

## Kematangan Emosi dan *Forgiveness*: Studi Korelasional pada Mahasiswa di Kota Makassar

### *Emotional Maturity and Forgiveness: a Correlational Study on College Students in Makassar*

Angel Linggi, Sitti Syawaliah Gismin  
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar  
Email: angellinggi2@gmail.com

#### Abstrak

Masa dewasa awal, periode penting dalam perkembangan mahasiswa, terutama yang memasuki lingkungan pendidikan tinggi atau universitas. Pada tahap ini, mahasiswa cenderung memiliki emosi yang meledak-ledak dan sering kali kesulitan mengendalikan emosinya. *Forgiveness* menjadi salah satu cara efektif untuk mengatasi konflik dalam kehidupan sehari-hari. Melalui kemampuan ini, mahasiswa dapat melepaskan beban emosi negatif dan membangun hubungan yang lebih sehat serta stabil secara emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada mahasiswa di Kota Makassar. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Purposive* sampling dengan jumlah sampel sebanyak 440 mahasiswa. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, kemudian dianalisis dengan menggunakan Uji korelasi *Spearman Rank*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *Forgiveness* dari *Transgression Related Interpersonal Motivation Inventory* (TRIM-18) dengan koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0.945 dan skala Kematangan Emosi dengan koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0.886. Dari Hasil analisis data diperoleh hasil koefisien korelasi  $r = 0.095$  dengan nilai signifikansi 0.046 ( $sig$  0.046;  $sig < 0.05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada mahasiswa, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

**Kata Kunci:** *Forgiveness*, Kematangan Emosi, Mahasiswa.

#### Abstract

*Early adulthood is an important period in the development of students, especially those entering higher education or university. At this stage, students tend to have explosive emotions and often have difficulty controlling their emotions. Forgiveness is one of the effective ways to overcome conflicts in everyday life. Through this ability, students can release the burden of negative emotions and build healthier and emotionally stable relationships. This study aims to determine the relationship between emotional maturity and forgiveness in students in Makassar City. Sampling in this study used purposive sampling technique with a total sample size of 440 students. The research approach used in this study is a quantitative approach with a correlational type of research, then analyzed using the Spearman Rank correlation test. The measuring instrument used in this study is the Forgiveness scale from the Transgression Related Interpersonal Motivation Inventory (TRIM-18) with a Cronbach Alpha coefficient of 0.945 and an Emotional Maturity scale with a Cronbach Alpha coefficient of 0.886. The results of data analysis obtained the correlation coefficient  $r = 0.095$  with a significance value of 0.046 ( $sig$  0.046;  $sig < 0.05$ ) which means that there is a significant relationship between emotional maturity and forgiveness in college students, so that the hypothesis proposed in this study is accepted.*

**Keywords:** *Forgiveness, Emotional Maturity, Students.*

## PENDAHULUAN

Masa dewasa awal, ialah masa berada pada rentang usia 18-25 tahun (Santrock, 2012). Pada tahap ini individu memasuki lingkungan pendidikan tinggi seperti universitas (Sclenker, 1992). Sebagai mahasiswa, sering kali menghadapi berbagai tantangan emosional, termasuk masalah hubungan interpersonal dan adaptasi terhadap perubahan lingkungan. Pada tahap ini, mahasiswa cenderung memiliki emosi yang meledak-ledak dan sering kali kesulitan mengendalikan emosinya. Mahasiswa yang matang secara emosional lebih baik dalam mengidentifikasi dan mengelola emosi negatif seperti kemarahan dan kebencian yang timbul akibat peristiwa menyakitkan. Mahasiswa lebih mampu memahami perspektif orang lain dan merasakan apa yang dirasakan orang lain. Hal ini memudahkan mahasiswa untuk memaafkan karena, mahasiswa dapat melihat situasi dari sudut pandang yang lebih luas.

Selain itu mahasiswa yang matang secara emosional lebih terbuka terhadap berbagai kemungkinan dan lebih mampu menyesuaikan diri dengan perubahan. Hal ini memungkinkan mereka untuk melepaskan pandangan yang sempit dan memaafkan orang lain. Mahasiswa yang lebih fokus pada masa depan dan berusaha untuk membangun hubungan yang positif. *forgiveness* menjadi salah satu cara untuk mencapai tujuan tersebut. Bila mahasiswa yang tidak mampu mengatasi situasi kritis dalam konflik serta mengikuti gejolak emosinya, maka kemungkinan ia akan terperangkap pada jalan yang salah (Sarwono, 2011). *Forgiveness* menjadi hal penting dalam penyelesaian masalah dan konflik. Selain itu emosi juga berperan dalam terjadinya perilaku memaafkan. Ketika mahasiswa tidak bisa untuk memaafkan kesalahan orang lain, maka mahasiswa akan dipenuhi rasa dendam, marah dan benci. Salah satu kunci *forgiveness* adalah pelepasan emosi negatif. Kematangan emosi mahasiswa mampu membuat mahasiswa lebih mudah mengontrol munculnya konflik dan mampu mengendalikan munculnya konflik.

Kematangan emosi pada kalangan mahasiswa merujuk pada kemampuan untuk memahami dan mengekspresikan emosi secara sehat dan konstruktif. Dalam diri mahasiswa, hubungan antara proses emosional dan *forgiveness* sangat penting. Kematangan emosi memainkan peran penting dalam kemampuan mahasiswa untuk memaafkan orang lain. Mahasiswa seharusnya memiliki tingkat kematangan emosi yang sesuai dengan tingkat perkembangan mereka. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi negatif dengan baik dan memiliki empati terhadap orang lain (Steinberg, 2008). mahasiswa yang memiliki kemampuan mengendalikan emosi dan mampu memaafkan orang lain cenderung memiliki kehidupan yang lebih bahagia. Hal ini dikarenakan kemampuan mengelola emosi negatif dapat mempengaruhi kondisi psikologis mahasiswa, seperti kebahagiaan. Oleh karena itu, semakin matang emosional mahasiswa, semakin tinggi pula kemampuannya dalam memaafkan mahasiswa yang telah menyakitinya dan menjalani hidup dengan lebih bahagia (Feldman dan Steptoe, 2003). *Forgiveness* menjadi wujud dari kematangan emosi pada remaja akhir. Sebab dengan *forgiveness* yang berdasar pada komitmen untuk memperbaiki hubungan dan sebagai pertanggung jawaban dari dalam diri mahasiswa akan mengurangi dorongan untuk melakukan balas dendam terhadap perlakuan menyakitkan.

## *Forgiveness*

*Forgiveness* merupakan kemampuan untuk melepaskan perasaan marah, dendam, atau kebencian terhadap orang yang telah berbuat salah. Proses memaafkan tidak hanya melibatkan pengampunan orang lain, tetapi juga berdampak positif pada kesejahteraan emosional individu yang memaafkan. salah satu aspek penting dalam kehidupan sosial manusia yaitu Kemampuan untuk memaafkan orang lain yang telah menyakiti atau mengkhianati dapat membawa dampak positif bagi kesehatan mental dan kualitas hubungan interpersonal. Namun, tidak semua mahasiswa mudah memaafkan. Kematangan emosi seringkali dikaitkan dengan kemampuan mahasiswa untuk mengelola emosi dengan baik, termasuk dalam hal memaafkan.

## Kematangan Emosi

Kematangan emosi mengacu pada kemampuan mahasiswa untuk mengenali, memahami dan mengelola emosi secara efektif. Mahasiswa yang memiliki kematangan emosi tinggi cenderung lebih mampu memahami emosi diri sendiri dan orang lain, serta dapat mengelola reaksi emosional mereka secara konstruktif.

## METODE PENELITIAN

### Responden

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 440 Responden (Laki-Laki = 208, Perempuan = 232). Subjek berusia antara 18-25 Tahun ( 18-19 Tahun = 93, 20-21 Tahun = 163, 22-23 Tahun = 149, 24-25 Tahun = 35 ) yang berdomisili di Kota Makassar. subjek dikumpulkan secara *nonprobability* dengan jenis *purposive sampling* melalui penyebaran skala *online*. Besar sampel pada penelitian ini ditentukan dengan menggunakan *software G\*Power 3.1.9.4*. Pada penentuannya, diketahui bahwa nilai  $\alpha$  *err prob* sebesar 0.05 dan nilai *power* ( $1 - \beta$  *err prob*) sebesar 0.8 serta uji statistik dengan 2 variabel prediktor sehingga menghasilkan jumlah sampel sebanyak 602 responden. Keseluruhan subjek dalam penelitian ini berjumlah 611 responden perokok berusia 15 tahun ke atas di Kota Makassar. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability* jenis *accidental sampling*. Hasil demografi sebanyak 611 responden menunjukkan bahwa jenis kelamin Laki-laki 91.2% dan Perempuan 8.8% ( $M = 1.09$ ,  $SD = 0.29$ ). Usia berumur 15-18 tahun 11.1%, 19-30 tahun 80.5%, 31-40 tahun 7.5%, 41-60 tahun 0.8% ( $M = 1.98$ ,  $SD = 0.47$ ).

### Instrumen penelitian

Data dikumpulkan dengan skala *forgiveness* siap pakai oleh Durah Amajida (2023) dan skala kematangan emosi dimodifikasi oleh peneliti dari Rudy Tandi Abeng (2020). Adapun nilai reliabilitas untuk *forgiveness* 0.945 dengan nilai validitas yang baik yakni nilai faktor *loading* yang positif, nilai *t-value* > 1.96 dan RMSEA 0.054, untuk nilai reliabilitas Kematangan Emosi 0.886 dengan nilai validitas yang baik yakni nilai faktor *loading* yang positif, nilai *t-value* > 1.96 dan RMSEA 0.55.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan beberapa teknik, diantaranya uji deskriptif dan Uji hipotesis korelasi *Spearman Rank*. penelitian inferensial digunakan untuk menguji suatu hipotesis dan mengkaitkan antara satu variabel dengan variabel yang lainnya. Pada penelitian tidak menggunakan uji asumsi, karena salah satu dari uji asumsi yaitu uji normalitas tidak terdistribusi normal, oleh karena itu penelitian ini tidak menggunakan uji asumsi. Uji Hipotesis digunakan untuk melihat apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada mahasiswa di Kota Makassar. Data dianalisis menggunakan SPSS versi 2.5.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Analisis Data

Hasil penelitian ini menunjukkan beberapa hal, yakni 1) Penelitian inferensial subjek, 2) Uji Hipotesis deskriptif, temuan terhadap subjek sebagai berikut:

Tabel 1. Demografi Responden

Demografi	Karakteristik	Frekuensi	Persen (%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	208	21.1 %
	Perempuan	232	52.7%
Usia	18 -19 Tahun	93	21.2%
	20 – 21 Tahun	163	37.0%
	22 – 23 Tahun	149	33.9%
	24 – 25 Tahun	35	8.0%
	Universitas Bosowa	108	24.5%
Asal Universitas	Universitas Hasanuddin	133	30.2%
	Universitas Negeri Makassar	132	30.0%
	Universitas Muslim Indonesia	67	15.2%
	Semester 1 – 2	56	12.7%
Semester	Semester 3 – 4	134	30.5%
	Semester 5 – 6	113	25.7%
	Semester 7 – 8	137	31.1%

Berdasarkan tabel 1 ditemukan hasil bahwa jumlah responden sebanyak 440 responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 208 (21.1%) dan perempuan sebanyak 232 (52.7%). Dengan rentang usia terbanyak 20-21 Tahun 163 (37.0%) dan asal Universitas terbanyak yaitu Universitas Hasanuddin 133 (30.2%) dan Semester terbanyak yaitu semester 7-8 (31.1%).

Tabel 2. Kategorisasi *Forgiveness*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	17	3.5
Tinggi	125	28.5
Sedang	72	16.4
Rendah	226	51.6
Sangat Rendah	0	0

Berdasarkan Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari total 440 responden terdapat 17 responden yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, 125 responden termasuk dalam kategori tinggi, 72 responden termasuk dalam kategori sedang, 226 responden termasuk dalam kategori rendah, dan tidak terdapat responden termasuk dalam kategori sangat rendah.

Tabel 3. Kategorisasi Kematangan Emosi

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	0	0
Tinggi	13	3.0
Sedang	297	67.8
Rendah	35	8.0
Sangat Rendah	93	21.2

Berdasarkan Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari total 440 responden tidak terdapat responden yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, 13 responden termasuk dalam kategori tinggi, 297 responden termasuk dalam kategori sedang, 35 responden termasuk dalam kategori rendah, dan 93 responden termasuk dalam kategori sangat rendah.

Kemudian dilakukan uji *non-parametrik* dengan teknik analisis Korelasi *Spearman-Ran'k* untuk melihat tingkat kekuatan (keeratan) hubungan dua variabel, melihat arah hubungan dua variabel dan melihat apakah ada hubungan tersebut signifikan atau tidak. Hasil yang didapatkan adalah terdapat hubungan kematangan emosi dengan *forgiveness* pada mahasiswa di Kota Makassar.

Tabel 4. Uji *Spearman-Ran'k*

Variabel	<i>r</i>	Sig*	Arah
<i>Forgiveness</i> dan Kematangan Emosi	0.095	0.046	Positif

Ket:

*r* = Nilai Uji Koefisien Korelasi *Spearman Rank*

\*\* Sig = Nilai Signifikansi < 0,05

Berdasarkan hasil analisis di atas diperoleh nilai signifikansi atau sig sebesar 0.046, karena nilai sig  $0.046 < 0.05$ , lainnya nilai koefisien korelasi sebesar 0.095. Hal ini mengartikan bahwa besaran kontribusi variabel sebesar 9,5% dan masih terdapat 90,5% faktor lain yang dapat mempengaruhi variabel *forgiveness*.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *forgiveness* dan kematangan emosi pada mahasiswa di Kota Makassar, dengan nilai koefisien korelasi 0.095 ( $p > 0.001$ ). perolehan nilai kontribusi *forgiveness* dan kematangan emosi sebesar 9.5% secara signifikan dengan

arah yang positif. hal ini berarti bahwa semakin tinggi kematangan emosi maka semakin positif *forgiveness* pada mahasiswa. Hal tersebut senada dengan pendapat Karkovsky dan Gorlow (1976) bahwa kematangan emosi adalah keadaan dimana mahasiswa berusaha untuk mencapai keadaan emosi yang baik dan sehat. Sejalan dengan penelitian dari Lichtenfeld *et al.* (2019) menemukan bahwa mahasiswa yang secara emosional memaafkan kesalahan orang lain cenderung tidak menyalahkan pelaku dan memiliki pandangan yang lebih positif untuk memaafkan dapat ditingkatkan dengan kematangan emosi.

Mahasiswa yang lebih matang secara emosional cenderung memiliki pemahaman yang lebih luas tentang kesalahan orang lain dan mampu mempertimbangkan situasi dari sudut pandang yang lebih rasional dan empati. Akibatnya, mahasiswa lebih mudah melepaskan perasaan negatif mereka dan lebih cenderung meminta maaf. Hal ini sejalan dengan Bhagat *et al* (2016) yang menyatakan bahwa kematangan emosi sangat penting dalam pengembangan keterampilan mahasiswa, yang memungkinkan mahasiswa untuk menanggapi situasi dengan lebih rasional dan terkontrol. Kematangan emosi secara signifikan mampu memberikan hubungan terhadap *forgiveness* pada mahasiswa di Kota Makassar. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi mereka maka semakin tinggi pula kemungkinan mahasiswa untuk melakukan pemaafan.

Kemampuan mahasiswa untuk memaafkan dipengaruhi secara signifikan oleh faktor-faktor kematangan emosi. Ketika mahasiswa mampu merespons emosi dengan tepat, menjaga keseimbangan antara terlibat dan menjaga jarak emosional dan mengontrol reaksi emosional, lebih mungkin untuk memberikan *forgiveness* tanpa ada rasa balas dendam, serta dapat memotivasi untuk berbuat baik. Kematangan emosi yang mencakup faktor-faktor ini juga dapat membantu mahasiswa dalam mengelola konflik dengan baik, mengurangi emosi negatif, dan memfasilitasi proses *forgiveness* yang lebih efektif. Jika mahasiswa menghadapi konflik dalam hubungannya dengan pelaku dan dapat mengontrol emosinya, ia akan lebih cenderung menghindari hal-hal yang akan membuatnya marah terhadap pelaku. Menghindari hal-hal yang akan membuatnya marah juga akan menekan mahasiswa untuk melakukan balas dendam terhadap pelaku.

Dengan memiliki kontrol emosi yang kuat memudahkan mahasiswa untuk mengurangi emosi negatif yang seringkali muncul sebagai respons terhadap pelanggaran. Mahasiswa dengan kematangan emosi yang tinggi lebih mampu menahan dorongan untuk balas dendam dan memilih respons yang lebih konstruktif, seperti mencari penyelesaian damai atau berusaha memahami perspektif pelaku. Ini sejalan dengan penelitian Nashori (2011) yang menemukan bahwa orang yang mampu memaafkan kesalahan orang lain akan hidupnya jauh lebih tenang, mereka juga tidak akan mudah marah, tidak mudah tersinggung, dan mereka dapat membangun hubungan yang baik dengan sesama.

Penelitian yang dilakukan oleh Carvalho *et al.* (2010) menunjukkan bahwa kematangan emosi yang dimiliki mahasiswa memiliki hubungan dengan kemampuan mereka untuk memaafkan, karena mahasiswa dengan kematangan emosi yang tinggi cenderung memiliki kontrol yang lebih baik atas emosi negatif seperti marah dan ingin melakukan balas dendam, sehingga mereka lebih mudah memberikan *forgiveness*. Mahasiswa yang matang secara emosional cenderung memiliki pandangan yang lebih rasional dan seimbang tentang konflik, yang pada akhirnya membuat mereka lebih mudah memaafkan. Ini senada dengan penelitian Anderson (2006) menunjukkan bahwa mahasiswa yang dapat memaafkan akan mengalami penurunan kemarahan, kecemasan, serta depresi yang signifikan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan *forgiveness* pada mahasiswa, secara signifikan dengan arah yang positif. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi *forgiveness* pada mahasiswa di Kota Makassar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, M.A. (2006). The Relationship among Resilience, Forgiveness, and Anger Expression in Adolescents. Maine: The University of Maine
- Bhagat, V., Haque, M., Bin Abu Bakar, Y.I., Husain, R., & Khairi, C.M. (2016). Emotional maturity of medical students impacting their adult learning skills in a newly established public medical school at the east coast of the Malaysian Peninsula. *Advances in Medical Education and Practice*, 7, 575 - 584.

- Carvalho, K. C., Mulinari, D. R., Voorwald, H. J., & Cioffi, M. O. (2010). Chemical modification effect on the mechanical properties of hips/coconut fiber composites. *BioResources*.
- Feldman, P. J., & Stelptoe, A. (2003). Psychosocial and socioeconomic factors are associated with glycated hemoglobin in nondiabetic middle-aged men and women. *Health Psychology*, 22(4), 398–405. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.22.4.398>
- Katkovsky, W., & Gorlow, L. (1976). *The psychology of adjustment: current concepts and applications*. (No Title).
- Lichtenfeld, S., Maier, M. A., Buechner, V. L., & Fernández Capo, M. (2019). The influence of decisional and emotional forgiveness on attributions. *Frontiers in Psychology*, 10, 1425.
- Nashori, F. (2011). “Meningkatkan Kualitas Hidup dengan Pemaafan”. *UNISIA*, 214-226.
- Santrock, J.W. (2011). *Lifel-span Development, Perkembangan Masa Hidup*. Edisi Ketiga belas Jilid 1. (Diterjemahkan: Benedict Widyasinta). Jakarta: Erlangga
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi sosial*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Schlenker, B. R. (1992). The theory of self-presentation and its applications in educational settings. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 456-468.
- Steinberg, L. (2008). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.