

HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DAN PEMAAFAN PADA INDIVIDU DEWASA AWAL YANG MENGALAMI PUTUS CINTA

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL MATURITY AND FORGIVENESS AMONG YOUNG ADULTS WHO HAVE EXPERIENCED A ROMANTIC BREAKUP

Dinda Uswatun Nisa¹, Dr. Moordiningsih, M.Si., Psikolog²
Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Abstrak

Konflik dalam hubungan sering menimbulkan emosi negatif, seperti kesedihan yang mendalam hingga perasaan terluka yang dapat menghambat individu dalam proses memaafkan orang lain. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam kemampuan individu dalam proses pemaafan adalah kematangan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan pemaafan pada individu dewasa awal yang mengalami putus cinta. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan pemaafan pada individu dewasa awal yang mengalami putus cinta. Subjek penelitian ini adalah individu dewasa awal dengan kriteria usia 18 tahun sampai 25 tahun dan pernah mengalami putus cinta dalam kurun waktu 3 sampai 12 bulan dengan jumlah 120 individu. Pengambilan subjek dengan menggunakan teknik sampling purposive dengan data yang dikumpulkan menggunakan skala kematangan emosi dan pemaafan. Data dianalisis menggunakan korelasi product moment dengan SPSS versi 27. Kematangan emosi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pemaafan pada individu dewasa awal dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,354 dengan $p < 0,05$ yang dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan pemaafan. Hasil analisis data juga menunjukkan koefisien determinasi sebesar (R^2) = 0,125 yang menunjukkan bahwa sumbangan efektif kematangan emosi terhadap pemaafan sebesar 12,5%.

Kata kunci: Dewasa awal, Kematangan Emosi, Pemaafan.

Abstract

Conflicts in relationships often give rise to negative emotions, such as deep sadness and feelings of hurt, which can hinder individuals in the process of forgiving others. One factor believed to play a role in an individual's ability to forgive is emotional maturity. This study aims to examine the relationship between emotional maturity and forgiveness in young adults who have experienced a breakup. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between emotional maturity and forgiveness in young adults who have experienced a breakup. The subjects of this study were early adults aged 18 to 25 years who had experienced a breakup within the past 3 to 12 months, totaling 120 individuals. Subjects were selected using purposive sampling, and data were collected using scales measuring emotional maturity and forgiveness. Data were analyzed using the product-moment correlation with SPSS version 27. Emotional maturity had a significant influence on forgiveness in young adults, with a correlation coefficient (r_{xy}) of 0.354 and $p < 0.05$, indicating a significant relationship between emotional maturity and forgiveness. The results of the data analysis also showed a coefficient of determination (R^2) of 0.125, indicating that emotional maturity contributes 12.5% to forgiveness.

Keywords: *Early Adulthood, Emotional Maturity, Forgiveness.*