK MUHAMMADIYAH KOTA METRO

Handi Prabowo<sup>1</sup>, Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd.<sup>2</sup>, Hadi Pranoto, M.Pd.<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Muhammadiyah Metro

Email: [handiprabowo701@gmail.com](mailto:handiprabowo701@gmail.com)<sup>1)</sup>  
[n.atieka@gmail.com](mailto:n.atieka@gmail.com)<sup>2)</sup>  
[hadipranoto21@gmail.com](mailto:hadipranoto21@gmail.com)<sup>3)</sup>

## ABSTRAK

*Bullying* yang dialami siswa di sekolah secara terus menerus dapat memiliki efek jangka pendek dan jangka panjang yang serius terhadap kesejahteraan psikologis. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa korban *bullying* adalah pemaafan. Pemaafan adalah kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal yaitu dengan menumbuhkan dan mengembangkan perasaan, pikiran dan hubungan yang lebih positif dengan orang yang telah melakukan perbuatan tidak menyenangkan. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada siswa korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *korelasi product moment*.

Berdasarkan hasil perhitungan pada analisis penelitian terkait hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro dapat disimpulkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,636 dengan nilai signifikansi  $p=0,003$  ( $0,003 < 0,05$ ), artinya ada hubungan positif yang kuat antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada siswa korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro. Semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh siswa korban perundungan SMK Muhammadiyah Kota Metro. Sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh siswa korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro.

**Kata Kunci:** *kesejahteraan psikologis, pemaafan*

## **RELATIONSHIP BETWEEN FORGIVENESS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN VICTIMS OF ABUSE IN MUHAMMADIYAH VOCATIONAL SCHOOL, METRO CITY**

Handi Prabowo<sup>1</sup>, Dr. Hj. Nurul Atieka, M.Pd.<sup>2</sup>, Hadi Pranoto, M.Pd.<sup>3</sup>

1,2,3) Muhammadiyah Metro University

Email: [handiprabowo701@gmail.com](mailto:handiprabowo701@gmail.com)<sup>1)</sup>  
[n.atieka@gmail.com](mailto:n.atieka@gmail.com)<sup>2)</sup>  
[hadipranoto21@gmail.com](mailto:hadipranoto21@gmail.com)<sup>3)</sup>

### **ABSTRACT**

*Bullying that students experience at school on an ongoing basis can have serious short-term and long-term effects on psychological well-being. One of the factors that affect the psychological well-being of students who are victims of bullying is forgiveness. Forgiveness is the willingness to leave unpleasant things that originate from interpersonal relationships, namely by growing and developing more positive feelings, thoughts and relationships with people who have committed unpleasant actions. The purpose of this study was to determine the relationship between forgiveness and psychological well-being of students who were victims of bullying at Muhammadiyah Vocational High School, Metro City. This research is a type of correlational quantitative research. The data analysis technique in this study is using the product moment correlation technique.*

*Based on the results of calculations in the research analysis related to the relationship between forgiveness and psychological well-being in victims of bullying at Muhammadiyah Vocational Schools in Metro City, it can be concluded that the correlation coefficient value is 0.636 with a significance value of  $p = 0.003$  ( $0.003 < 0.05$ ), meaning that there is a strong positive relationship between forgiveness with the psychological well-being of students who are victims of bullying at Muhammadiyah Vocational School, Metro City. The higher the forgiveness, the higher the psychological well-being of students who are victims of bullying at SMK Muhammadiyah Metro City. Conversely, the lower the forgiveness, the lower the psychological well-being of students who are victims of bullying at Muhammadiyah Vocational High School, Metro City.*

*Keywords: psychological well-being, forgiveness*

## RINGKASAN

Perundungan di sekolah merupakan perilaku bermasalah di kalangan remaja yang berdampak terhadap prestasi sekolah, keterampilan prososial, dan kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* bagi korban maupun pelaku. Secara khusus, perilaku perundungan (*bullying*) memiliki dampak negatif terhadap korban, antara lain meningkatkan gejala-gejala emosional misalnya merasa tidak bahagia, tertekan, sangat sedih dan depresi. Semakin sering terkena perundungan (*bullying*) maka semakin tinggi tingkat depresinya, rendahnya harga diri dan meningkatkan stress. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa korban *bullying* adalah pemaafan.

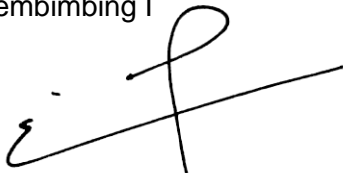
Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional (*correlational studies*) merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Ciri dari penelitian korelasional adalah bahwa penelitian tersebut tidak menuntut subyek penelitian yang terlalu banyak. Berdasarkan tingkat eksplansinya penelitian ini di golongkan dalam penelitian asosiatif kausal atau hubungan, yaitu penelitian untuk mengetahui sebab akibat. Hubungan atau pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terkait (Y).

Berdasarkan hasil perhitungan pada analisis penelitian terkait hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro dapat disimpulkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,636 dengan nilai signifikansi  $p=0,003$  ( $0,003 < 0,05$ ), artinya ada hubungan positif yang kuat antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada siswa korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro. Semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh siswa korban perundungan SMK Muhammadiyah Kota Metro. Sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh siswa korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro.

## PERSETUJUAN

Skripsi oleh **HANDI PRABOWO** ini,  
Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Metro, Juni 2023  
Pembimbing I



**Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd.**  
**NIDN. 0212045602**

Pembimbing II



**Hadi Pranoto, M.Pd.**  
**NIDN. 0219079101**

Mengetahui  
Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling

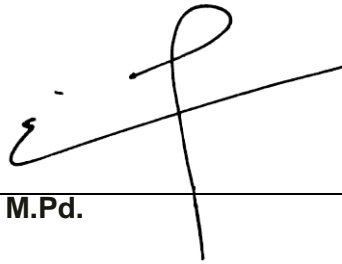


**Hadi Pranoto, M.Pd.**  
**NIDN. 0219079101**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh **HANDI PRABOWO** ini,  
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
Pada tanggal,                      2023

TIM PENGUJI



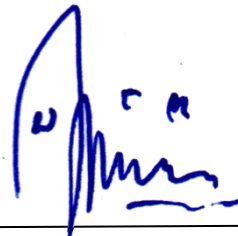
\_\_\_\_\_  
**Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd.**

, Ketua



\_\_\_\_\_  
**Hadi Pranoto, M.Pd**

, Sekretaris



\_\_\_\_\_  
**Yuni Novitasari, M.Pd**

, Penguji Utama

Mengetahui,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Bekas,



\_\_\_\_\_  
**Dr. Arif Rahman Athhibby, M.Pd., Si.**  
NIDN. 0203128801



## MOTTO

قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ ۗ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَىٰ سَبِيلًا ﴿٨٤﴾

“Katakanlah: Tiap-tiap orang berbuat menurut keadaannya masing-masing. Maka Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar Jalan-Nya”.

(Q.S. Al Isra Ayat 84)

“Apa yang sudah dimulai maka harus di selesaikan. Diam tak akan menyelesaikan apa-apa, maka mulai lah melangkah. Jika orang lain bisa, maka aku juga bisa”

(Handi Prabowo)

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini dibuat sebagai tanda bakti dan terimakasih penulis kepada:

1. Ibunda Sri Widayati, S.Pd. dan Ayahanda Sukiswandi yang sangat kusayangi dan kucintai, yang senantiasa memberikan keteduhan dalam hidupku dan selalu memberikan doa serta dukungan demi masa depanku.
2. Adikku Yusuf Affan Firdaus tercinta yang selalu memberikan motivasi untuk keberhasilanku.
3. Keluargaku tersayang yang selalu memberikan nasehat, semangat serta dukungan untuk kesuksesanku.
4. Terkhusus orang yang selalu ada selama 4 tahun terakhir ini dihidupku, Yuli Diniawati, S.Pd. yang selalu menemani disetiap perjuanganku, hingga nanti aku bisa mencapai cita-citaku.
5. Almamater Universitas Muhammadiyah Metro.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, ridho dan inayah-Nya serta memberikan kekuatan dan kesabaran, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA KORBAN PERUNDUNGAN DI SMK MUHAMMADIYAH KOTA METRO”**. Penelitian ini adalah sebagai salah satu bagian dari persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro.

Penulisan skripsi ini tidak mungkin dapat diselesaikan tanpa keterlibatan berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya tanpa mengecilkan arti bantuan dan partisipasi pihak-pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung, peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. H. Nyoto Suseno, M.Si., Rektor Universitas Muhammadiyah Metro.
2. Bapak Dr. Arif Rahman Aththibby, S.Pd.,M.Pd.Si, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro.
3. Hadi Pranoto, M.Pd., selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro sekaligus Pembimbing I.
4. Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd., selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan yang sangat berharga dalam mengarahkan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Manajemen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro.
6. Seluruh Staff Karyawan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro.
7. Teman-teman seperjuangan angkatan 2018 Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro.
8. Almamater tercinta Universitas Muhammadiyah Metro.
9. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari dalam penusunan skripsi ini masih banyak kekurangan karena keterbatasan dan pengalaman yang dimiliki oleh peneliti. Oleh karena itu, kritik dan saran demi perbaikan skripsi ini sangat diharapkan dan akan diterima dengan lapang dada. Dan akhirnya semoga skripsi ini kiranya dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya.

Metro, Juni 2023  
Peneliti,

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized letter 'H' followed by a series of loops and a long horizontal stroke extending to the right.

HANDI PRABOWO  
NPM. 18130006

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : HANDI PRABOWO  
NPM : 18130006  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA KORBAN PERUNDUNGAN DI SMK MUHAMMADIYAH KOTA METRO”** adalah benar-benar karya saya dan bukan hasil plagiat.

Apabila di kemudian hari terdapat unsur plagiat dalam isi skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar akademik Sarjana Pendidikan dan akan mempertanggungjawabkan secara hukum.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya.

Metro, Juli 2023  
Yang Membuat Pernyataan



HANDI PRABOWO  
NPM. 18130006





UNIT PUBLIKASI ILMIAH  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
METRO

## SURAT KETERANGAN UJI KESAMAAN (*SIMILARITY CHECK*)

Nomor: 570/II.3.AU/F/UPI-UK/2023

Unit Publikasi Ilmiah Universitas Muhammadiyah Metro dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : HANDI PRABOWO  
NPM : 18130006  
Jenis Dokumen : SKRIPSI

Judul:

**HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DENGAN KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGI PADA KORBAN PERUNDUNGAN DI SMK  
MUHAMMADIYAH 1 METRO**

Telah dilakukan validasi berupa Uji Kesamaan (*Similarity Check*) dengan menggunakan aplikasi *Turnitin*. Dokumen telah diperiksa dan dinyatakan telah memenuhi syarat bebas uji kesamaan (*similarity check*) dengan persentase  $\leq 20\%$ . Hasil pemeriksaan uji kesamaan terlampir.

Demikian kami sampaikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.



Metro, 12 September 2023  
Kepala Unit,

Dr. Eko Susanto, M.Pd., Kons.  
NIDN. 0213068302

Alamat:

Jl. Ki Hajar Dewantara No. 116  
Iringmulyo, Kec. Metro Timur Kota Metro,  
Lampung, Indonesia

Website: [upi.ummetro.ac.id](http://upi.ummetro.ac.id)  
E-mail: [help.upi@ummetro.ac.id](mailto:help.upi@ummetro.ac.id)

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN LOGO .....	ii
HALAMAN JUDUL.....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
RINGKASAN.....	vi
HALAMAN PERSETUJUAN .....	vii
MOTTO .....	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT .....	xii
<i>SIMILARITY CHECK</i> .....	xiii
DAFTAR ISI .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Kegunaan Penelitian .....	5
E. Asumsi Penelitian.....	5
F. Ruang Lingkup Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN LITERATUR</b>	
A. Kesejahteraan Psikologis ( <i>Psychological Well-Being</i> ) .....	7
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis ( <i>Psychological Well-Being</i> ) ...	7
2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis ( <i>Psychological Well-Being</i> ) .....	8
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis ( <i>Psychological Well-Being</i> ).....	9
B. Pemaafan ( <i>Forgiveness</i> ) .....	11
1. Pengertian Pemaafan ( <i>Forgiveness</i> ).....	12
2. Dimensi Pemaafan ( <i>Forgiveness</i> ) .....	13
3. Tahapan Pemaafan ( <i>Forgiveness</i> ) .....	14
C. Relevansi Kesejahteraan Psikologis ( <i>Psychological Well-Being</i> ) dan Pemaafan ( <i>Forgiveness</i> ) .....	15
D. Hubungan Antar Variabel Pemaafan ( <i>Forgiveness</i> ) dengan Kesejahteraan Psikologis ( <i>Psychological Well-Being</i> ) .....	18
E. Penelitian Relevan .....	20
F. Kerangka Pemikiran.....	22
G. Hipotesis Penelitian.....	23

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	23
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel .....	23
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	24
D. Instrumen Penelitian .....	25
E. Teknik Analisis Data.....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum SMK Muhammdiyah 1 Metro .....	35
B. Hasil Penelitian .....	38
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	40
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	42
B. Saran .....	42
<b>DAFTAR LITERATUR</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data Siswa yang Mengalami Perundungan SMK Muhammadiyah 1 Kota Metro .....	2
2. Populasi Siswa yang Mengalami Perundungan SMK Muhammadiyah 1 Kota Metro .....	24
3. Kisi-kisi Kesejahteraan Psikologis .....	26
4. Kisi-kisi Pemaafan .....	27
5. Skala Kesejahteraan Psikologis .....	28
6. Skala Pemaafan.....	28
7. Hasil Uji Validitas Pemaafan (X) .....	30
8. Hasil Uji Validitas Kesejahteraan Psikologis (Y) .....	33
9. Hasil Uji Reliabilitas Pemaafan (X).....	33
10. Hasil Uji Reliabilitas Kesejahteraan Psikologis (Y) .....	33
11. Interpretasi Koefisien Korelasi.....	34
12. Sarana dan Prasana .....	36
13. Tenaga Pendidik dan Kependidikan.....	37
14. Periode dan Kepemimpinan SMK Muhammadiyah 1 Metro .....	38
15. Jumlah keseluruhan peserta didik.....	38
16. Data Pemaafan dan Kesejahteraan Psikologis .....	38
17. Correlations .....	39
18. Interpretasi Koefisien Korelasi.....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Diagram Kerangka Pikir .....	22

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel r.....	49
Lampiran 2. Hasil Uji Validitas Menggunakan SPSS Versi 25.....	50
Lampiran 3. Hasil Uji Reliabilitas Menggunakan Program SPSS Versi 25 ....	59
Lampiran 4. Hasil Uji Korelasi Menggunakan Program SPSS Versi 25.....	61
Lampiran 5. Hasil Uji Instrument Penelitian.....	62
Lampiran 6. Data Hasil Penelitian.....	63
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	65
Lampiran 8. SK Dosen Pembimbing .....	66
Lampiran 9. Surat Tugas Penelitian .....	67
Lampiran 10. Izin Penelitian.....	68
Lampiran 11. Formulir Penetapan Judul Skripsi.....	69
Lampiran 12. Lembar Konsultasi dan Pembimbing Judul Skripsi .....	70
Lampiran 13. Form Persetujuan Seminar .....	73
Lampiran 14. Berita Acara Seminar .....	75
Lampiran 15. Riwayat Hidup.....	80