

**PERAN RESILIENSI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA PEMAAFAN DAN KECEMASAN PADA PEREMPUAN  
KORBAN KEKERASAN DALAM BERPACARAN DI USIA *EMERGING ADULTHOOD***

TESIS



**Disusun Oleh:**

Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, S.Psi.

20915007

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**YOGYAKARTA**

**2023**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tesis dengan Judul:

**PERAN RESILIENSI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA PEMAAFAN DAN KECEMASAN PADA PEREMPUAN  
KORBAN KEKERASAN DALAM BERPACARAN DI USIA *EMERGING ADULTHOOD***

Yang dipersiapkan dan disusun oleh  
**Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, S.Psi**  
**20915007**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tesis Program Studi Magister  
Psikologi Profesi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam  
Indonesia

Pada Tanggal

05 April 2023

Mengesahkan

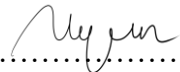
Program Studi Magister Psikologi Profesi  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya  
Universitas Islam Indonesia



Dr. Sus Budiharto, S. Psi., M. Si.,

**Susunan Dewan**

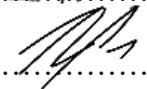
Dr. Phil. Qurotul Uyun, S. Psi., M. Si., Psikolog

  
.....

Dr. H. Fuad Nashori, M. Si., M. Ag., Psikolog

  
.....

Dr. Ahmad Rusdi, S. Psi., MA. Si.

  
.....

## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, S.Psi.

No. Mahasiswa : 20915007

Program Studi : Magister Psikologi Profesi Bidang Klinis


Judul Tesis : Peran Resiliensi sebagai Mediator antara Pemaafan dan Kecemasan pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Berpacaran di Usia *Emerging Adulthood*

Melalui surat ini, saya menerangkan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian tesis saya tidak melakukan tindakan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan tesis karya orang lain, atau pelanggaran lainnya yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi oleh Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, tesis yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai peneliti, bukan karya ilmiah jiplakan atau karya ilmiah orang lain.
2. Apabila dalam ujian tesis ini saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari setelah saya lulus dari Magister Psikologi Profesi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia terbukti bahwa tesis yang saya tulis merupakan karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan oleh pihak Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 28 Maret 2023

Yang Menyatakan,



Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, S.Psi.

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirabbi'alamin*

*Laa Hawla wa Laa Quwwata Illa Billah*

Segala Puji bagi Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan anugerahNya. Tiada daya dan kekuatan kecuali dariNya sehingga karya tulis ini dapat diselesaikan.

Kupersembahkan karya tulis ini kepada:

Kedua orangtuaku tercinta,

Bapak Drs. Sigit Sugandono dan Ibu Epi Rini Susanti, S.Pd

Adikku satu-satunya

Alfian Fatah Prisdana

Dan seluruh korban kekerasan dalam berpacaran.

## HALAMAN MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

*“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (5) Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (6)”*

**(Qs. Al Insyirah: 5-6)**

*No need run, just walk and see everything around us*

*(Mark Lee)*

## KATA PENGANTAR

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

*Alhamdulillahillobbi'alamin*, segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat, hidayah, kemudahan, dan kekuatan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan lancar. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW serta para sahabat dan keluarganya hingga akhir zaman.

Penulis menyadari bahwa dalam proses pengerjaan dan penyusunan tugas akhir ini tidak lepas dari dorongan, bimbingan, dan bantuan baik secara material, psikologis, maupun spiritual dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada:

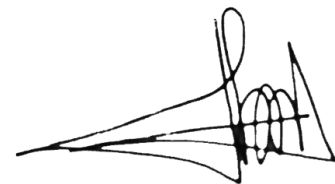
1. Ibu Dr. Phil. Qurotul Uyun, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia sekaligus Dosen Pembimbing Tesis yang dengan penuh kesabaran selalu memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan do'a kepada penulis dalam menyelesaikan tesis ini. Terima kasih banyak atas segala kebaikan Ibu, nasehat, saran, kritik, waktu, tenaga, serta pikiran yang telah diberikan kepada penulis. Semoga Ibu selalu diberi kesehatan dan keberkahan oleh Allah SWT.
2. Bapak Dr. Sus Budiharto, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Islam Indonesia
3. Bapak Sonny Andrianto, S.Psi., M.Si.,P.hd., selaku Kepala Jurusan Psikologi di Fakultas Psikologi di Universitas Islam Indonesia.
4. Ibu Libbie Annatagia, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Koordinator Bidang Klinis Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Islam Indonesia .
5. Dewan Penguji Tesis, terimakasih atas saran, kritik dan arahan dalam pengerjaan tesis.
6. Seluruh Dosen Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Islam Indonesia yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, motivasi, dan nasehat selama proses perkuliahan, dan segenap karyawan serta *staff* Program Studi Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Islam Indonesia yang telah membantu penulis dalam hal administrasi.
7. Kedua orang tua yang sangat penulis cintai, sayangi, dan hormati. Bapak Drs. Sigit Sugandono dan Ibu Epi Rini Susanti S.Pd, terimakasih sudah memahami dan mengerti penulis. Terimakasih sudah membesarkan penulis selama serta memberikan semangat kepada penulis ketika penulis ingin menyerah. Penulis juga meminta maaf jika selama ini belum mampu memberikan yang terbaik untuk ibu dan bapak.
8. Kepada adik penulis satu-satunya, Alfian Fatah Prisandana. Terimakasih selama ini sudah memberikan semangat kepada penulis ketika penulis ingin menyerah.
9. Para perempuan kekerasan dalam berpacaran baik yang menjadi subyek penulisan maupun yang berada di luar sana. Terimakasih atas perjuangan untuk melawan rasa sakit yang dihadapi dan masih bertahan hingga hari ini. Mari berjuang untuk hari-hari yang lebih baik.
10. Kepada diri penulis. Terimakasih sudah mampu bertahan hingga saat ini, serta tidak menyerah dengan suara-suara bising di kepala. Maaf jika selama ini terlalu keras hingga kadang memaksakan diri. Setelah ini, mari istirahat sejenak karena sudah tidak perlu berlari dengan cepat, cukup untuk berjalan dan menikmati segala proses yang ada.

11. Teman-teman payung tesis, grup "*Biar Ga Tegang*", Faza Maulida, S.Psi. dan Nadia Nafisa, S.Psi. Terima kasih banyak atas kerja sama, motivasi, dan bantuan selama ini baik ketika penulisan tesis maupun di bangku perkuliahan. Meskipun dalam penulisan tesis ini terdapat berbagai hambatan namun kita dapat menyelesaikan tesis ini. Pokoknya kita keren sekali bisa menyelesaikan tesis ini.
12. Teman-teman SPV penulis, grup "*Blekping*", Mbak Dyah, S.Psi., Mbak Ria, S.Psi., dan Mbak Patrya, S.Psi yang sudah menjadikan penulis merasakan menjadi anak bungsu. Terimakasih atas dukungan, motivasi. mengingatkan penulis untuk lebih menyanggah diri sendiri dan menjadi teman cerita peneliti ketika penulis *overthinking*.
13. Seluruh keluarga besar mahasiswa Magister Psikologi Profesi Universitas Islam Indonesia angkatan 17.
14. Seluruh member NCT, terimakasih telah memberikan hiburan yang dapat meningkatkan *mood* penulis dalam mengerjakan tesis.
15. Teman-teman penulis yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih atas dukungan dan bantuan teman-teman dalam pengerjaan tesis ini.

Semoga Allah *Subhanahu wa ta'ala* membalas segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis selama ini. Penulis berharap semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak dan bagi penulis sendiri.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Yogyakarta, 28 Maret 2023



Penulis

## DAFTAR ISI

COVER.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	1
PENDAHULUAN.....	2
KERANGKA TEORITIK.....	4
METODE PENELITIAN.....	6
HASIL PENELITIAN.....	8
PEMBAHASAN.....	9
KETERBATASAN PENELITIAN.....	12
KESIMPULAN.....	12
IMPLIKASI PENELITIAN.....	12
LAMPIRAN.....	19

## PERAN RESILIENSI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA PEMAAFAN DAN KECEMASAN PADA PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM BERPACARAN DI USIA *EMERGING ADULTHOOD*

Ferina Ulfa Nikmatun Erindana, [20915007@students.uii.ac.id](mailto:20915007@students.uii.ac.id)  
Qurotul Uyun, Universitas Islam Indonesia  
Magister Psikologi Profesi, Universitas Islam Indonesia

### ABSTRACT

*Dating violence is one of the issues experienced by women at emerging adulthood age. Violence experienced by the victims then can increase the risks related to mental health, one of which is anxiety. For this, efforts to prevent and reduce anxiety in women victims of dating violence at the emerging adulthood age are needed by reviewing the protective factors of anxiety. Previous studies have shown that forgiveness and resilience are protective factors that can prevent anxiety in individuals. **Purpose:** This study aims to examine the roles of resilience as a mediator between forgiveness and anxiety in women as the victims of dating violence at emerging adulthood age. **Method:** This study involved 145 women experiencing dating violence at the emerging adulthood age in the last one year by filling out questionnaires of [a] HFS (Heartland Forgiveness Scale), [b] Connor-Davidson Resilience Scale-10 (CR- RISC-10) [c] Depression Anxiety Stress Scale (DASS)- Anxiety) online. **Results:** The results of the study showed that resilience in general acted as a partial mediator in women victims of dating violence at emerging adulthood age ( $E = -0.029$   $p 0.022$   $95\% CI = [-0.233, -0.018]$ ). This research has implications for the improvement of mental health of women victims of dating violence at the emerging adulthood age.*

**Keywords:** *forgiveness, resilience, anxiety, women as the victim of dating violence at the emerging adulthood*

### ABSTRAK

Kekerasan dalam berpacaran merupakan salah satu permasalahan yang dialami oleh perempuan di usia *emerging adulthood*. Kekerasan yang dialami oleh korban meningkatkan risiko permasalahan terkait kesehatan mental salah satunya kecemasan. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mencegah serta menurunkan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood* dengan meninjau faktor-faktor protektif dari kecemasan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemaafan dan resiliensi merupakan faktor-faktor protektif yang dapat mencegah terjadinya kecemasan pada individu. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran resiliensi sebagai mediator antara pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. **Metode:** Penelitian ini melibatkan 145 perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood* dalam kurun waktu satu tahun terakhir dengan mengisi kuesioner [a] Skala HFS (*Heartland Forgiveness Scale*), [b] Skala Connor-Davidson Resilience Scale-10 (CR-RISC-10) [c] *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)- Anxiety*) secara daring. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa resiliensi berperan sebagai mediator parsial pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood* secara umum ( $E = -0,029$   $p 0,022$   $95\% CI = [-0,233, -0.018]$ ). Adapun penelitian ini memiliki implikasi terkait peningkatan kesehatan mental pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*.

**Kata kunci:** pemaafan, resiliensi, kecemasan, perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*

## PENDAHULUAN

Setiap individu akan mengalami berbagai tugas perkembangan yang berbeda mulai dari masa kanak-kanak, anak, remaja, dewasa hingga lansia. Salah satu fase yang penting dalam kehidupan individu adalah fase peralihan individu dari remaja menuju dewasa atau sering disebut fase *emerging adulthood*. Fase *emerging adulthood* biasanya dialami oleh individu yang berusia 19-29 tahun. Pada fase ini individu akan dihadapkan dengan berbagai tugas perkembangan salah satunya adalah mencari pasangan hidup (Hurlock, 2009).

Sejalan dengan Hurlock (2009), Erikson (1986) menyatakan bahwa tahap perkembangan pada dewasa awal adalah *intimacy vs Isolation*. *Intimacy* dapat diartikan individu akan mulai menjalin hubungan dengan orang lain. Individu yang gagal dalam membangun hubungan intim akan mengalami isolasi. Salah satu cara yang dilakukan individu untuk membangun hubungan intim dengan lawan jenis adalah berpacaran (*dating*) (Agusdwitanti dkk, 2015).

Pacaran (*dating*) didefinisikan sebagai hubungan relasi antara lawan jenis yang saling memiliki ketertarikan secara emosional karena adanya perasaan spesial (Katz & Arias, 1999). Perasaan spesial tersebut seringkali diartikan sebagai perasaan cinta dan kasih sayang serta saling memiliki satu sama lain sehingga dapat terjalin hubungan yang sehat antar individu dan dapat memberikan ruang bagi individu untuk berkembang (Sari, 2018). Hal tersebut menyebabkan ada anggapan bahwa individu yang berpacaran tidak akan memicu adanya tindak kekerasan karena dilingkupi dengan perasaan kasih sayang. Akan tetapi, pada kenyataannya individu yang berpacaran (*dating*) seringkali mengalami tindak kekerasan dalam pacaran (Rusyidi & Hidayat, 2020). Kekerasan dalam pacaran merupakan serangan atau invasi terhadap fisik maupun psikologis yang dilakukan secara sengaja oleh salah satu pihak yang

bertujuan menyebabkan rasa sakit hingga cedera pada pasangan dalam hubungan pacaran serta mempertahankan kontrol yang dimiliki terhadap pasangannya (Murray; 2007, Maisah & Yenti; 2016). Terdapat tiga bentuk kekerasan dalam pacaran yakni kekerasan fisik, kekerasan verbal dan emosional serta, kekerasan seksual, (Murray, 2007).

Kekerasan dalam pacaran dapat dialami oleh laki-laki maupun perempuan. Akan tetapi, perempuan lebih rentan mengalami kekerasan dalam berpacaran karena adanya *bias gender* (Alderton et al, 2020). Hal tersebut dikarenakan ada anggapan bahwa adanya kebutuhan laki-laki untuk menguasai maupun mendominasi wanita serta ketidakmampuan untuk berempati sehingga menyebabkan laki-laki lebih senang menggunakan kekerasan (Khaninah & Widjanarko, 2016). Berdasarkan laporan dari Catatan Tahunan Komnas Perempuan mencatat bahwa pada tahun 2020 terdapat Kekerasan dalam Pacaran (KDP) berjumlah 1.309 kasus. Selain itu, berdasarkan berita yang diliput oleh Mustaqim (2020) menemukan bahwa terdapat 43 kasus kekerasan dalam pacaran di Yogyakarta dimana sebanyak 8 kasus dapat dijatuhi hukuman pidana.

Kekerasan dalam berpacaran dapat menimbulkan berbagai dampak negatif baik secara fisik maupun psikologis bagi korban. Korban kekerasan dalam berpacaran berpotensi untuk penyalahgunaan obat-obatan terlarang (NAPZA), kerugian dalam kesehatan fisik seperti luka, lecet maupun memar, keinginan untuk bunuh diri maupun psikosomatis serta melakukan tindak kriminal (Temple et al; 2013, Wolfie & Temple; 2018). Lebih lanjut Purnama (2016) dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang mengalami kekerasan dalam berpacaran maka akan menurunkan *self image*, *self esteem*, serta persepsi terkait gender.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan korban yakni VA berjenis kelamin perempuan berusia 23 tahun. VA sudah menjalin hubungan

selama lima tahun dengan laki-laki yang berjarak satu tahun dengannya. VA mengatakan bahwa pacarnya memiliki gangguan bipolar. VA mengatakan bahwa pacar VA seringkali mengancam VA akan bunuh diri jika VA tidak mengikuti keinginan dari pacar VA. VA juga seringkali mendapatkan umpatan-umpatan kasar jika berbeda pendapat dengan pacarnya. Selain itu, VA juga beberapa kali mendapatkan kekerasan fisik dimana VA pernah dipukul oleh pacarnya karena mengancam ingin putus. Hal tersebut menyebabkan VA menjadi cemas jika berhadapan dengan pacarnya, denial, merasa rendah diri, dan takut.

Hal tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Putriana (2018) kekerasan dalam berpacaran juga dapat menimbulkan rasa cemas bagi korban. Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Ayu, Hakmi, dan Hayati (2013) menemukan bahwa sebanyak 15 (18%) korban kekerasan dalam berpacaran mengalami kecemasan di kategori rendah, sebanyak 80 (71%) korban kekerasan dalam berpacaran mengalami kecemasan di kategori sedang, dan sebanyak 17 (14%) korban kekerasan berpacaran mengalami kecemasan di kategori tinggi. Dengan demikian kecemasan merupakan salah satu dampak dari kekerasan dalam pacaran.

Kecemasan pada dasarnya merupakan sebuah reaksi yang normal terhadap sumber stres yang menuntut individu dalam menghadapi situasi yang menuntut motivasi untuk mengatasinya (Mu'arifah, 2005). Akan tetapi jika kecemasan yang dirasakan menjadi berlebihan maka akan menimbulkan dampak serius yang mengganggu fungsi normal individu (Singh & Jha, 2013). Kecemasan adalah pengalaman emosional yang tidak menyenangkan karena suatu keadaan psikologis yang mengancam dan bersifat tidak jelas sehingga individu merasa bingung dalam menghadapi masa yang akan datang (Lazarus, 1991).

Lovibond dan Lovibond (1995) menjelaskan kecemasan sebagai keadaan negatif pada diri seseorang terkait keadaan di masa yang akan datang. Lovibond dan Lovibond (1995) menyebutkan bahwa terdapat empat aspek dalam kecemasan yakni rangsang saraf

otonom (*autonomic arousal*), respon otot rangka (*skeletal musculature effects*), kecemasan situasional, serta perasaan cemas yang subjektif. Kecemasan yang dirasakan oleh individu dapat memberikan dampak negatif bagi individu itu sendiri. Adapun dampak negatif yang dirasakan individu ketika mengalami kecemasan adalah insomnia atau kesulitan untuk tidur (Sohat dkk, 2014). Selain itu, individu yang mengalami kecemasan juga dapat menurunkan prestasi individu (Kusumastuti, 2020). Dengan demikian diperlukan adanya upaya pencegahan yang digunakan untuk menurunkan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan diantaranya meningkatkan resiliensi (Husnan, 2015). Selain itu, pemaafan juga merupakan salah satu upaya yang dapat menurunkan kecemasan (Ferawati & Rahmadani, 2020).

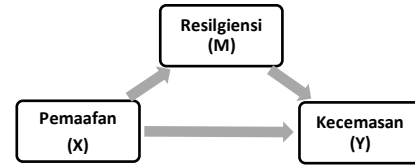
Penelitian yang dilakukan oleh Cornish dan Wade (2015) ditemukan bahwa individu yang memiliki kemampuan memaafkan maka akan terhindar kecemasan. Individu yang dapat memaafkan dapat membuka kesempatan untuk lebih jujur serta mengakui perasaan-perasaan yang mengganggu maupun menyakitkan sehingga individu memiliki pandangan yang lebih baik serta dapat terbebas dari penjara emosional (Enright, 2012). Pemaafan juga dapat meningkatkan kualitas persahabatan (Hikmah dkk, 2019).

Thompson dkk (2005) menjelaskan pemaafan sebagai usaha untuk menetralkan perasaan yang tidak menyenangkan yang diberikan orang lain sehingga dapat merubah perasaan yang awalnya negatif menjadi positif. Thompson (2005) menyebutkan bahwa terdapat tiga aspek dalam pemaafan yakni *forgiveness of self* (pemaafan atas diri sendiri), *forgiveness of others* (pemaafan terhadap orang lain atau pelaku), serta *forgiveness of situation* (penerimaan dan pemaafan atas situasi di luar kendali yang menyebabkan pelanggaran) Pemaafan merupakan salah satu strategi koping yang adaptif dalam menghadapi suatu permasalahan (Saputro & Nashori, 2017). Pemaafan yang dilakukan oleh individu dapat

meningkatkan resiliensi pada diri individu (Abid & Sultan, 2015). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Soni (2016) diperoleh hasil bahwa individu yang dapat memaafkan maka akan lebih resilien. Resiliensi berperan lebih efektif untuk menghadapi *stressor* (Yuliani dkk, 2018). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa korban kekerasan dalam berpacaran apabila dapat memaafkan pelaku maka dapat meningkatkan resiliensi pada diri korban.

Resiliensi menurut Campbell-Sills & Stein (2007) merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk tetap berkembang pada setiap situasi termasuk situasi yang menghambat individu, atau dengan kata lain individu yang resilien merupakan individu yang gigih dan tabah dalam menghadapi permasalahan. Campbell-Sills & Stein (2007) membagi aspek resiliensi menjadi dua, yakni kegigihan dan ketahanan. Dalam penelitian ini resiliensi berperan sebagai variabel mediator.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Loh et al (2013) dimana ditemukan hasil resiliensi berperan sebagai mediator penuh terhadap persepsi positif dan depresi. Resiliensi juga dapat memediasi dukungan sosial dan kesehatan mental (Koelmel et al, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Hu et al (2018) diperoleh hasil bahwa resiliensi dapat menjadi mediator antara dukungan sosial dengan kecemasan serta depresi. Lee et al (2021) menemukan hasil bahwa resiliensi dapat menjadi mediator antara hubungan interpersonal dan depresi. Lebih lanjut resiliensi juga dapat memediasi *forgiveness* dengan kebahagiaan (Jaufalaily & Himam; 2017, Sudirman dkk; 2019,). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Resiliensi dapat memediasi secara parsial antara persepsi positif dengan kesehatan mental. Dengan demikian, peneliti ingin mengetahui hubungan pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood* dengan resiliensi sebagai mediator karena peneliti belum menemukan penelitian terkait hal yang serupa. Adapun kerangka berpikir pada penelitian ini adalah sebagai berikut



**Gambar 1.** Bagan Kerangka Konsep

Selain berperan sebagai mediator, resiliensi juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan. Individu yang memiliki resiliensi yang rendah maka cenderung akan mengalami kecemasan (Mujeeb & Zubair, 2012). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ran et al (2020) diperoleh hasil bahwa semakin tinggi resiliensi yang dimiliki individu maka akan semakin rendah kecemasan yang dirasakan oleh individu.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood* dengan resiliensi sebagai mediator.

## KERANGKA TEORITIK

### Kecemasan

Lovibond dan Lovibond (1995) menjelaskan kecemasan sebagai keadaan negatif pada diri seseorang terkait keadaan di masa yang akan datang. Lebih lanjut Nevid, Rathus dan Greene (2005) menjelaskan kecemasan sebagai perasaan khawatir terhadap hal buruk yang akan datang. Berdasarkan pemaparan di atas maka disimpulkan kecemasan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan dan mengganggu serta mengancam individu terkait masa yang akan datang.

Terdapat empat aspek dalam kecemasan menurut Lovibond dan Lovibond (1995) yakni, rangsangan saraf otonom (*autonomic arousal*), respon otot rangka (*skeletal musculature effects*), kecemasan situasional, dan perasaan cemas yang subjektif. Rangsangan saraf otonom (*Autonomic Arousal*) merupakan kondisi individu dimana dapat meningkatkan aktivitas jantung berkering, mulut kering, sulit bernafas serta

sulit menelan. Respon otot rangka (*Skeletal Musculature effects*) merupakan kondisi dimana individu merasa kondisi individu lemah lunglai serta gemetar. Kecemasan situasional merupakan kondisi kekhawatiran, kecemasan serta perasaan terbuang. Perasaan cemas yang subyektif merupakan kondisi individu merasa panik, perasaan takut dan merasa akan pingsan.

Terdapat beberapa faktor penyebab kecemasan yakni, kepercayaan diri, manajemen waktu, penerimaan diri, dukungan sosial, konsep diri dan resiliensi (Husnan; 2015, Ghiasvand, et al; 2017, Kusumaningsih; 2017, Kundre & Hamel; 2019, Zhang, et al; 2020). Selain itu, pemaafan juga merupakan salah satu faktor kecemasan (Ferawati & Rahmadani, 2020).

### **Resiliensi**

Connor & David (2003) menjelaskan resiliensi sebagai bentuk kemampuan individu untuk mengatasi permasalahan yang dapat menimbulkan stres, kecemasan, maupun depresi. Individu yang resilien dapat beradaptasi dalam menghadapi situasi yang sulit. Resiliensi juga dapat didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk tetap berkembang pada setiap situasi termasuk situasi yang menghambat individu, atau dengan kata lain individu yang resilien merupakan individu yang gigih dan tabah dalam menghadapi permasalahan (Campbell-Sills & Stein, 2007). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu beradaptasi ketika menghadapi permasalahan serta berusaha dengan gigih untuk mengatasi permasalahan tersebut sehingga individu dapat berkembang dan terhindar dari stres, cemas, serta depresi.

Campbell-Sills & Stein (2007) membagi aspek resiliensi menjadi dua, yakni kegigihan dan ketahanan. Kegigihan didefinisikan sebagai usaha yang dilakukan oleh individu dan kepercayaan individu dalam mencapai tujuan meski di kondisi yang sulit. Ketahanan didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi pada perubahan yang terjadi secara tidak terduga dan mengakibatkan individu merasakan perasaan yang tidak nyaman

Faktor yang mempengaruhi resiliensi terbagi menjadi dua yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya adalah spiritualitas, *self efficacy*, optimisme, harga diri, sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi resiliensi adalah dukungan sosial (Missasi, 2019). Selain itu berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Soni (2016) ditemukan hasil bahwa pemaafan merupakan salah satu faktor dari resiliensi.

### **Pemaafan**

Pemaafan merupakan usaha individu dalam meredakan perasaan negatif yang diberikan oleh orang lain dan dapat merubah perasaan negatif menjadi perasaan positif (Thompson dkk, 2005). McCullough et al (1997) menjelaskan pemaafan sebagai motivasi pada diri individu yang bertujuan untuk mengubah individu tersebut agar tidak membalaskan dendam serta meredakan keinginan untuk mempertahankan rasa benci terhadap pihak-pihak yang menyakiti serta dapat meningkatkan dorongan untuk menjalin hubungan yang baik dengan pihak yang telah menyakiti. Pemaafan merupakan proses untuk menetralkan sumber stres yang diakibatkan dari suatu hubungan interpersonal yang menyakitkan (Strelan & Covic, 2006). Dengan demikian dapat disimpulkan pemaafan merupakan upaya untuk menetralkan perasaan yang tidak menyenangkan serta menghilangkan dendam, kebencian maupun perilaku menghindar sehingga terhadap pihak yang menyakiti sehingga dapat kembali terjalin hubungan yang baik.

Thompson dkk (2005) membagi pemaafan menjadi tiga aspek yakni, *forgiveness of self* (pemaafan atas diri sendiri), *forgiveness of others* (pemaafan terhadap orang lain atau pelaku), serta *forgiveness of situation* (penerimaan dan pemaafan atas situasi di luar kendali yang menyebabkan pelanggaran). *Forgiveness of self* (pemaafan atas diri sendiri) merupakan kondisi dimana individu dapat menerima dirinya sendiri ketika melakukan kesalahan. *Forgiveness of others* (pemaafan terhadap orang lain atau pelaku) merupakan pemaafan yang tidak hanya lewat ucapan kepada pelaku melainkan juga terkait

pengambilan keputusan terkait apa yang dilakukan selanjutnya. *Forgivingness of situations* (pemaafan pada situasi) merupakan pemaafan yang dilakukan oleh individu terkait kondisi negatif yang dirasakan oleh individu tersebut.

### **Dinamika Masalah**

Salah satu dampak kekerasan dalam berpacaran adalah kecemasan (Putriana, 2018). Korban cenderung menyalahkan keadaan dan kondisi yang dialami ketika mengalami kekerasan dalam pacaran. Salah satu faktor yang menyebabkan korban mengalami kecemasan adalah pemaafan (Cornish & Wade, 2015). Dalam hal ini sebelum korban dapat memaafkan orang lain dan situasi sulit, korban haruslah mampu memaafkan dirinya sendiri dimana korban mampu menerima keadaan dirinya secara utuh, mengenali kemampuan maupun kelemahan dirinya sendiri tanpa menyalahkan dirinya sendiri terkait atas situasi yang tidak dapat dikendalikan (Rahmania dkk, 2021). Lebih lanjut Enright (2012) menyebutkan bahwa korban yang dapat memaafkan kondisi, pelaku dan diri sendiri dapat lebih jujur dalam mengakui perasaan-perasaan yang dirasakan serta pengalaman yang menyakitkan sehingga individu memiliki pandangan yang lebih baik serta terbebas dari perasaan yang penuh emosi (Enright, 2012). Flasch et al (2017) juga menyebutkan bahwa korban yang mengalami kekerasan dalam berpacaran dapat melarikan diri dari siklus yang menyalahkan diri sendiri sehingga korban dapat mengatasi perasaan negatif serta dapat membantu korban untuk sembuh serta mendapatkan kedamaian hati. Selain itu dengan memaafkan maka dapat membantu korban untuk merubah sikap kepada pelaku sehingga individu dapat menjalin hubungan personal yang baik (Philpot & Hornsey, 2011).

Korban yang dapat memaafkan diri sendiri, pelaku maupun situasi yang tidak menyenangkan maka dapat meningkatkan resiliensi dalam diri korban (Soni, 2016). Lebih lanjut Setyawan (2021) menyebutkan bahwa jika korban kekerasan yang mampu memberi maaf maka ia tidak akan membiarkan dirinya terpuruk

dalam duka dan berpikir negatif dalam melampiaskan rasa sakit yang setimpal. Selain itu, korban juga memiliki kekuatan dalam melepas beban serta luka yang dirasakan dan mengubahnya menjadi pikiran yang positif dan menjadikan korban menjadi lebih resilien. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa korban yang mampu memaafkan baik diri sendiri, pelaku dan situasi dapat membantu korban untuk bangkit dari keterpurukan akibat kekerasan dalam berpacaran sehingga meningkatkan kemampuan resiliensi pada diri korban.

Korban yang memiliki kemampuan resiliensi yang baik maka dapat terhindar dari kecemasan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kundre dan Hamel (2019) dimana diperoleh hasil individu yang memiliki resiliensi yang baik maka akan terhindar dari kecemasan. Lebih lanjut korban yang memiliki kemampuan pemaafan dan didukung dengan kemampuan resiliensi yang baik maka korban akan terhindar dari kecemasan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Loh dkk (2013) yang menyebutkan bahwa persepsi positif yang dimediasi dengan resiliensi maka dapat membantu korban terhindar dari depresi. Oleh karena itu, korban diharapkan untuk memiliki kemampuan memaafkan dan disertai kemampuan resiliensi yang baik agar terhindar dari kecemasan.

### **Hipotesis Penelitian**

Terdapat hubungan negatif antara pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood* dengan resiliensi sebagai mediator

## **METODE PENELITIAN**

### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah perempuan korban kekerasan dalam berpacaran. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dalam memilih subyek penelitian. *Purposive sampling* menurut Sugiyono (2017) merupakan teknik pemilihan sampel penelitian dengan

menerapkan beberapa kriteria dengan tujuan untuk memperoleh data yang sesuai dengan kehendak peneliti. Roscoe (Sugiyono, 2017) menyebutkan bahwa sampel minimal yang layak dalam penelitian adalah sebanyak 30-500. Adapun subyek dalam penelitian ini berjumlah 145 subjek berjenis kelamin perempuan, berusia 19-25 tahun, dan pernah mengalami kekerasan dalam berpacaran dalam kurun waktu satu tahun terakhir terakhir.

### **Metode Pengumpulan Data**

#### Pemaafan

Variabel pemaafan akan diukur menggunakan skala HFS (*Heartland Forgiveness Scale*) milik Thompson dkk (2005) yang diadaptasi oleh Chandra (2019). Terdapat 18 aitem, 9 aitem *favorable* dan 9 aitem *unfavorable* dengan tujuh pilihan jawaban. Adapun terdapat tujuh pilihan jawaban yakni, (1) sangat tidak sesuai dengan saya, (2-3) agak tidak sesuai dengan saya, (4-5) agak sesuai dengan saya dan sesuai dengan saya (6-7). HFS memiliki koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0.873. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi tingkat pemaafan yang dimiliki oleh individu

#### Resiliensi

Skala resiliensi diukur menggunakan skala Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC) yang diadaptasi oleh Campbell-Sills dan Stein (2007) mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Campbell-Sills dan Stein (2007) CD-RISC-10 terdiri dari 10 aitem *favorable* berbentuk likert. Terdapat empat pilihan jawaban yakni sangat tidak sesuai (1), tidak sesuai (2), sesuai (3), dan sangat sesuai (4). Koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0.85. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi kemampuan individu dalam menghadapi tantangan maupun permasalahan.

#### Kecemasan

Kecemasan akan diukur dengan menggunakan *Depression Anxiety Stres Scale* dimana telah banyak digunakan untuk mengukur depresi, kecemasan, dan stres. Pada penelitian ini, kecemasan akan diukur menggunakan DASS-21 *Anxiety scale* milik Antony et al (1998). DASS-21 Sub skala kecemasan memiliki 7 aitem

*favorable* dengan empat alternatif jawaban dimulai dari tidak pernah (0), kadang-kadang (1), sering (2), dan selalu (3). Skor tertinggi yang diperoleh adalah 21, sedangkan skor terendahnya adalah 0. Reliabilitas *Cronbach's Alpha* skala asli sebesar 0.91. Semakin tinggi skor yang diperoleh mengindikasikan semakin tingginya kondisi kecemasan pada individu.

Selanjutnya peneliti membagi kategori kecemasan menjadi lima kategori yakni, normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Kategori normal dengan skor 0-7. Kategori ringan dengan skor 8-9. Kategori sedang dengan skor 10-14. Kategori berat dengan skor 15-19. Kategori berat dengan skor diatas 20.

#### **Prosedur Penelitian**

Penelitian ini diawali dengan menentukan topik penelitian berdasarkan kesenjangan antara idealita dan realita di lingkungan peneliti. Selanjutnya peneliti menyusun hipotesis penelitian dan metode yang akan digunakan. Adapun metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif yakni multikorelasi variabel. Kemudian peneliti melakukan *ethical clearance* kepada komite etik Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

Setelah mendapatkan izin, peneliti akan menyebarkan angket yang berbentuk *google form*. *Google form* berisikan skala-skala yang akan digunakan oleh peneliti. Sebelum mengisi *google form* subyek diminta untuk mengisi data diri berupa nama (inisial) dan usia serta jenis kelamin. Selanjutnya, subyek diminta untuk mengisi ketersediaan (*informed consent*) untuk berpartisipasi dalam penelitian. Kemudian, subyek diminta untuk mengisi skrining yang berisi pertanyaan terkait pengalaman kekerasan dalam berpacaran yang disusun peneliti berdasarkan bentuk-bentuk kekerasan dalam berpacaran menurut Murray (2007).

Selain itu, peneliti memberikan kontak peneliti. Sebelum mengisi skala dalam *google form* peneliti mencantumkan instruksi pengisian skala. Di akhir *google form*, peneliti akan memberikan penjelasan terkait tujuan dari penelitian untuk menghindari pelanggaran kode etik, dan bias ketika subyek mengisi *google form*.

Link *google form* akan disebarakan oleh peneliti melalui *platform* media sosial seperti IG, WA, Line, dan Twitter. Dalam menyebarkan *link google form* akan disertakan kriteria subyek yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Setelah semua data terkumpul peneliti akan mengolah data menggunakan JASP

### Analisis Data

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif multikorelasi yang melibatkan tiga variabel. Adapun skala yang digunakan pada penelitian ini merupakan skala baku, sehingga tidak diperlukan analisis faktor ketika pengujian. Selanjutnya dilakukan uji deskriptif terhadap tiga variabel. Sugiyono (2017) menyebutkan uji deskriptif sebagai metode yang digunakan untuk menggambarkan maupun menganalisis hasil penelitian namun tidak digunakan dalam membuat kesimpulan yang lebih luas.

Tahap terakhir yang akan dilakukan adalah pengujian hipotesis menggunakan medias. Analisis mediasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar variabel mediasi dalam penelitian ini adalah resiliensi dapat mempengaruhi hubungan antara variabel independen (pemaafan) dan variabel dependen (kecemasan) (Munawaroh dkk, 2015). Adapun analisis pada penelitian ini menggunakan bantuan *JASP*.

## HASIL PENELITIAN

### Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan *Cronbach's Alpha*. Berdasarkan uji reliabilitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa variabel pemaafan memiliki reliabilitas sebesar  $\alpha = 0,808$ , resiliensi  $\alpha = 0,832$ , dan kecemasan sebesar  $\alpha = 0,853$ . Ketiga variabel penelitian ini memiliki reliabilitas yang baik.

### Analisis Deskriptif

#### Tabel 1

Deskripsi subjek berdasarkan suku dan jenis kekerasan

Variabel	F	M	SD
Suku	145	1,386	0,489
Jawa	89	-	-

Lainnya	56	-	-
<b>Jenis Kekerasan</b>			
Fisik	109	1,248	0,434
Verbal Emosional	134	1,076	0,266
Seksual	63	1,566	0,497

Selain itu, peneliti juga melakukan analisis terkait dengan tingkat kecemasan pada subjek. Adapun hasil dari analisis ditemukan bahwa terdapat terdapat variasi skor tingkat kecemasan Adapun tingkat kecemasan pada korban dapat dilihat pada tabel 2

#### Tabel 2

##### Kategorisasi Kecemasan

Variabel	F	(%)
<b>Kecemasan</b>		
Normal	10	7
Ringan	24	16
Sedang	38	26
Berat	26	18
Sangat Berat	48	33

### Analisis Mediasi

Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui pengaruh antar variabel penelitian. Berdasarkan analisis yang dilakukan diketahui bahwa resiliensi menjelaskan variasi resiliensi sebesar ( $\beta = 0,310, p < 0.05$ ), sedangkan resiliensi menjelaskan variasi kecemasan sebesar ( $\beta = -0.696, p < 0.05$ ).

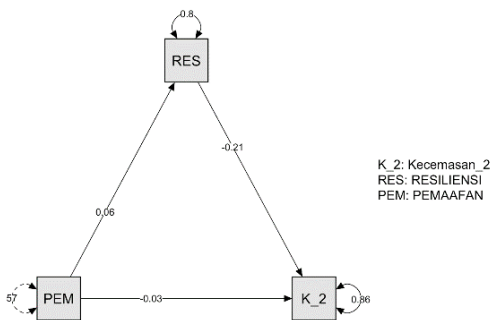
Analisis mediasi dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian yakni resiliensi berperan sebagai mediator antara pemaafan dan kecemasan. Hasil analisis mediasi ditunjukkan pada tabel 3. Penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi berperan sebagai mediator dalam hubungan antara pemaafan dan kecemasan ( $E = -0,029, p = 0,022$ ). Selain itu, Pemaafan juga memiliki pengaruh langsung terhadap kecemasan ( $E = -0,295, p = 0,011$ ). Skor yang diperoleh menunjukkan bahwa pengaruh pemaafan terhadap kecemasan akan semakin besar ketika dimediasi oleh resiliensi.

Baron dan Kenny (1986) menyatakan jika pengaruh variabel bebas terhadap variabel tergantung tidak nol (0) ketika variabel mediasi dilibatkan, maka ada peran dari variabel lain sebagai mediator dalam hubungan tersebut. Resiliensi sebagai mediator dalam penelitian ini termasuk dalam kategori *partial mediation*. Hal ini menunjukkan bahwa dalam hubungan pemaafan dan kecemasan terdapat beberapa variabel lain yang bisa berperan sebagai mediator. Adapun peran resiliensi sebagai mediator dapat dilihat pada tabel 3

penuh memiliki peran sebagai mediator (*full mediation*) antara pemaafan pada orang lain dan kecemasan ( $p > 0.05$ ; *indirect effect* = -0.018,  $p < 0.05$ ). Pada dimensi pemaafan pada situasi, resiliensi secara sebagian memiliki peran sebagai mediator (*partial mediation*) antara pemaafan pada situasi dan kecemasan ( $p < 0.05$ ; *indirect effect* = -0.029,  $p < 0.05$ )

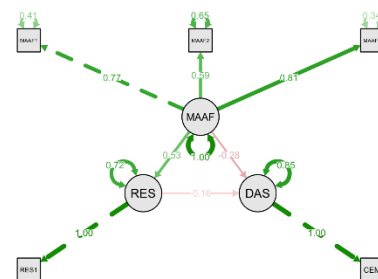
**Tabel 3**  
*Analisis Mediasi*

		E	SE	z	p	95% CI	
						Lower	Upper
<i>Direct Effect</i>	Pemaafan	-	0.011	-	0.011	-0.051	-0.007
	Kecemasan	0.029		2.556			
<i>Indirect Effect</i>	Pemaafan- Resiliensi	-	0.005	-	0.022	-0.023	-0.002
	- Kecemasan	0.012		2.290			
<i>Total Effect</i>	Resiliensi	-	0.010	-	< .001	-0.062	-0.021
	Kecemasan	0.041		3.966			



**Gambar 2.** Peran resiliensi sebagai mediator

Selain itu, analisis mediasi berdasarkan dimensi-dimensi pemaafan yang terdiri dari pemaafan diri sendiri, pemaafan terhadap situasi, dan pemaafan terhadap pelaku menunjukkan hasil yang sama. Pada dimensi pemaafan diri sendiri, resiliensi secara penuh (*full mediation*) berperan sebagai variabel mediator antara dimensi pemaafan pada diri sendiri dan kecemasan. ( $p = 0.054$  ( $p > 0.05$ ); *indirect effect* = -0.032,  $p < 0.05$ ). Pada dimensi pemaafan pada orang lain, resiliensi secara



**Gambar 3.** Peran resiliensi sebagai mediator dimensi-dimensi pemaafan

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran resiliensi sebagai mediator dalam hubungan pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa resiliensi secara signifikan berperan sebagai variabel mediator sehingga hipotesis

penelitian ini diterima. Peran pemaafan terhadap kecemasan akan semakin besar ketika diperantarai oleh resiliensi. Penelitian ini menemukan bahwa resiliensi memiliki peran sebagai mediator parsial (*partial mediation*) dalam hubungan antara pemaafan dan kecemasan. Mediasi parsial menunjukkan bahwa sebagian variabel bebas terhadap variabel mediator yang sedang diteliti (Woody, 2011) sehingga masih terdapat variabel mediator lain yang dapat mempengaruhi hubungan pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa resiliensi menjadi mediator parsial terhadap efek negatif pandemi dan kesehatan mental (Kumar, 2022) serta resiliensi dapat menjadi mediator untuk meningkatkan kebahagiaan pada individu (Sudirman dkk, 2019).

Penelitian ini memperlihatkan bahwa resiliensi berperan sebagai mediasi secara penuh (*full mediation*) pada pemaafan pada diri sendiri dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Korban kekerasan berpacaran seringkali menyalahkan dirinya sendiri terkait kekerasan yang dialami. Korban akan merasa tidak berdaya serta putus asa ketika tidak mampu untuk menyelamatkan diri dari kekerasan yang dialami sehingga mempengaruhi perilaku korban dalam memandang peristiwa kekerasan yang dialami (Loka, 2017). Korban cenderung menginternalisasikan bahwa dirinya merupakan penyebab dan penanggung jawab dari kekerasan yang terjadi. Oleh karena itu korban diharapkan mampu untuk memaafkan diri sendiri terlebih dahulu agar pulih dari situasi yang tidak menyenangkan sebagai akibat dari kekerasan yang dialami. Sejalan dengan hal tersebut Thompson dkk (Snyder & Lopez, 2007) menyebutkan bahwa korban yang mampu untuk memaafkan dirinya sendiri ketika tidak dapat membela dirinya ketika mengalami kekerasan maka akan terhindar dari berbagai dampak negatif dari kekerasan yang diperoleh

Selain itu, penelitian ini juga memperoleh hasil bahwa resiliensi secara penuh memiliki

peran sebagai mediator (*full mediation*) antara pemaafan pada orang lain dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Korban kekerasan dalam berpacaran seringkali menyimpan perasaan kecewa, marah, serta dendam kepada pelaku sehingga diperlukan pemaafan terhadap pelaku. Pemaafan kepada pelaku diartikan sebagai pemaafan yang tidak hanya lewat ucapan kepada pelaku melainkan juga terkait pengambilan keputusan terkait apa yang dilakukan selanjutnya seperti meninggalkan perasaan bersalah serta balas dendam terhadap pelaku sehingga dengan memaafkan orang lain maka dapat menetralkan emosi negatif serta dapat berdampak positif pada kesehatan mental korban (Thompson, 2005; Enright, 2012; Gençoğlu, 2018).

Disisi lain, penelitian ini juga menemukan bahwa resiliensi secara sebagian memiliki peran sebagai mediator (*partial mediation*) antara pemaafan pada situasi dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Pemaafan terhadap situasi merupakan pemaafan yang dilakukan oleh korban terkait kondisi negatif yang dirasakan oleh korban tersebut sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada korban (Lawler dkk, 2005; McCullough, Bellah, Kilpatrick, & Johnson, 2001). Lebih lanjut Snyder dan Lopez (2007) menyebutkan pemaafan terhadap situasi dapat membantu korban agar tidak terjebak pada peristiwa yang menyakitkan sehingga mampu berhenti untuk merenungi peristiwa tersebut dan menyalahkan diri karena telah mengacaukan hidup. Korban juga menyadari bahwa melepaskan dan ikhlas merupakan bagian dar awal langkah untuk menyembuhkan diri serta menumbuhkan harapan baru dalam kehidupan sehingga dapat memunculkan kekuatan dalam diri korban untuk bangkit.

Korban yang mampu memaafkan disebut sebagai individu yang dapat menunjukkan kemampuannya sebagai manusia untuk menjadi rasional maupun spiritual dalam memberikan kasih sayang yang tulus terhadap pelaku (North dalam Habibi dkk, 2017). Dalam hal ini korban

yang mampu melakukan pemaafan maka korban dapat melewati berbagai emosi negatif seperti kebencian, kemarahan serta keinginan untuk membalas dendam sehingga korban yang mampu untuk melakukan pemaafan dapat menjadikan korban menjadi lebih resilien. (Halilova et al., 2020; Uyanik dan Cevik, 2022). Hal tersebut dikarenakan korban mampu dalam memandang serta menghadapi permasalahan dengan cara yang positif sehingga mampu untuk mencegah dampak negatif dari stresor yakni kecemasan (Kong dkk, 2020).

Kemudian, penelitian ini juga memperlihatkan adanya pengaruh pemaafan terhadap resiliensi pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Enright (2012) menyatakan bahwa resiliensi yang dimiliki oleh korban tidak dapat dipisahkan dari pemaafan. Hal tersebut dikarenakan selama situasi sulit memaafkan akan mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis serta resiliensi. Dengan memaafkan korban dapat memulihkan situasi traumatis dan melepaskan pengalaman menyakitkan dengan belajar mengubah proses kognitif, afeksi, perilaku, serta motivasi negatif menjadi lebih positif (Rahmandani, 2015). Kecenderungan untuk memaafkan secara signifikan dapat mempengaruhi individu untuk bangkit dari keterpurukan korban. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Putri (2022); Kim dan Lee (2014); Gupta dan Kumar (2015) menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pemaafan dengan resiliensi. Dalam hal ini, korban yang memiliki pemaafan maka dapat menumbuhkan resiliensi pada diri korban.

Resiliensi pada penelitian ini juga memiliki pengaruh terhadap kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Sejalan dengan pernyataan tersebut Poudel-Tandukar (2019) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada korban adalah resiliensi. Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh korban untuk mengatasi tekanan dan berperan untuk mencegah kecemasan, depresi serta stres pada diri korban sehingga apabila korban

memiliki kemampuan resiliensi yang baik maka dapat meminimalisir korban mengalami kecemasan (Marita & Rahmasari, 2021)

Penelitian ini menunjukkan pemaafan memiliki pengaruh secara langsung terhadap kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Penelitian yang dilakukan oleh Cornish dan Wade (2015) menunjukkan korban yang mampu memaafkan maka akan meminimalisir kemungkinan korban mengalami kecemasan. Flasch et al (2017) menyebutkan bahwa korban yang mengalami kekerasan dalam berpacaran dapat melarikan diri dari siklus yang menyalahkan diri sendiri sehingga korban dapat mengatasi perasaan negatif serta dapat membantu korban untuk sembuh serta mendapatkan kedamaian hati. Dengan demikian korban kekerasan berpacaran dapat terhindar dari kecemasan jika mampu melakukan pemaafan.

Kekerasan yang dialami oleh korban berupa kekerasan fisik, emosional/ verbal,serta seksual. Sejalan dengan hal tersebut Murray (2007) menyebutkan bahwa terdapat tiga bentuk kekerasan dalam pacaran yakni kekerasan fisik, kekerasan verbal dan emosional serta, kekerasan seksual. Penelitian ini menemukan bahwa sebanyak 134 subjek mengalami kekerasan verbal/emosional. Sejalan dengan hal tersebut, Rini (2022) dalam penelitiannya menemukan bahwa prevalensi kekerasan verbal emosional lebih tinggi dibandingkan kekerasan fisik maupun kekerasan seksual. Kekerasan verbal merupakan jenis kekerasan yang dilakukan untuk menyakiti orang lain dengan penyalahgunaan bahasa tanpa menggunakan bahasa yang santun (Murray, 2007). Kekerasan verbal merupakan awal dari kekerasan fisik dan kekerasan seksual yang dialami oleh korban. Dalam hal ini, korban yang mulanya hanya mengalami kekerasan verbal dari pasangan akan rentan mengalami kekerasan fisik dan kekerasan seksual (Karakut & Silver, 2013).

Selanjutnya kekerasan yang dialami oleh korban adalah kekerasan fisik, sebanyak 109 subjek pada penelitian ini mengalami kekerasan fisik. Kekerasan fisik merupakan kekerasan yang

dilakukan oleh pasangan kepada korban yang menyebabkan korban terluka secara fisik (Murray, 2007). Pada penelitian ini kekerasan seksual menjadi kekerasan yang paling sedikit dibandingkan dari kekerasan fisik dan kekerasan verbal dan emosional, sebanyak 63 subjek pada penelitian ini mengalami kekerasan seksual. Kekerasan seksual merupakan kekerasan pemaksaan yang dilakukan oleh pasangan kepada korban untuk melakukan kontak seksual dimana korban tidak menghendaki kegiatan tersebut (Murray, 2007). Berbagai kekerasan yang dialami oleh korban menyebabkan korban mengalami permasalahan psikologis seperti kecemasan, *self esteem*, dan *self image* (Putriana, 2018 ;Purnama, 2016).

#### KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian serupa terkait pemaafan yang dimediasi oleh resiliensi terhadap kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran masih belum banyak dilakukan. Hal ini menyebabkan keterbatasan dalam studi literatur. Kedua, penelitian terkait kondisi dan kesehatan mental individu bersifat kompleks yang tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor. Penelitian ini belum mampu menjelaskan terkait variabel-variabel lain yang ikut berperan dalam mempengaruhi hubungan antara pemaafan dan kecemasan. Selain itu, faktor lainnya seperti nilai-nilai budaya yang melekat pada individu juga belum dapat dijelaskan di dalam penelitian ini. Oleh karenanya, penelitian lanjutan sangat diperlukan.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa penelitian ini mengkonfirmasi peran resiliensi sebagai mediator parsial dalam hubungan antara pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran di usia *emerging adulthood*. Resiliensi secara penuh (*full mediation*) berperan sebagai variabel mediator antara dimensi

pemaafan pada diri sendiri dan kecemasan. Resiliensi secara penuh memiliki peran sebagai mediator (*full mediation*) antara pemaafan pada orang lain dan kecemasan. Resiliensi secara sebagian memiliki peran sebagai mediator (*partial mediation*) antara pemaafan pada situasi dan kecemasan. Adapun mayoritas kekerasan yang dialami oleh korban merupakan kekerasan verbal/emosional.

#### IMPLIKASI PENELITIAN

Penelitian ini dapat menjadi pertimbangan bagi pihak-pihak terkait mengenai kebijakan dan penanganan terhadap kasus kekerasan dalam berpacaran, terutama pada korban perempuan yang mengalaminya. Selain itu, hasil penelitian yang menunjukkan adanya peran resiliensi sebagai mediator parsial dalam hubungan antara pemaafan dan tingkat kecemasan pada perempuan korban kekerasan mengimplikasikan perlunya pertimbangan untuk memberikan intervensi berupa pelatihan peningkatan resiliensi yang nantinya dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dimiliki oleh korban. Selain itu, intervensi guna meningkatkan juga dapat dilakukan untuk meminimalisir kecemasan korban, namun tidak lebih efektif dari pelatihan resiliensi. Di sisi lain, perlu adanya penelitian lanjutan guna melihat pengaruh variabel mediator lain dalam hubungan antara pemaafan dan kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam berpacaran. Selain itu, penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat mempertimbangkan pengaruh nilai-nilai budaya sikap dan perilaku dari subjek penelitian

#### REFERENSI

- Abid, M., & Sultan, S. (2015). Dispositional Forgiveness as a Predictor of Psychological Resilience among Women: A Sign of Mental Health. *Journal on Educational Psychology*, 9(2), 1-7. <https://doi.org/10.26634/JPSY.9.2.3649>
- Agusdwitanti, H., & Tambunan, S. M. (2015). Kelekatan dan intimasi pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 18-24 .

- <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1286/1146>
- Alderton, A., Henry, N., Foster, S., & Badland, H. (2020). Examining the relationship between urban liveability and gender-based violence: A systematic review. *Health & place*, 64, 102365-102366. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102365>
- Antony, M., Bieling, P., Cox, B., Enns, M., & Swinson, R. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the depression anxiety stress scales in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment*, 10(2), 176-181. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1040-3590.10.2.176>
- Ayu, S. M., Hakimi, M., & Hayati, E. N. (2013). Kekerasan dalam pacaran dan kecemasan remaja putri di kabupaten purworejo. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Daulan*, 6(1), 61-74. <http://dx.doi.org/10.12928/kesmas.v6i1.1067>
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. (2007). Psychometric analysis and refinement of the connor–davidson resilience scale (CD-RISC): validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Chandra, T. (2019). Translations. Diambil dari Heartland Forgiveness Scale: <https://www.heartlandforgiveness.com/translations-old>
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cornish, M. A., & Wade, N. G. (2015). A therapeutic model of self-forgiveness with intervention strategies for counselors. *Journal of Counseling & Development*, 93(1), 96-104.
- <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/j.1556-6676.2015.00185.x>
- Enright, R. D. (2012). Forgiveness is a choice, a step-by-step process for resolving anger and restoring hope. American Psychological Association
- Ferawati, F., & Rahmandani, A. (2020). Hubungan antara pemaafan diri dengan regulasi emosi pada anak didik lembaga pembinaan khusus anak (lpka) kelas i kutoarjo dan kelas ii yogyakarta. *Jurnal Empati*, 8(3), 572-578. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/26498>
- Flasch, P., Murray, C. E., & Crowe, A. (2017). Overcoming abuse: A phenomenological investigation of the journey to recovery from past intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(22), 3373–3401. <https://doi.org/10.1177/0886260515599161>
- Gençoğlu, C., Şahin, E., & Topkaya, N. (2018). General self-efficacy and forgiveness of self, others, and situations as predictors of depression, anxiety, and stress in university students. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 18(3), 605-626. <https://doi.org/10.12738/estp.2018.3.0128>
- Ghiasvand, A. M., Naderi, M., Tafreshi, M. Z., Ahmadi, F., & Hosseini, M. (2017). Relationship between time management skills and anxiety and academic motivation of nursing students in tehran. *Electronic Physician*, 9(1), 3678–3684. <https://doi.org/10.19082/3678>
- Ghozali, I. (2018). Aplikasi analisis multivariate dengan pogram ibm spss (9th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Gupta, N., & Kumar, S. (2015). Significant predictors for resilience among a sample of undergraduate students: Acceptance, forgiveness and gratitude. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 6(2) 188-191.

- 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*, 6(2), 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>
- Halilova, J. G., Struthers, C. W., Guilfoyle, J. R. Shoikhedbrod, A., Monsjou, E. V., & George, M. (2020). Does resilience help sustain relationships in the face of interpersonal transgressions. *Personality and Individual Differences*, 160, 1-8.  
<http://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109928>
- Hikmah, N., Sedjo, P., & Julianti, A. (2019). Pemaafan dan kualitas persahabatan pada santri yang tinggal di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 31-43.  
<https://doi.org/10.35760/psi.2019.v12i1.1914>
- Hu, T., Xiao, J., Peng, J., Kuang, X., & He, B. (2018). Relationship between resilience, social support as well as anxiety/depression of lung cancer patients: A cross-sectional observation study. *Journal Of Cancer Research And Therapeutics*, 14(1), 72-77.  
<https://doi.org/10.4103/jcrt.jcrt.849.17>
- Husnan, A. (2015). Hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada siswi yang tinggal di Asrama. *Trisula*, 1(1), 87-105.  
<https://doi.org/10.32492/trisula.v1i1.34>
- Jannah, S. N., & Rohmatun, R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penyintas banjir rob tambak lorok. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 13(1), 1-12.  
<http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/view/3973>.
- Jaufalaily, N., & Himam, F. (2017). Resilience as a mediator of the relationship between forgiveness and happiness Among College Students. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 32(3), 121-127.  
<https://doi.org/10.24123/aipj.v32i3.626>
- Karakurt, G., & Silver, K. E. (2013). Emotional abuse in intimate relationships: The role of gender and age. *Violence and victims*, 28(5), 804-821. <https://doi.org/10.1891/2F0886-6708.vv-d-12-00041>
- Katz, J. & Arias, I. 1999. "Psychological abuse and depressive symptoms in dating women: Do different types of abuse have differential effects?". *Journal of Family Violence*, 14(1), 281-295.  
<https://doi.org/10.1023/A:1022866400736>
- Khaninah, A. N., & Widjanarko, M. (2016). Perilaku agresif yang dialami korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 151-160.  
<https://doi.org/10.14710/jpu.15.2.151-160>
- Kim, H. K., & Lee, M. (2014). Effectiveness of forgiveness therapy on resilience, self-esteem, and spirituality of wives of alcoholics. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 44(3), 237-247.  
<https://doi.org/10.4040/jkan.2014.44.3.237>
- Koelmel, E., Hughes, A. J., Alschuler, K. N., & Ehde, D. M. (2017). Resilience mediates the longitudinal relationships between social support and mental health outcomes in multiple sclerosis. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 98(6), 1139-1148.  
<https://doi.org/10.1016/j.apmr.2016.09.12>
- Kumar, S., Lee, N. K., Pinkerton, E., Wroblewski, K. E., Lengyel, E., & Tobin, M. (2022). Resilience: a mediator of the negative effects of pandemic-related stress on women's mental health in the USA. *Archives of Women's Mental Health*, 1-10.

- <https://doi.org/10.1007/s00737-021-01184-7>
- Kundre, R., & Hamel, R. (2019). Hubungan antara konsep diri (body image) dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause di desa motoling ii. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1-6. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.25203>
- Kusumaningsih, L. P. S. (2017). Penerimaan diri dan kecemasan terhadap status narapidana. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 234-24. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v9i3.14114>
- Kusumastuti, D. (2020). Kecemasan dan prestasi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 12(1), 22-33. <http://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika>
- Lazarus, R.S. 1991. *Emotion and Adaptation*. Oxford University Press.
- Lawler, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L., Edmondson, K. A., & Jones, W. H. (2005). The unique effects of forgiveness on health: An exploration of pathways. *Journal of Behavioral Medicine*, 28(2), 157-167. <https://doi.org/10.1007/s10865-005-3665-2>
- Lee, T. S. H., Wu, Y. J., Chao, E., Chang, C. W., Hwang, K. S., & Wu, W. C. (2021). Resilience as a mediator of interpersonal relationships and depressive symptoms amongst 10th to 12th grade students. *Journal of Affective Disorders*, 278, 107-113. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.033>
- Li, L., Yao, C., Zhang, Y., & Chen, G. (2020). Trait forgiveness moderated the relationship between work stress and psychological distress among final-year nursing students: A pilot study. *Frontiers in psychology*, 11, 1674-1683. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01674>
- Loh, J. M., Schutte, N. S., & Thorsteinsson, E. B. (2014). Be happy: The role of resilience between characteristic affect and symptoms of depression. *Journal of Happiness Studies*, 15(5), 1125-1138. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9467-2>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behavior research and therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/00057967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/00057967(94)00075-u)
- Maisah, M., & Yenti, S. S. (2016). Dampak Psikologis Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di Kota Jambi. *ESENSIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, 17(2), 265-277. <http://dx.doi.org/10.14421/esensia.v17i2.1292>
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 10-22.
- McCullough, M. E., Worthington Jr, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 73(2), 321-336. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.73.2.321>
- McCullough, M. E., Bellah, C. G., Kilpatrick, S. D., & Johnson, J. L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(5), 601-610. <https://doi.org/10.1177/0146167201275008>
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019, November). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. *In Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 433-441. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3455/785>
- Muarifah, A. (2005). Hubungan kecemasan dan agresivitas. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 102-112. <http://dx.doi.org/10.26555/humanitas.v2i2.319>

- Mujeeb, A., & Zubair, A. (2012). resilience, stress, anxiety and depression among internally displaced persons affected by armed conflict. *Pakistan Journal of Social & Clinical Psychology*, 9(3), 20-26. <https://www.proquest.com/scholarlyjournal/resilience-stress-anxiety-depression-among/docview/1346180883/se-2>
- Mulyani, T. (2018). Kajian sosiologis mengenai perubahan paradigma dalam budaya patriarki untuk mencapai keadilan gender. *Jurnal Paradigma Hukum Pembangunan*, 3(02), 149-158.
- Munawaroh, D. Y., & Hayati, M. N. (2015). Analisis regresi variabel mediasi dengan metode kausal step (studi kasus: produk domestik regional bruto (pdrb) perkapita di provinsi kalimantan timur tahun 2011-2013). *Jurnal Ekspansional*, 6(2), 193-199. [https://fmipa.unmul.ac.id/files/docs/\[24\]%20Jurnal%20Munawaroh%20Edit.pdf](https://fmipa.unmul.ac.id/files/docs/[24]%20Jurnal%20Munawaroh%20Edit.pdf)
- Murray, J. (2007). *But I love him: Protecting your teen daughter from controlling, abusive dating relationships*. Harper Collin Publisher.
- Mustaqim, A. (2020, Januari 20). 329 Kasus Kekerasan Perempuan Terjadi di DIY pada 2019. <https://www.medcom.id/nasional/daerah/zNP41M7N-329-kasus-kekerasan-perempuan-terjadi-di-diy-pada-2019>
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal* (5th ed. ). Erlangga
- Perempuan, Komnas. (2020). Kekerasan meningkat: kebijakan penghapusan kekerasan seksual untuk membangun ruang aman bagi perempuan dan anak perempuan. lembar fakta catatan tahunan (catahu) komnas perempuan tahun 2020. Komisi Nasional Perempuan.
- Poudel-Tandukar, K., Chandler, G. E., Jacelon, C. S., Gautam, B., Bertone-Johnson, E. R., & Hollon, S. D. (2019). Resilience and anxiety or depression among resettled Bhutanese adults in the United States. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(6), 496-506. <https://doi.org/10.1177/0020764019862312>
- Poudel-Tandukar, K., Chandler, G. E., Jacelon, C. S., Gautam, B., Bertone-Johnson, E. R., & Hollon, S. D. (2019). Resilience and anxiety or depression among resettled Bhutanese adults in the United States. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(6), 496-506.
- Purnama, F. (2016). Kekerasan dalam pacaran pada remaja. *Jurnal Harkat: Media Komunikasi Gender*, 12(2), 161-170. <https://doi.org/10.15408/harkat.v12i2.7570>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOOLID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40. <http://dx.doi.org/10.23916/08430011>
- Putri, R. K., Sugiharto, D. Y. P., & Awalya, A. (2022). The effect of forgiveness and self-acceptance on students resilience through Social Support as the Mediator. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(1), 46-52.
- Putriana, A. (2018). Kecemasan dan strategi coping pada wanita korban kekerasan dalam pacaran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(3), 453-461. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4663>
- Rabbaniyah, S., & Salsabila, S. (2022). Patriarki Dalam Budaya Jawa; Membangun Perilaku Pembungkaman Diri Pada Perempuan Korban Seksual Dalam Kampus. *Community: Pengawas Dinamika Sosial*, 8(1), 113-124.
- Rahmandani, A. (2015). Pemaafan dan aspek kognitif dari stres pada mahasiswa jurusan kebidanan tingkat dua. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 118-128.
- Rahmania, F. A., Hizbullah, K., Anisa, S. N. I., & Wahyuningsih, H. (2021, February). The effects of forgiveness and self-acceptance on the meaning of life in early adult individuals with divorced parents. *In Proceeding of Inter-Islamic University Conference on*

- Psychology*, 1(1), 1-8. <https://doi.org/10.21070/iucp.v1i1.612>
- Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Psychological resilience, depression, anxiety, and somatization symptoms in response to COVID-19: a study of the general population in China at the peak of its epidemic. *Social Science & Medicine*, 262, 113261. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113261>
- Rini, R. (2022). Bentuk dan dampak kekerasan dalam berpacaran: perspektif perbedaan jenis kelamin. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 6(2), 84-95.
- Rusyidi, B., & Hidayat, E. N. (2020). Kekerasan dalam Pacaran: Faktor Risiko Dan Pelindung Serta Implikasinya Terhadap Upaya Pencegahan. *Sosio Informa*, 6(2), 152-169. <https://doi.org/10.33007/inf.v6i2.2208>
- Sakina, A. I. (2017). Menyoroti budaya patriarki di Indonesia. *Share: Social Work Journal*, 7(1), 71-80. <https://doi.org/10.24198/SHARE.V7I1.13820>
- Saputro, I., & Nashori, F. (2017). Resiliensi mahasiswa ditinjau dari pemaafan dan sifat kepribadian agreeableness. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 171-180. <https://jpi.api-himpsi.org/index.php/jpi/article/view/47/26>
- Sari, I. P. (2018). Kekerasan dalam hubungan pacaran di kalangan mahasiswa: studi refleksi pengalaman perempuan. *DIMENSIA: Jurnal Kajian Sosiologi*, 7(1), 64-85. <https://doi.org/10.21831/dimensia.v7i1.21055>
- Setyawan, I. (2021). Melihat peran pemaafan pada resiliensi akademik siswa. *Jurnal Empati*, 10(3), 187-193. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/31282>
- Singh, I., & Jha, A. (2013). Anxiety, optimism and academic achievement among students of private medical and engineering colleges: a comparative study. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 3(1), 222-233. <https://doi.org/10.5539/jedp.v3n1p222>
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
- Sohat, F., Bidjuni, H., & Kallo, V. (2014). Hubungan tingkat kecemasan dengan insomnia pada lansia di balai penyantunan lanjut usia senja cerah paniki kecamatan mapanget manado. *Jurnal Keperawatan*, 2(2), 1-8. <https://doi.org/10.35790/jkp.v2i2.5163>
- Soni, P. (2016). A study on the relationship between resilience and forgiveness. *Indian Journal of Mental Health*, 3(1) 57-68. <http://dx.doi.org/10.30877/IJMH.3.1.2016.57-61>
- Strelan, P., & Covic, T. (2006). A review of forgiveness process models and a coping framework to guide future research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(10), 1059-1085. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2006.25.10.1059>
- Sudirman, S. A., Suud, F. M., Rouzi, K. S., & Sari, D. P. (2019). *Forgiveness and happiness through resilience*. *Al-Qalb*, 10(2), 113-131. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v10i2.955>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Alfabeta
- Taylor, J. A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 48(2), 285-290.
- Temple, J. R., Shorey, R. C., Fite, P., Stuart, G. L., & Le, V. D. (2013). Substance use as a longitudinal predictor of the perpetration of teen dating violence. *Journal Of Youth And Adolescence*, 42(4), 596-606. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9877-1>

- 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>
- Uyanik, n., & çevik, ö. (2022). Examining the relationship between teachers' self-compassion, forgiveness, and psychological resilience. *International Journal of Psychology and Educational Studies, 9*(4), 1208-1221. <https://dx.doi.org/10.52380/ijpes.2022.9.4.837>
- Wolfe, D., & Temple, J. R. (Eds.). (2018). *Adolescent dating violence: Theory, research, and prevention*. Academic Press
- Woody, E. (2011). An SEM perspective on evaluating mediation: What every clinical researcher needs to know. *Journal of Experimental Psychopathology, 2*(2), 210–251.
- Yuliani, S., Widiанти, E., & Sari, S. P. (2018). Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying. *Jurnal Keperawatan BSI, 6*(1), 77-86. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Zhang, J., Yang, Z., Wang, X., Li, J., Dong, L., & Wang, F. et al. (2020). The relationship between resilience, anxiety and depression among patients with mild symptoms of COVID-19 in China: A cross-sectional study. *Journal Of Clinical Nursing, 29*(21-22), 4020-4029. <https://doi.org/10.1111/jocn.15425>

**LAMPIRAN 1**  
**SKALA PENELITIAN**

#### A. Skrining Subjek Korban Kekerasan Dalam Berpacaran

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin :
4. Domisili :
5. Nomor HP :
6. Pernahkan Anda mengalami **kekerasan secara fisik** oleh pasangan Anda dalam kurun waktu satu tahun terakhir?
7. Dapatkah Anda mengidentifikasi bentuk **perilaku kekerasan secara fisik** yang pernah dilakukan oleh pasangan Anda? (Anda dapat memilih lebih dari satu jawaban)
  - Memukul
  - Menendang
  - Mencubit
  - Menampar
  - Mendorong
  - Mencakar
  - Membanting
  - Menyerang baik dengan senjata maupun tidak
  - Bentuk lain menyakiti secara fisik (subjek dapat mengisi ...)
8. Seberapa sering Anda mengalami **kekerasan secara fisik** oleh pasangan Anda dalam kurun waktu satu tahun terakhir? (subjek memilih satu opsi jawaban)
  - Tidak pernah
  - Jarang
  - Kadang-kadang
  - Cukup sering
  - Sering
9. Pernahkan Anda mengalami kekerasan **secara verbal dan emosional** oleh pasangan Anda?
10. Bisakah Anda mengidentifikasi bentuk perilaku kekerasan secara verbal dan emosional yang pernah dilakukan oleh pasangan Anda? (subjek dapat memilih lebih dari satu jawaban)
  - Membentak
  - Memaki
  - Meremehkan
  - Mengancam
  - Mencaci
  - Mempermalukan
  - Memanipulasi
  - Mengekang
  - Segala bentuk kekerasan emosional maupun verbal yang lain (subjek dapat mengisi ...)
11. Seberapa sering Anda mengalami kekerasan secara verbal dan emosional oleh pasangan Anda dalam kurun waktu satu tahun terakhir? (subjek memilih satu opsi jawaban)
  - Tidak pernah
  - Jarang
  - Kadang-kadang
  - Cukup sering
  - Sering
12. Pernahkan Anda mengalami kekerasan secara seksual oleh pasangan Anda?
13. Bisakah Anda mengidentifikasi bentuk perilaku kekerasan secara seksual yang pernah dilakukan oleh pasangan Anda? (subjek dapat memilih lebih dari satu jawaban)

- Memaksa berhubungan seksual
  - Sabotase alat kontrasepsi
  - Segala bentuk kekerasan seksual lain (subjek dapat mengisi ... )
14. Seberapa sering Anda mengalami kekerasan secara seksual yang dilakukan oleh pasangan Anda dalam kurun waktu satu tahun terakhir? (subjek memilih satu opsi jawaban)
- Tidak pernah
  - Jarang
  - Kadang-kadang
  - Cukup sering
  - Sering

**B. 10-Item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10)**

Pada setiap pernyataan berikut, jawablah berdasarkan seberapa setuju Anda terhadap pernyataan tersebut. Pilihlah salah satu jawaban yang paling menggambarkan diri Anda dalam sebulan terakhir ini. Bila terdapat pernyataan yang tidak terjadi dalam sebulan terakhir ini, jawablah berdasarkan bagaimana Anda akan menghadapinya bila hal itu terjadi.

No.	Pertanyaan	Sangat tidak sesuai	Tidak sesuai	Sesuai	Sangat sesuai
1.	Saya mampu beradaptasi ketika terjadi perubahan.				
2.	Saya dapat menghadapi apapun yang terjadi dalam hidup saya.				
3.	Saya berusaha untuk memandang sisi humor dari masalah-masalah yang saya hadapi.				
4.	Pengalaman mengatasi stres dapat membuat saya semakin kuat.				
5.	Saya memiliki kecenderungan untuk bangkit kembali setelah berada dalam keadaan sakit, luka, atau penderitaan lainnya.				
6.	Saya yakin dapat meraih tujuan saya, meskipun ada rintangan-rintangan.				
7.	Dalam situasi di bawah tekanan, saya dapat tetap fokus dan berpikir jernih.				
8.	Saya tidak mudah putus asa akibat kegagalan.				

9.	Saya menganggap diri saya adalah orang yang kuat ketika berhadapan dengan tantangan dan kesulitan hidup.				
10.	Saya mampu mengatasi perasaan yang menyakitkan atau tidak menyenangkan, seperti kesedihan, ketakutan, dan kemarahan.				

**C. 21-Item Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21)**

Anda diminta untuk salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan pengalaman Anda selama satu minggu belakangan ini. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

Hampir Tidak Pernah : kurang sesuai dengan saya sama sekali, atau hampir tidak pernah.

Kadang : sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.

Sering : sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan/sering.

Sangat sering : sangat sesuai dengan saya, sering sekali, sangat sering

Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Anda yang sesungguhnya berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Anda.

No	Pernyataan	Hampir Tidak Pernah	Kadang	Sering	Sangat Sering
1	Saya merasa sulit untuk beristirahat.				
2	Saya merasa bibir saya sering kering.				
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.				
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya:				

	seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).				
5	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu.				
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.				
7	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).				
8	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.				
9	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.				
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.				
11	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.				
12	Saya merasa sulit untuk bersantai.				
13	Saya merasa putus asa dan sedih.				
14	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.				
15	Saya merasa saya hampir panik.				
16	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.				
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.				
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				
19	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).				
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.				
21	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti.				

**D. Skala Pengampunan Heartland/Heartland Forgiveness Scale (HFS)**

**Petunjuk:** Dalam hidup, kita sering berhadapan dengan hal-hal negatif yang terjadi baik akibat perbuatan kita sendiri, orang lain, ataupun hal-hal yang berada di luar kendali kita. Untuk beberapa saat setelah peristiwa negatif terjadi, kita sering memiliki pikiran atau perasaan buruk baik terhadap diri kita sendiri, orang lain, maupun lingkungan. Pikirkanlah bagaimana **biasanya** kita merespon kejadian semacam itu.

Pada tempat yang sudah disediakan, berikanlah nilai (1-7 sesuai skala di bawah) yang secara tepat menggambarkan bagaimana **biasanya** respon kita terhadap situasi negatif yang kita alami. Tidak ada jawaban yang benar atau salah. Berusahalah sejujur mungkin dalam memberikan jawaban.

No	Pernyataan	Sangat tidak sesuai dengan saya	Agak tidak sesuai dengan saya		Agak sesuai dengan saya		Sangat sesuai dengan saya	
		1	2	3	4	5	6	7
1	Walaupun mulanya saya merasa bersalah ketika melakukan kesalahan, saya dapat memaafkan diri saya sendiri seiring berjalannya waktu.							
2	Saya memendam rasa bersalah terhadap kesalahan-kesalahan yang saya perbuat.							
3	Mengambil pelajaran dari setiap kesalahan yang saya perbuat membantu saya untuk melupakannya.							
4	Sangat sulit bagi saya untuk memaafkan diri sendiri setelah melakukan kesalahan.							
5	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi diri saya sendiri akan kesalahan-kesalahan yang saya perbuat.							
6	Saya tidak henti-hentinya mengkritik diri sendiri akan hal-hal negatif yang saya rasakan, pikirkan, ucapkan, atau perbuat.							
7	Saya terus-menerus menghukum orang yang melakukan sesuatu yang salah menurut pandangan saya.							

8	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi orang lain akan kesalahan-kesalahan yang mereka perbuat.							
9	Saya terus-menerus bersikap keras terhadap orang-orang yang telah menyakiti saya.							
10	Walaupun ada orang-orang yang sebelumnya pernah menyakiti saya, saya perlahan-lahan bisa memandang mereka sebagai orang baik.							
11	Apabila orang lain memperlakukan saya dengan tidak baik, saya akan terus-menerus berpikir buruk tentang mereka.							
12	Ketika seseorang mengecewakan saya, saya perlahan-lahan bisa melupakannya.							
13	Ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan karena situasi yang berada di luar kendali, saya akan terus berpikir negatif akannya.							
14	Seiring berjalannya waktu, saya bisa memaklumi hal-hal buruk yang terjadi di hidup saya.							
15	Ketika saya merasa kecewa terhadap situasi yang berada di luar kendali, saya cenderung terus-menerus berpikiran negative tentang hal tersebut.							
16	Saya perlahan-lahan dapat berdamai dengan hal-hal buruk yang terjadi dalam hidup saya.							
17	Sangat sulit bagi saya untuk menerima kejadian buruk yang terjadi di luar kendali siapapun.							
18	Perlahan-lahan, saya mampu meninggalkan pikiran-pikiran negatif akan kejadian-kejadian buruk yang terjadi di luar kendali.							

**LAMPIRAN 2**  
**BLUEPRINT SKALA**

### A. Heartland Forgiveness Scale (HFS)

Table 1. *Blueprint Skala HFS*

Aspek	Nomor butir	Jumlah
Pemaafan terhadap diri sendiri	1, 2*, 3, 4*, 5, 6*	6
Pemaafan terhadap orang lain	7*, 8, 9*, 10, 11*, 12	6
Pemaafan terhadap situasi	13*, 14, 15*, 16, 17*, 18	6
Jumlah		18

### B. 10-Item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10)

Table 2. *Blueprint Skala CD-RISC-10*

Aspek	Nomor butir	Jumlah
Ketahanan	1,2,3,4,5,7,8,9,10	9
Kegigihan	6	1
Jumlah		10

### C. 21-Item Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21)

Table 3. *Blueprint Skala DASS-21 Depression Scale*

Aspek	Nomor butir	Jumlah
Disporia	13	1
Keputusasaan	10	1
Hilangnya nilai dalam hidup	21	1
Penilaian negatif terhadap diri sendiri	17	1
Kehilangan minat	16	1
Anhedonia	3	1
Penurunan aktivitas	5	1
Jumlah		7

**D. Table 4. *Blueprint Skala DASS-21 Anxiety Scale***

Aspek	Nomor butir	Jumlah
Respon autonomis	19, 4, 2	3
Respon otot	7	1
Kecemasan situasional	9	1
Pengalaman subjektif dari perasaan cemas	15, 20	2
Jumlah		7

**E. Table 5. *Blueprint Skala DASS-21 Stress Scale***

Aspek	Nomor butir	Jumlah
Kesulitan bersantai	12, 1	2
Mudah gugup	8	1
Mudah marah/gelisah	11	1
Mudah terganggu/reaktif	18, 6	2
Tidak sabar	14	1
Jumlah		7

**LAMPIRAN 3**  
**TABULASI DATA PENELITIAN**

**A. Skala Pemaafan**

SUBJEK	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3
3	4	1	4	4	3	1	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4
4	3	2	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3
5	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
6	4	1	4	2	4	2	2	4	2	3	1	3	1	4	2	4	1	4
7	3	1	2	2	4	3	2	4	1	4	2	1	4	4	2	4	2	4
8	3	2	4	2	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4
9	3	1	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	2	4
10	4	1	4	2	4	3	3	4	4	4	3	2	2	4	1	4	2	3
11	4	1	3	1	3	1	2	4	1	4	1	4	1	4	1	3	2	3
12	2	2	3	3	2	1	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3
13	2	4	3	4	2	3	2	4	3	1	3	1	2	4	2	2	3	1
14	4	1	3	1	4	1	1	4	2	4	4	4	4	3	2	4	1	4
15	3	1	2	1	3	2	1	4	1	4	2	2	2	4	1	2	3	2
16	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	3	2	4	1	4	2	3	3	1	3	2	2	2	3	2	4	2	3
18	3	2	2	2	3	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3
19	3	2	4	2	4	1	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4
20	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3
21	4	1	3	3	4	2	4	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	3
22	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3
23	4	1	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	4
24	4	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4
25	3	2	4	1	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	4
26	4	1	4	3	3	1	4	2	3	2	3	1	2	2	2	2	1	3
27	4	2	4	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2

28	4	1	3	4	4	2	2	2	1	3	3	4	1	3	1	4	2	2
29	4	2	4	3	4	1	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4
30	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
31	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
32	4	2	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3
33	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3
34	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	3	3
35	4	2	4	2	4	1	2	2	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3
36	3	1	4	1	4	1	2	3	2	2	2	2	1	3	1	2	1	3
37	2	3	3	3	2	3	2	4	1	3	1	2	2	3	1	3	2	3
38	3	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
39	4	2	4	4	4	4	4	3	2	1	1	3	4	4	4	4	4	4
40	3	2	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3
41	4	2	4	2	3	2	2	3	2	4	1	3	2	3	2	4	2	4
42	3	1	4	3	4	2	3	4	4	3	1	2	3	4	3	3	2	4
43	4	1	3	1	3	1	3	3	3	3	1	4	2	3	2	3	2	3
44	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	2
45	4	1	4	4	4	1	1	1	2	3	3	2	4	2	2	4	2	4
46	4	1	4	1	4	1	1	4	1	2	1	3	1	4	1	4	1	4
47	4	1	4	1	4	1	4	3	4	4	4	3	2	3	2	4	2	3
48	2	1	4	2	2	1	1	3	4	4	2	3	1	4	2	4	2	4
49	2	1	3	1	4	1	3	4	3	4	2	3	1	3	2	2	2	3
50	2	1	4	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	4	3	4	2	3
51	4	1	4	2	3	2	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
52	3	1	4	2	4	1	2	4	1	2	1	4	2	4	2	4	3	4
53	4	1	3	3	4	1	3	4	1	3	2	4	1	4	3	4	1	4
54	2	1	3	1	2	3	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2
55	3	1	3	2	4	1	3	2	4	2	4	3	1	4	1	3	2	3

56	3	1	3	1	2	1	1	4	3	2	3	4	2	2	1	2	2	3
57	2	1	3	1	3	1	2	2	1	3	1	1	1	3	1	2	1	3
58	4	1	4	1	3	1	1	3	1	3	1	3	2	4	1	3	2	4
59	4	2	4	1	4	1	2	4	2	4	3	2	3	4	3	4	2	3
60	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3
61	3	2	4	1	3	1	2	3	2	3	1	4	2	4	2	3	1	4
62	2	1	2	1	2	1	3	1	1	3	1	1	2	2	2	2	1	2
63	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2
64	3	1	3	1	3	1	3	4	1	3	2	3	1	3	1	4	1	2
65	3	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4	2	3
66	3	1	3	2	3	2	2	3	2	3	1	4	1	3	2	3	2	3
67	4	2	3	3	4	3	1	3	1	2	2	4	3	4	3	4	1	4
68	3	2	2	3	3	3	4	4	1	4	1	2	2	3	1	2	1	2
69	3	1	2	2	3	2	3	3	4	4	2	2	1	2	1	3	1	4
70	3	2	4	2	4	2	2	4	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3
71	3	2	4	4	2	3	4	2	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3
72	3	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4
73	3	1	4	2	4	2	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4
74	3	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	3	1	3	1	3
75	3	2	4	1	4	2	2	3	2	4	1	4	2	3	2	3	1	3
76	3	3	4	3	4	1	4	3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	3
77	3	1	4	2	4	2	1	4	1	3	2	4	2	3	2	3	2	3
78	3	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	3
79	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	1	3	2	3	2	3
80	3	1	4	1	4	1	1	4	1	3	1	3	2	3	2	4	1	4
81	3	2	3	1	3	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	3	3	2
82	3	4	4	4	4	1	3	4	1	2	2	4	1	4	1	4	4	4
83	3	2	2	1	4	1	2	4	3	4	3	4	1	4	1	4	2	4
84	3	2	3	3	4	1	4	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	4
85	3	1	4	2	4	1	4	4	4	4	1	4	2	3	1	4	1	3

86	3	1	3	1	1	1	3	3	1	1	1	3	1	3	1	3	1	2
87	3	1	3	1	3	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3
88	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4
89	3	1	4	3	4	3	4	4	1	4	3	2	3	4	1	3	1	2
90	3	3	2	1	2	4	1	2	3	4	2	3	1	3	1	2	3	2
91	3	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	4	2	3	2	4	1	3
92	3	3	4	3	3	2	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4
93	3	1	4	1	3	1	4	4	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2
94	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3
95	3	1	4	1	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	4	2	4
96	3	1	4	3	4	1	2	3	1	3	1	2	1	3	1	3	1	2
97	3	2	4	2	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	2	4
98	3	1	2	3	2	1	4	1	4	2	2	4	3	1	3	4	3	4
99	3	3	2	3	4	1	3	2	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
100	3	3	4	2	3	1	3	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	4
101	3	1	3	2	3	1	3	2	1	2	3	4	1	3	1	4	1	4
102	3	1	4	2	3	4	3	2	1	2	1	1	3	3	3	4	1	4
103	3	1	3	1	4	1	4	3	2	2	2	3	1	3	1	4	1	4
104	3	1	3	3	3	2	2	3	2	4	2	2	3	4	2	1	2	2
105	3	3	4	4	4	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3
106	3	1	4	3	4	4	3	4	1	3	1	2	1	3	2	3	3	3
107	3	1	4	2	4	3	3	4	1	2	1	2	2	4	2	4	2	4
108	3	1	4	2	4	2	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	2	3
109	3	1	4	1	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3
110	3	2	3	2	3	1	3	4	2	3	1	4	1	4	1	3	1	4
111	3	1	2	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	3
112	3	1	3	2	3	2	2	3	4	3	2	4	1	3	2	3	2	2
113	3	2	4	2	3	3	3	3	2	2	2	4	2	3	3	4	1	4
114	3	1	4	1	3	1	4	4	4	3	2	3	2	4	1	4	1	2
115	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4

116	3	1	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4
117	3	1	3	1	4	2	2	2	3	4	2	4	1	3	2	4	3	4
118	3	1	4	2	4	1	4	4	3	4	3	3	1	4	1	4	1	4
119	3	1	4	2	4	1	2	3	1	3	1	3	2	4	2	3	1	4
120	3	1	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3
121	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4
122	3	1	4	3	4	2	4	2	2	2	1	3	1	4	1	4	2	2
123	3	1	4	3	4	2	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	1	4
124	3	3	4	3	3	2	3	3	2	4	1	2	3	2	3	4	3	4
125	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
126	3	2	4	2	4	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	3	1	3
127	3	1	3	2	3	1	3	4	3	3	3	1	1	4	1	4	2	4
128	3	1	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	1	3	1	3
129	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2
130	3	1	4	1	4	1	1	4	1	4	2	3	2	3	3	3	1	4
131	3	1	4	1	4	1	2	4	1	4	1	4	1	3	1	3	1	4
132	3	1	4	3	2	1	1	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4
133	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	2	4
134	3	2	2	2	3	1	2	3	4	1	2	1	2	3	2	3	1	2
135	3	1	4	1	4	1	2	2	1	3	1	3	2	3	1	4	1	3
136	3	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	2
137	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	1	4	1	3	1	3	2	3
138	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	1	4	3	4	3	4
139	3	1	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4
140	3	3	3	3	2	1	3	3	1	2	3	2	3	4	1	2	1	4
141	3	1	4	3	4	2	2	4	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3
142	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	2	4	3	3
143	3	2	2	2	3	2	4	3	1	2	1	1	3	2	3	4	2	4
144	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	2	3	4	4	4
145	3	1	4	2	3	1	3	3	1	3	2	3	1	4	2	4	2	4

**B. Skala Resiliensi**

Subjek	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10
1	v	2	3	3	3	3	2	2	3	3
2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3
5	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4
6	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3
7	3	2	4	4	4	3	2	3	4	3
8	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4
9	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3
10	1	4	2	4	4	4	1	2	3	3
11	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
12	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3
13	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3
14	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2
15	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
16	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3
17	3	4	3	4	3	4	1	2	3	3
18	3	3	4	2	2	2	2	3	4	1
19	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3
20	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
21	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4
22	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
23	3	2	3	2	3	4	2	2	2	3
24	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3
25	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
26	4	3	4	2	3	4	4	3	3	3
27	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2
28	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
30	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
31	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3
32	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3
33	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3
34	3	3	2	3	3	4	2	3	2	2
35	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2
36	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2
37	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
38	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3
39	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
41	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
42	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3
43	3	3	4	2	3	4	2	3	4	2
44	3	3	3	4	4	4	2	2	3	3

45	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4
46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
47	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2
48	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3
49	3	3	4	2	1	3	1	2	2	2
50	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3
51	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
52	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
53	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3
54	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4
55	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3
56	3	2	4	4	4	3	2	3	4	3
57	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4
58	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3
59	1	4	2	4	4	4	1	2	3	3
60	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
61	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3
62	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3
63	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2
64	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
65	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3
66	3	4	3	4	3	4	1	2	3	3
67	3	3	4	2	2	2	2	3	4	1
68	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3
69	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
70	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4
71	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
72	3	2	3	2	3	4	2	2	2	3
73	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3
74	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
75	4	3	4	2	3	4	4	3	3	3
76	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2
77	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
79	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
80	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3
81	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3
82	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3
83	3	3	2	3	3	4	2	3	2	2
84	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2
85	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2
86	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
87	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3
88	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
89	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
90	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3

91	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3
92	3	3	4	2	3	4	2	3	4	2
93	3	3	3	4	4	4	2	2	3	3
94	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4
95	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
96	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2
97	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3
98	3	3	4	2	1	3	1	2	2	2
99	3	3	4	2	1	3	1	2	2	2
100	1	2	3	4	3	3	3	3	3	2
101	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2
102	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4
103	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3
104	2	2	3	4	4	4	3	2	4	3
105	3	3	4	2	3	3	2	2	2	2
106	2	2	2	2	2	3	1	3	3	2
107	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4
108	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3
109	3	3	3	3	4	3	2	3	2	2
110	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
111	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2
112	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1
113	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3
114	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2
115	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3
116	3	3	2	3	3	4	2	2	2	2
117	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2
118	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2
119	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3
120	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4
121	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
122	1	3	2	2	2	4	3	3	3	3
123	3	3	1	3	3	4	2	4	3	3
124	3	4	3	2	3	4	2	3	4	4
125	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3
126	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
127	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
128	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
129	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3
130	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
131	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4
132	3	3	4	2	1	4	3	2	2	2
133	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3
134	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3
135	2	3	4	3	1	2	2	2	3	1
136	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2

137	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
138	3	3	4	4	3	3	2	2	3	1
139	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
140	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3
141	1	1	4	1	2	2	1	1	2	1
142	2	2	2	4	4	4	2	2	4	3
143	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
144	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
145	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4

C. Skala Kecemasan

Subjek	K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7
1	1	1	2	2	2	2	2
2	1	0	2	1	1	1	1
3	0	0	0	0	0	0	1
4	2	2	1	1	1	1	1
5	3	3	3	3	3	3	3
6	0	2	0	2	1	2	0
7	1	1	1	3	1	2	0
8	2	2	2	2	3	1	3
9	3	2	1	1	1	1	1
10	2	3	1	3	2	0	3
11	1	1	1	2	1	1	1
12	1	1	0	1	0	1	0
13	2	1	1	1	1	2	2
14	2	1	0	1	2	2	2
15	1	2	1	1	3	1	2
16	0	0	1	1	1	1	1
17	1	1	2	0	1	2	2
18	3	2	3	3	3	3	3
19	3	3	3	1	1	3	1
20	2	1	3	1	1	1	2
21	1	0	1	1	1	0	2
22	2	3	3	1	1	2	1
23	1	1	1	1	1	1	1
24	0	1	1	0	1	1	1
25	1	1	1	2	1	1	0
26	3	3	2	0	2	3	3
27	1	1	1	1	1	1	3
28	3	1	3	3	3	3	3
29	1	0	1	0	1	2	2
30	1	0	0	0	0	0	0
31	1	1	1	1	1	2	2
32	0	1	1	1	1	2	1
33	0	1	1	3	2	2	2
34	0	0	0	2	1	0	0
35	2	0	0	1	1	0	1
36	3	2	3	2	2	2	2
37	1	2	3	2	0	2	1
38	1	0	0	1	1	0	1
39	1	0	2	0	0	2	1
40	0	0	0	1	0	0	1
41	2	1	1	1	1	0	1
42	2	2	0	3	3	1	3
43	1	2	2	1	2	3	2
44	1	1	2	2	2	2	2

45	3	0	1	0	1	0	0
46	2	2	1	2	2	2	2
47	2	0	1	1	1	0	1
48	2	1	2	2	2	2	2
49	3	3	2	3	2	3	3
50	2	0	0	3	3	0	3
51	2	2	3	3	3	3	2
52	1	2	1	3	2	1	2
53	1	3	0	0	0	1	2
54	1	1	1	3	2	1	3
55	2	2	1	2	1	2	2
56	2	2	3	3	3	2	2
57	1	2	1	3	2	2	2
58	1	1	3	2	2	2	2
59	2	1	0	0	0	1	0
60	3	1	3	2	2	2	3
61	3	3	3	3	2	3	3
62	3	1	1	1	1	1	3
63	1	2	2	2	2	2	3
64	1	1	3	3	3	2	1
65	3	1	1	2	1	3	3
66	1	1	1	2	2	2	2
67	2	1	1	0	1	1	0
68	3	1	0	1	1	2	1
69	1	2	2	2	2	2	2
70	1	0	0	1	2	1	1
71	0	0	0	0	0	0	0
72	3	3	3	3	3	3	3
73	3	2	1	1	1	2	2
74	1	0	1	2	1	0	0
75	1	0	1	1	1	1	2
76	0	1	0	1	1	1	1
77	1	1	1	1	1	1	1
78	1	0	1	1	1	0	1
79	0	0	1	1	1	1	1
80	3	2	1	1	1	1	1
81	2	2	1	2	1	1	1
82	0	0	0	0	0	0	0
83	3	0	1	3	3	3	3
84	1	1	3	1	3	3	3
85	2	0	1	1	1	1	1
86	1	3	1	1	3	3	3
87	1	1	3	2	2	3	2
88	1	0	0	1	0	0	0
89	3	2	3	3	1	2	3
90	3	2	2	3	3	2	2

91	2	1	0	0	2	1	1
92	1	0	0	0	1	1	1
93	3	2	3	3	2	3	2
94	1	0	0	0	1	0	0
95	1	2	1	1	1	1	1
96	1	2	1	3	2	2	3
97	1	0	1	2	1	0	1
98	1	0	3	1	1	0	0
99	2	0	0	2	1	0	1
100	2	0	0	1	0	1	1
101	1	2	0	3	2	1	3
102	3	2	3	2	2	3	2
103	3	1	1	3	1	3	3
104	0	0	1	3	3	2	2
105	1	1	2	0	1	1	1
106	1	2	3	3	3	3	3
107	0	0	1	1	1	0	1
108	2	2	1	0	1	2	3
109	1	2	2	2	1	2	1
110	2	0	0	3	1	2	3
111	0	0	2	2	1	0	2
112	3	1	1	1	1	1	1
113	2	2	2	2	2	3	3
114	3	3	3	3	2	3	3
115	0	1	0	0	0	3	0
116	0	1	0	0	0	0	0
117	2	1	2	2	1	1	3
118	3	1	1	3	3	3	3
119	2	2	1	2	2	1	3
120	1	1	0	1	2	1	2
121	1	1	0	1	1	1	2
122	1	1	1	2	1	2	2
123	2	2	1	2	2	1	1
124	2	1	1	1	2	2	2
125	1	0	1	0	1	1	0
126	2	3	2	2	3	3	3
127	3	0	1	3	1	0	1
128	2	1	0	1	1	0	1
129	3	2	3	3	2	2	3
130	0	1	0	1	1	1	1
131	0	1	3	3	3	1	2
132	3	3	1	3	3	3	3
133	1	1	3	1	2	2	2
134	2	0	0	2	2	0	0
135	3	3	1	2	2	3	3
136	1	0	1	1	1	1	2

137	3	0	1	2	1	1	2
138	0	0	0	1	2	0	1
139	2	0	1	0	0	0	0
140	2	2	3	2	2	2	2
141	3	3	1	3	1	1	3
142	2	1	1	1	1	0	1
143	3	1	1	2	1	1	2
144	0	0	0	1	1	1	1
145	1	0	1	1	1	1	1

**LAMPIRAN 4**  
**UJI RELIABILITAS**

**A. Skala Pemafaan (HFS)**

---

**Frequentist Scale Reliability Statistics**

<b>Estimate</b>	<b>Cronbach's <math>\alpha</math></b>
Point estimate	<b>0.808</b>
95% CI lower bound	0.758
95% CI upper bound	0.850

---

**A. Skala Resiliensi (CD-RISC 10)**

---

**Frequentist Scale Reliability Statistics**

<b>Estimate</b>	<b>Cronbach's <math>\alpha</math></b>
Point estimate	<b>0.832</b>
95% CI lower bound	0.788
95% CI upper bound	0.869

---

**B. Skala Kecemasan (Anxiety A Scale)**

---

**Frequentist Scale Reliability Statistics**

<b>Estimate</b>	<b>Cronbach's <math>\alpha</math></b>
Point estimate	<b>0.853</b>
95% CI lower bound	0.813
95% CI upper bound	0.887

---

**LAMPIRAN 5**  
**ANALISIS DESKRIPTIF**

## A. Deskriptif Variabel Penelitian (Kebersyukuran, Resiliensi, Depresi, Kecemasan, Stres)

### Descriptive Statistics

#### Descriptive Statistics

	PEMAAFAN	RESILIENSI	Depresi_1	Kecemasan_2	Stress_1
Valid	145	145	145	145	145
Missing	0	0	0	0	0
Mean	48.062	28.690	17.476	17.848	20.400
Median	47.000	29.000	16.000	16.000	20.000
Mode	47.000	30.000	10.000	8.000	18.000
Std. Deviation	7.567	4.533	9.693	10.187	9.308
Minimum	26.000	15.000	0.000	0.000	0.000
Maximum	70.000	40.000	42.000	42.000	42.000
Sum	6969.000	4160.000	2534.000	2588.000	2958.000

\* More than one mode exists, only the first is reported

## B. Deskripsi Kategorisasi Kecemasan

#### Frequencies for Kategorisasi\_Kecemasan\_2

Kategorisasi_Kecemasan_2	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Normal	10	6.897	6.897	6.897
Ringan	23	15.862	15.862	22.759
Sedang	38	26.207	26.207	48.966
Berat	26	17.931	17.931	66.897
Sangat Berat	48	33.103	33.103	100.000
Missing	0	0.000		
Total	145	100.000		

## C. Deskripsi Subyek Berdasarkan Suku

#### Descriptive Statistics

	Suku
Valid	145
Missing	0
Mean	1.386
Median	1.000
Std. Deviation	0.489
Minimum	1.000
Maximum	2.000

Suku	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Jawa	89	61.379	61.379	61.379
Lainnya	56	38.621	38.621	100.000
Missing	0	0.000		
Total	145	100.000		

#### D. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kekerasan

	Fisik	Verbal	Emosional	Seksual
Valid	145		145	145
Missing	0		0	0
Mean	1.248		1.076	1.566
Std. Deviation	0.434		0.266	0.497
Minimum	1.000		1.000	1.000
Maximum	2.000		2.000	2.000

Fisik	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ya	109	75.172	75.172	75.172
Tidak	36	24.828	24.828	100.000
Missing	0	0.000		
Total	145	100.000		

Verbal_Emosional	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ya	134	92.414	92.414	92.414
Tidak	11	7.586	7.586	100.000
Missing	0	0.000		
Total	145	100.000		

Seksual	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ya	63	43.448	43.448	43.448
Tidak	82	56.552	56.552	100.000
Missing	0	0.000		
Total	145	100.000		

**LAMPIRAN 6**  
**ANALISIS REGRESI**

## A. Linear Regression (Pemaafan-Resiliensi)

Model Summary - Kecemasan\_

Model	R	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	RMSE
H <sub>0</sub>	0.000	0.000	0.000	10.187
H <sub>1</sub>	0.310	0.096	0.090	9.721

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H <sub>1</sub>	Regression	1432.484	1	1432.484	15.160	< .001
	Residual	13512.178	143	94.491		
	Total	14944.662	144			

Coefficients

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H <sub>0</sub>	(Intercept)	19.090	0.852		22.415	< .001
H <sub>1</sub>	(Intercept)	45.374	5.024		9.032	< .001
	RESILIENSI	-0.916	0.173	-0.405	-5.297	< .001

## B. Linear Regression (Resiliensi-Kecemasan)

Model Summary - Kecemasan\_2

Model	R	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	RMSE
H <sub>0</sub>	0.000	0.000	0.000	10.187
H <sub>1</sub>	0.310	0.096	0.090	9.721

**ANOVA**

<b>Model</b>		<b>Sum of Squares</b>	<b>df</b>	<b>Mean Square</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
H <sub>1</sub>	Regression	1432.484	1	1432.484	15.160	< .001
	Residual	13512.178	143	94.491		
	Total	14944.662	144			

*Note.* The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

**Coefficients**

<b>Model</b>		<b>Unstandardized</b>	<b>Standard Error</b>	<b>Standardized</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
H <sub>0</sub>	(Intercept)	17.848	0.846		21.097	< .001
H <sub>1</sub>	(Intercept)	37.810	5.190		7.285	< .001
	RESILIENSI	-0.696	0.179	-0.310	-3.894	< .001

z

**LAMPIRAN 7**  
**UJI HIPOTESIS (ANALISIS MEDIASI)**

## A. Hasil Mediasi

### Direct effects

	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
PEMAAFAN → Kecemasan_2	-0.029	0.011	-2.556	0.011	-0.051	-0.007

Note. Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

### Indirect effects

	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
PEMAAFAN → RESILIENSI → Kecemasan_2	-0.012	0.005	-2.290	0.022	-0.023	-0.002

Note. Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

### Total effects

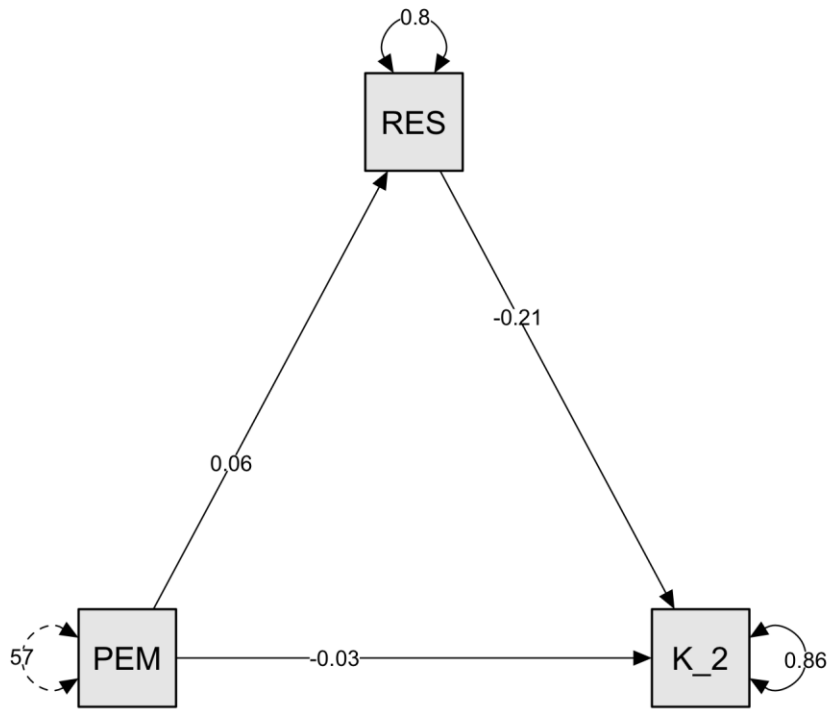
	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
PEMAAFAN → Kecemasan_2	-0.041	0.010	-3.966	<.001	-0.062	-0.021

Note. Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

### R-Squared

	R <sup>2</sup>
Kecemasan_2	0.135
RESILIENSI	0.191

Path Plots



K\_2: Kecemasan\_2  
RES: RESILIENSI  
PEM: PEMAAFAN

## B. Analisis Mediasi Berdasarkan Pemaafan pada Diri Sendiri

### Direct effects

					95% Confidence Interval			
		Estimate	Std. Error	z-value	p	Lower	Upper	
Dimensi_Sendiri	→	Kecemasan_2	-0.052	0.027	-1.925	0.054	-0.105	9.305e-4

Note. Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

### Indirect effects

							95% Confidence Interval			
				Estimate	Std. Error	z-value	p	Lower	Upper	
Dimensi_Sendiri	→	RESILIENSI	→	Kecemasan_2	-0.032	0.013	-2.477	0.013	0.057	0.007

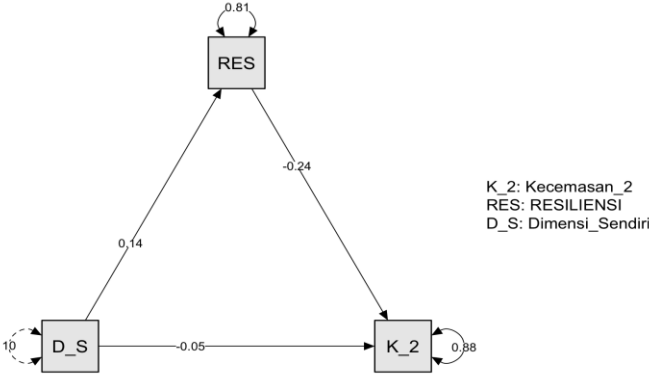
Note. Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

### Total effects

							95% Confidence Interval			
				Estimate	Std. Error	z-value	p	Lower	Upper	
Dimensi_Sendiri	→			Kecemasan_2	-0.084	0.025	-3.374	<.001	0.133	0.035

Note. Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

**Path Plots**



**C. Mediasi Dimensi Pemaafan pada oran lain**  
**Direct effects**

						95% Confidence Interval	
						Lower	Upper
		Estimate	Std. Error	z-value	p		
Dimensi_ ORLA	→ Kecemasan_2	-0.032	0.024	-1.303	0.193	-0.079	0.016

*Note.* Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

**Indirect effects**

							95% Confidence Interval	
							Lower	Upper
			Estimate	Std. Error	z-value	p		
Dimensi_ORLA	→ RESILIENSI	→ Kecemasan_2	-0.018	0.009	-2.051	0.040	-0.035	-7.887e-4

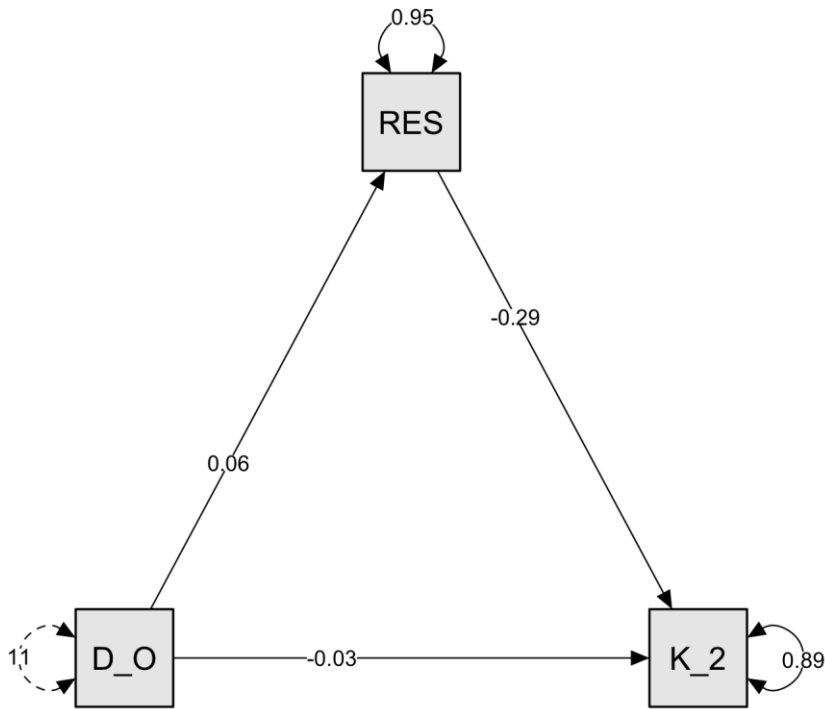
*Note.* Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

**Total effects**

						95% Confidence Interval	
						Lower	Upper
		Estimate	Std. Error	z-value	p		
Dimensi_ORLA	→ Kecemasan_2	-0.049	0.025	-1.990	0.047	-0.098	-7.368e-4

*Note.* Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

Path Plots



K\_2: Kecemasan\_2  
RES: RESILIENSI  
D\_O: Dimensi\_ORLA

## D. Mediasi Pemaafan pada Situasi

### Direct effects

							95% Confidence Interval	
							Lower	Upper
			Estimate	Std. Error	z-value	p		
Dimensi_Situasi	→	Kecemasan_2	-0.070	0.027	-2.614	0.009	-0.122	-0.018

*Note.* Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

### Indirect effects

								95% Confidence Interval		
								Lower	Upper	
				Estimate	Std. Error	z-value	p			
Dimensi_Situasi	→	RESILIENSI	→	Kecemasan_2	-0.029	0.013	-2.251	0.024	-0.054	-0.004

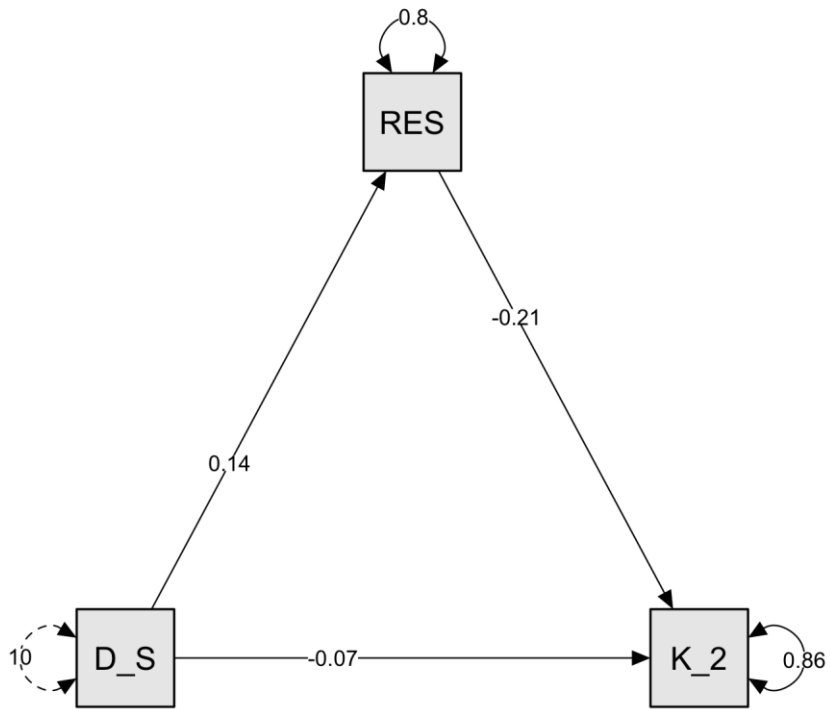
*Note.* Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

### Total effects

							95% Confidence Interval	
							Lower	Upper
			Estimate	Std. Error	z-value	p		
Dimensi_Situasi	→	Kecemasan_2	-0.099	0.024	-4.044	< .001	-0.147	-0.051

*Note.* Delta method standard errors, normal theory confidence intervals, ML estimator.

Path Plots



K\_2: Kecemasan\_2  
RES: RESILIENSI  
D\_S: Dimensi\_Situasi