

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS*
DENGAN *NON-SUICIDAL SELF-INJURY* PADA
EMERGING ADULT YANG PUTUS DALAM
HUBUNGAN PACARAN**

SKRIPSI



OLEH :
Leticia Tedra
NRP. 7103021011

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
2024**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS*
DENGAN *NON-SUICIDAL SELF-INJURY* PADA
EMERGING ADULT YANG PUTUS DALAM
HUBUNGAN PACARAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
derajat Sarjana Psikologi



OLEH :
Leticia Tedra
NRP. 7103021011

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
2024**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, Saya :

Nama : Leticia Tedra

NRP : 7103021011

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS* DENGAN *NON-SUICIDAL SELF-INJURY* PADA *EMERGING ADULT* YANG PUTUS DALAM HUBUNGAN PACARAN

Benar-benar hasil karya milik saya sendiri dan bukan hasil dari plagiasi, manipulasi, maupun rekayasa apapun dari pihak manapun. Apabila suatu hari ditemukan adanya bukti bahwa skripsi ini hasil plagiasi maupun manipulasi data, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik, serta meminta maaf kepada pihak yang bersangkutan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam proses pembuatannya.

Surabaya, 9 Desember 2024
Yang membuat pernyataan,



10000
REPUBLIK INDONESIA
TEL. 20
METER
1C1EBAMX089457657
Leticia Tedra

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas
Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama: Leticia Tedra

NRP: 7103021011

Menyetujui skripsi atau karya ilmiah saya yang berjudul:

“HUBUNGAN ANTARA SELF-FORGIVENESS DENGAN NON-SUICIDAL SELF-INJURY PADA EMERGING ADULT YANG PUTUS DALAM HUBUNGAN PACARAN”

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library*
Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan
akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta. Demikian
pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 9 Desember 2024

Yang membuat pernyataan,



Leticia Tedra

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS* DENGAN *NON-SUICIDAL
SELF-INJURY* PADA *EMERGING ADULT* YANG PUTUS DALAM
HUBUNGAN PACARAN

Oleh :

Leticia Tedra

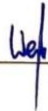
NRP. 7103021011

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing : Agustina Engry, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0718089102

Email: agustina-engry@ukwms.ac.id

()

Surabaya, 2 Desember 2024

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul " Hubungan antara *Self-Forgiveness* dengan *Non-Suicidal Self-Injury* pada *Emerging Adult* yang Putus dalam Hubungan Pacaran" oleh Leticia Tedra (7103021011) telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 9 Desember 2024

Mengesahkan
Fakultas Psikologi,
Dekan

(Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog)



Dewan penguji:

1. Ketua: Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog 
2. Sekretaris: Detricia Tedjawidjaja, M.Psi., Psikolog 
3. Anggota: Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog 
4. Anggota: Agustina Engry, M.Psi., Psikolog 
NIDN : 0718089102

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk

Kemuliaan Tuhan Yesus Kristus
Orangtua, Saudara, dan Segenap Keluarga Besar
Dosen Pembimbing
Dosen Fakultas Psikologi UKWMS
Para Sahabat dan teman-teman seperjuangan
Serta semua pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini

HALAMAN MOTTO

I can do all things
Through him
Who gives me
Strength

-Philippians 4:13-

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan kali ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih atas bimbingan, doa, serta dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung kepada pihak-pihak terkait, yaitu:

1. Tuhan Yesus Kristus, atas berkat, penyertaan, dan perlindungan-Nya yang senantiasa ada mulai dari awal hingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.
2. Ibu Agnes Maria Sumargi, G.Di.Ed., M.Psych., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Widya Mandala Surabaya yang telah memberi berbagai dukungan dan bantuan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
3. Ibu Agustina Engry, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu sabar dan berkenan meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk memberikan bimbingan dan memeriksa naskah proposal hingga skripsi ditengah padatnya jadwal beliau. Terima kasih juga kepada beliau yang sudah membantu mengarahkan dan memberikan masukan sehingga peneliti dapat memahami berbagai hal terkait penelitian.
4. Bapak Dicky Susilo, M.psi., Psikolog dan Bapak Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog selaku Dosen penguji skripsi yang telah memberikan masukan untuk memperbaiki penelitian ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Psikologi UKWMS, yang telah membagikan ilmu dan mendampingi selama proses perkuliahan.
6. Orangtua, saudara, dan keluarga besar peneliti yang telah mendukung, doa, nasehat, motivasi, dan perhatian mulai dari awal hingga penelitian ini dapat terselesaikan.
7. Partisipan penelitian yang telah meluangkan waktu di tengah kesibukan mereka untuk mengisi kuesioner yang dibagikan oleh peneliti dengan sepenuh hati.
8. Evelyn selaku sahabat dari awal mulai perkuliahan hingga saat ini yang selalu membantu peneliti apabila ada yang peneliti tidak mengerti dan mengajarkan peneliti dengan sabar.

9. Irene, Nadya, Abigail, Wiwin, dan Kelly selaku sahabat-sahabat peneliti yang sering menghibur peneliti dan menghabiskan waktu dengan peneliti serta berkerja sama dalam perkuliahan ini.
10. Ce Wynne selaku kakak tingkat peneliti yang membantu untuk memberikan kritik, saran, serta masukan kepada peneliti.
11. *Zerobaseone*, Haobin, Windah Basudara, mutual X selaku penyemangat ketika mengerjakan skripsi dan memberikan hiburan kepada peneliti ketika peneliti sedang tidak bersemangat.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN MOTTO	viii
UNGKAPAN TERIMA KASIH	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Batasan masalah	8
1.3 Rumusan masalah.....	9
1.4 Tujuan Penelitian	9
1.5 Manfaat Penelitian	9
1.5.1 Manfaat Teoritis	9
1.5.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	11
2.1 <i>Non-suicidal self-injury</i>	11
2.1.1 Definisi <i>Non-suicidal self-injury</i>	11
2.1.2 Kriteria <i>Non-suicidal self-injury</i>	12
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Non-suicidal self-injury</i> ..	13
2.2 <i>Self-forgiveness</i>	15
2.2.1 Definisi <i>Self-forgiveness</i>	15

2.2.2	Aspek <i>Self-forgiveness</i>	15
2.3	<i>Emerging Adulthood</i> yang putus dalam hubungan pacaran	16
2.4	Keterkaitan antara <i>Non-suicidal self-injury</i> dengan <i>Self-forgiveness</i>	20
2.5	Hipotesis Penelitian	22
BAB III METODE PENELITIAN		23
3.1	Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian	23
3.3	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	24
3.4	Metode Pengumpulan Data	24
3.4.1	Skala <i>Non-suicidal self-injury</i>	24
3.4.2	Skala <i>Self-forgiveness</i>	25
3.5	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	26
3.5.1	Validitas	26
3.5.2	Reliabilitas	26
3.6	Teknik Analisis Data	27
3.7	Etika penelitian	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		29
4.1	Orientasi Kacah Penelitian	29
4.2	Persiapan Penelitian	30
4.2.1	Perizinan Peminjaman Alat Ukur	30
4.2.2	Persiapan Alat Ukur	30
4.2.3	Persiapan Pengambilan Data	31
4.3	Pelaksanaan Penelitian	31
4.4	Hasil Penelitian	32
4.4.3	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	32
4.4.2	Deskripsi Identitas Responden	34
4.4.3	Deskripsi Data dari Hasil Angket Terbuka	35
4.4.4	Deskripsi Data Variabel Penelitian	37
4.4.5	Hasil Uji Asumsi	40
4.4.6	Hasil Uji Hipotesis	40
BAB V PENUTUP		41

5.1	Pembahasan.....	41
5.2	Kesimpulan	46
5.3	Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA.....		47
LAMPIRAN.....		52

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blueprint</i> Skala Non-suicidal <i>self-injury</i>	25
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-forgiveness</i>	26
Tabel 4. 1 Rincian Aitem Valid pada Skala <i>Self Forgiveness</i>	33
Tabel 4. 2 Rincian Aitem Valid pada Skala <i>Non-Suicidal Self Injury</i>	34
Tabel 4. 3 Deskripsi Frekuensi Usia Partisipan	34
Tabel 4. 4 Deskripsi Frekuensi Jenis Kelamin Partisipan.....	35
Tabel 4. 5 Perilaku <i>Self Injury</i> yang dilakukan responden.....	35
Tabel 4. 6 Dampak melakukan NSSI.....	36
Tabel 4. 7 Rumus Kategorisasi	37
Tabel 4. 8 Kategorisasi skala <i>self-forgiveness</i>	38
Tabel 4. 9 Kategorisasi skala <i>Non-suicidal self-injury</i>	39
Tabel 4. 10 Tabulasi Silang.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A <i>Coding Skala Self-forgiveness</i>	52
LAMPIRAN B <i>Coding Skala Non-suicidal Self-injury</i>	56
LAMPIRAN C Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-forgiveness</i>	61
LAMPIRAN D Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Non-Suicidal Self-Injury</i>	62
LAMPIRAN E Hasil Tabulasi Silang.....	63
LAMPIRAN F Hasil Uji Asumsi Normalitas.....	64
LAMPIRAN G Hasil Uji Asumsi Linieritas	65
LAMPIRAN H Hasil Uji Hipotesis	66
LAMPIRAN I Bentuk Kuesioner <i>Google Form</i>	67
LAMPIRAN J Persetujuan Peminjaman Alat Ukur	70

Leticia Tedra (2024). “Hubungan antara *Self-Forgiveness* dengan *Non-Suicidal Self-Injury* pada *Emerging Adult* yang Putus dalam Hubungan Pacaran”. **Skripsi Sarjana Strata I.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Penelitian dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara *self-forgiveness* dengan *Non-suicidal self-injury* pada *emerging adult* yang putus dalam hubungan pacaran. Berakhirnya hubungan pacaran menimbulkan pengalaman traumatis, menyakitkan, dan melibatkan emosi yang dalam. Salah satu teknik *coping* yang tidak efektif dilakukan adalah melukai diri sendiri dengan cara melakukan *cutting*, memukul, atau membenturkan diri yang dalam Ilmu psikologi klinis perilaku tersebut dikenal dengan istilah *Non-suicidal self-injury* (NSSI) yang merupakan perilaku menyakiti diri sendiri secara sengaja sehingga menyebabkan kerusakan segera pada tubuh individu, namun tidak disertai keinginan bunuh diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-forgiveness* dengan *Non-suicidal self-injury* pada *emerging adult* yang putus dalam hubungan pacaran. Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode uji hubungan. Partisipan penelitian ini adalah 160 *emerging adult* yang pernah melukai diri dengan sengaja karena putus. Hasil uji hipotesis menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara *self-forgiveness* dengan NSSI pada *emerging adult* yang putus dalam hubungan pacaran dengan nilai korelasi yang didapat adalah sebesar 0.139 ($p>0.05$).

Kata kunci: *Non-suicidal self-injury, self-forgiveness, emerging adult.*

Leticia Tedra (2024). *“The Relationship between Self-Forgiveness and NonSuicidal Self-Injury in Emerging Adults who Have Experienced A Breakup in A Romantic Relationship”*. **Undergraduate Thesis.** Faculty of Psychology, Widya Mandala Surabaya Catholic University.

ABSTRACT

A study was conducted to examine whether there is a relationship between self-forgiveness and Non-suicidal Self-injury (NSSI) in emerging adults who have experienced a breakup in a romantic relationship. The end of a romantic relationship often leads to traumatic, painful experiences and involves deep emotions. One ineffective coping technique employed by some individuals is self-harm, such as cutting, hitting, or deliberately hurting oneself, which in clinical psychology is known as Non-suicidal Self-Injury (NSSI). NSSI refers to the intentional act of injuring oneself to cause immediate harm to the body, without any intention of suicide. The aim of this research was to investigate the relationship between self-forgiveness and NSSI in emerging adults who have gone through a breakup in a romantic relationship. The researcher used a quantitative approach with a correlation test method. The participants of the study consisted of 160 emerging adults who had intentionally hurt themselves due to a breakup. The results of the hypothesis test showed that there was no significant relationship between self-forgiveness and NSSI in emerging adults who had experienced a breakup, with a correlation value of 0.139 ($p > 0.05$).

Keywords : Non-suicidal self-injury, self-forgiveness, emerging adult