

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi adalah suatu lembaga pendidikan yang memberikan ilmu pengetahuan, kemampuan serta keterampilan bagi mahasiswanya. Salah satu perguruan tinggi yaitu Universitas “X” yang memiliki beberapa fakultas antara lain adalah fakultas psikologi. Fakultas Psikologi Universitas “X” memandang bahwa kajian ilmu psikologi pada awalnya adalah terpusat pada bagaimana mengobati orang yang memiliki penyakit kejiwaan, sehingga lebih menitik beratkan pada segi kuratif. Tetapi pada saat ini pandangan tersebut berubah bahwa selain dari segi kuratif perlu juga dikembangkan sisi positif individu untuk mengembangkan segi preventifnya. Dengan demikian kajian psikologi positif mewarnai kurikulum Fakultas Psikologi Universitas “X”. Psikologi positif memandang manusia secara positif, memiliki sifat-sifat baik yang dapat dikembangkan dalam kehidupan diri, keluarga dan masyarakat (www.maranatha.edu/fakultas/fakultas-psikologi/).

Visi fakultas psikologi universitas “X” adalah “menjadi fakultas psikologi swasta terbaik di tingkat nasional dalam bidang ilmu dan terapan untuk meningkatkan kualitas hidup manusia seutuhnya berlandaskan kasih dan keteladanan Yesus Kristus”. Kalimat “meningkatkan kualitas hidup

manusia seutuhnya menjadi tema utama dari psikologi positif. “X”(news.maranatha.edu/). Pada mata kuliah psikologi positif mahasiswa diajarkan tentang 24 *strength* dari setiap individu, salah satu *strength* yaitu *forgiveness*. Selain *forgiveness*, *wellbeing* menjadi salah satu topik bahasan dalam kajian ilmu psikologi.

Mahasiswa menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Individu dapat dikatakan sebagai mahasiswa adalah yang masih tercatat sebagai mahasiswa aktif di perguruan tinggi dan masih berada di rentang usia 18-25 tahun.

Mahasiswa fakultas psikologi pada umumnya berada dalam tahap dewasa awal yang dimana setiap mahasiswa mengalami transisi perubahan dalam hidup mereka serta perubahan dalam pola pikirnya (Santrock, 2016).

Mc Cullough Withvliet (2005, dalam Synder & Lopez 2007) menjelaskan bahwa *Forgiveness* merupakan salah satu *strength* dari psikologi positif, dinyatakan sebagai perubahan prososial dalam pikiran, emosi, dan atau tingkah laku terhadap pihak yang menyakiti yang pantas di cela.

Leone (2006) melakukan sebuah studi di Siera Leone pada orang-orang yang mempelajari keterampilan *forgiveness*, penelitian menunjukkan individu yang *forgive* menjadi lebih bersyukur, lebih puas dengan kehidupannya dan stressnya berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa memaafkan orang lain dapat membuat orang merasa bahagia, *wellbeing* terutama saat mereka memaafkan seseorang yang mereka rasa dekat. Selain itu, Allemand, Hill, Ghaemmaghami dan Martin (2012)

mengemukakan pentingnya *forgiveness* terhadap *subjective well-being* bagi individu, yaitu individu yang memiliki pandangan untuk masa depan yang lebih baik dengan *forgiveness* yang tinggi, *subjective well-being*nya semakin tinggi pula. Dengan demikian artinya *forgiveness* diperlukan guna mereduksi emosi-emosi negatif.

Mc Cullough mengemukakan ada tiga dimensi dari *forgiveness* yaitu pertama, dimensi *avoidance motivation* adalah dorongan individu yang menghindar atau menarik diri dari individu yang menyakiti, individu akan menghindar dan tidak ingin bertemu individu yang menyakiti. Kedua dimensi *revenge motivation* adalah dorongan individu untuk membalas perbuatan individu yang menyakiti, ketika individu dilukai oleh individu yang menyakiti maka yang terjadi dalam dirinya maka individu akan membalas dendam. Ketiga, dimensi *benevolence motivations*, adalah dorongan untuk berbuat baik terhadap individu yang menyakiti.

Forgiveness adalah sebuah proses (atau hasil dari sebuah proses) yang melibatkan perubahan emosi dan sikap seseorang terhadap orang yang menyakiti, dan dilakukan secara sadar dan sukarela oleh individu yang tersakiti.

Perjalanan hidup seorang manusia tidak mudah dan tidak ada satu manusia yang perjalanan hidupnya tidak memiliki masalah, tidak terkecuali mahasiswa. Saat seseorang sudah memasuki tahap dewasa memiliki masalahnya masing-masing dan mahasiswa memiliki caranya masing-masing untuk menyelesaikan masalahnya, misalnya dalam lingkup

pertemanan terkadang konflik dapat muncul dan tanpa disadari hal tersebut berdampak dalam hubungan sosial mahasiswa atau dalam lingkup keluarga ada beberapa mahasiswa yang sulit untuk menerima ketika terjadi konflik pada keluarga. Sulit bagi mahasiswa untuk memaafkan individu yang telah melukai atau menyakiti dan beberapa dari mahasiswa menyimpan rasa dendam serta berkeinginan untuk melakukan balas dendam pada individu yang telah menyakiti, ada sebagian mahasiswa yang mampu memaafkan walaupun mereka pernah mengalami pengalaman menyakitkan dalam hidup mahasiswa. Memaafkan terkadang membutuhkan waktu yang cukup lama sehingga pada akhirnya mereka mampu memaafkan individu yang telah menyakiti mahasiswa dan melupakan kejadian yang pernah menimpanya, tetapi ada sebagian besar mahasiswa yang membutuhkan waktu untuk memaafkan individu yang menyakiti tetapi tidak mampu memaafkan individu yang telah menyakiti mereka.

Dengan memberikan *forgive* artinya mengurangi keinginan untuk melukai atau balas dendam pada individu yang telah menyakiti, akan tetapi tetap sulit untuk memaafkan dikarenakan luka yang ditimbulkannya. Cooper & Gilbert, 2004(dalam Maya Puspa Ningtyas 2013) *forgiveness* memiliki proses yang terdiri dari empat tahapan untuk dapat meningkatkan *subjective well-being* yaitu dengan melepaskan afeksi negatif terhadap peristiwa menyakitkan yang telah terjadi, berusaha memahami orang lain dengan melihat peristiwa menyakitkan dari sudut

pandang orang lain, mengembangkan empati dan rasa kasih sayang kepada orang lain, serta menemukan makna atas peristiwa menyakitkan yang telah terjadi. Keempat tahapan tersebut dapat berbeda-beda dalam setiap diri mahasiswa, ada yang berhasil melewati keempat tahapan tersebut dan merasakan *well-being* setelah memaafkan ada juga mahasiswa yang tidak merasakan *well-being* dikarenakan masih adanya ketidakadilan dalam diri mahasiswa. *Forgiveness* melibatkan ranah kognitif, afektif, dan perilaku.

Dalam ranah kognitif *forgiveness* tercermin pada proses-proses penilaian dan evaluasi pihak korban terhadap pelaku pelanggaran. Pihak korban termotivasi untuk melakukan penilaian dan evaluasi kembali (*re-appraisal*) baik kepada individu yang menyakiti. Proses ini adalah untuk mengubah penilaian negatif ke arah penilaian yang lebih positif (Kearns & Fincham, 2004). Pelibatan komponen afektif dalam proses *forgiveness* termanifestasi dan terekspresi dalam bentuk perubahan emosi-emosi negatif menjadi emosi-emosi positif (Kadiangandu et al., 2007).

Subjective well-being menurut Diener Lucas dan Oishi (dalam buku *Handbook of positive psychology*, 2002), didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang terhadap kehidupannya. *Subjective well-being* memiliki dua komponen yaitu komponen kognitif atau proses penilaian merujuk pada *life satisfaction* (Diener, 1985). Komponen afektif adalah aspek emosional dari *well-being* atau kesejahteraan yang mencakup *mood* dan emosi yang diasosiasikan dengan pengalaman akan suatu

kejadian yang sifatnya sesaat (Diener et al., dalam Hefferon, 2011). Dalam komponen afektif terdapat dua afek yaitu afek positif adalah emosi dan suasana hati (*mood*) yang menyenangkan dan afek negatif adalah emosi dan suasana hati yang tidak menyenangkan. Kepuasan hidup mahasiswa dipengaruhi oleh afek positif dan afek negatif yang ada dalam diri mahasiswa, jika *life satisfaction* tinggi, afek positif tinggi dan afek negatif rendah maka mahasiswa akan merasakan *well-being*, jika sebaliknya mahasiswa memiliki afek negatif tinggi, *life satisfaction* rendah dan afek positif rendah mahasiswa tidak merasakan *well-being*.

Berdasarkan pendapat di atas peneliti melakukan wawancara terhadap 20 orang mahasiswa diketahui sebanyak 16 (8,0%) mahasiswa dikatakan mampu memaafkan individu yang menyakiti mereka dengan segera, dan 4 (2,0%) mahasiswa membutuhkan waktu yang cukup lama untuk memaafkan individu yang menyakiti mahasiswa. Dari ke-20 mahasiswa yang diwawancara peneliti sebanyak 16 (8,0%) mahasiswa dikatakan mampu memaafkan individu yang menyakiti mereka dengan segera, dan 4 (2,0%) mahasiswa membutuhkan waktu yang cukup lama untuk memaafkan individu yang menyakiti mereka. Mahasiswa seringkali mendapat perlakuan yang menyakiti atau menyinggung mahasiswa, terkadang mahasiswa merasa tidak nyaman dan menghindari individu yang menyakiti. Contohnya teman dari mahasiswa tersebut mengucapkan kata-kata yang kurang pantas atau mengejek pada mahasiswa sehingga mahasiswa tersinggung dan sakit hati terhadap temannya, sehingga

mahasiswa tersebut tidak ingin menemui temannya tersebut. Ada juga mahasiswa yang berkonflik dengan anggota keluarga atau teman, mahasiswa merasa sakit hati dengan perlakuan tersebut sehingga sulit untuk memaafkan individu yang menyakitinya.

Berdasarkan wawancara diatas peneliti membuat survei awal kepada duapuluh mahasiswa untuk mendapatkan gambaran mengenai *forgiveness* dan *subjective well-being*. Hasil survei awal sebanyak 14(14,2%) mahasiswa menyatakan menghindari individu yang telah menyakiti mereka, dengan alasan membutuhkan waktu untuk memaafkan serta untuk menghilangkan rasa marah dan kecewa ketika bertemu dengan orang yang pernah menyakiti. Mahasiswa tidak bertemu dengan orang yang pernah menyakitinya, sehingga mereka menghindari orang yang menyakitinya. Adanya perasaan kecewa, takut menyinggung perasaan orang lain, serta tidak ingin berkomunikasi dengan orang yang pernah terlibat masalah dengan mahasiswa. Dengan menjaga jarak mereka dapat melakukan introspeksi terhadap diri sendiri, adanya perasaan takut dan tidak ingin tersakiti kembali sehingga mahasiswa menjaga jarak serta membatasi interaksi dengan individu tersebut.

1 (2,0%) mahasiswa menyatakan akan melakukan balas dendam namun, mahasiswa tersebut menyatakan hanya sebatas niatannya dan tidak akan melakukan balas dendam. 5 (4,0%) mahasiswa menyatakan memaafkan individu yang telah menyakiti mahasiswa.

Dalam memaafkan setiap orang memiliki caranya masing-masing, 6 (33,3%) mahasiswa memilih untuk memaafkan dan mendoakan orang yang menyakiti mereka, dengan alasan sesama manusia harus saling memaafkan dan mendoakan, dengan mendoakan individu yang menyakitinya mahasiswa tersebut merasa lebih tenang.

Sebanyak 9 (22,2%) mahasiswa menyatakan untuk melupakan rasa benci dan kecewa pada individu yang menyakitinya, mereka menyatakan jika tidak segera memaafkan akan memunculkan rasa dendam sehingga mahasiswa memilih untuk melupakan kejadian yang dialaminya secara perlahan-lahan. Adanya keinginan untuk tidak mengungkit masalah yang ada, serta perlahan-lahan memaafkan individu yang menyakiti mahasiswa, serta mahasiswa merasa lelah harus membenci individu yang menyakitinya. 5 (4,0%) mahasiswa merasa mampu memaafkan namun sulit untuk melupakan peristiwa tersebut, mahasiswa tersebut merasa memaafkan merupakan ajaran dari agamanya untuk saling memaafkan sesamanya, serta mahasiswa juga berusaha memaafkan dan mendoakan karena dengan hal ini pikiran dan hati mahasiswa lebih terdorong untuk memaafkan individu yang telah menyakitinya serta merasakan ketenangan dalam dirinya dan terlepas dari masalah yang mengikatnya.

Pada survei *well-being* terhadap dua puluh mahasiswa, sebanyak 18 (11,1%) mahasiswa merasa tenang ketika mampu memaafkan individu tersebut, sehingga mereka merasa tidak ada lagi beban. Mahasiswa bisa lebih dekat dan mengenal orang yang telah menyakitinya, serta

berkurangnya dendam dalam diri mahasiswa. Mahasiswa mengatakan setelah memaafkan merasa lebih baik, juga merasakan hubungan yang lebih baik setelah memaafkan, serta tidak merasa canggung lagi terhadap orang yang telah menyakitinya, serta permasalahan yang dialami selesai.

2 (1,0%) mahasiswa menyatakan tidak merasakan kenyamanan ketika memaafkan individu yang telah menyakiti mahasiswa, mahasiswa beralasan hal tersebut kembali pada individu yang memiliki kesalahan terhadap mahasiswa, dan ada mengatakan tidak merasakan apapun ketika telah memaafkan individu yang telah menyakitinya. Hal ini menunjukkan ada beberapa mahasiswa yang pernah disakiti mampu memaafkan individu yang menyakitinya dan merasakan *well-being*.

Ada juga beberapa mahasiswa yang sulit untuk memaafkan individu yang menyakitinya dikarenakan luka atau rasa sakit yang dirasakannya sehingga dirinya tidak merasakan *well-being*. Dari permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Korelasi *Forgiveness* Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung”.

1.2 Identifikasi Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran *forgiveness* dan *subjective well-being* pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 universitas “X” Bandung.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dibuat untuk memperoleh gambaran mengenai korelasi *forgiveness* dan *subjective well-being* pada mahasiswa fakultas psikologi universitas “X” Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

- Memberikan sumbangan ilmu pengetahuan kepada bidang Psikologi Positif khususnya mengenai *forgiveness* dan *subjective well-being*.
- Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian mengenai *forgiveness* dan *subjective well-being*.
- Bagi mahasiswa penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi lebih dalam pembelajaran psikologi positif.
- Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mahasiswa mengenai *forgiveness* dan *subjective well-being*.

1.5 Kerangka Pikir

Pada umumnya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung angkatan 2018 berusia sekitar 18-25 tahun. Menurut teori, usia tersebut berada pada tahap dewasa awal. Pada masa dewasa awal ini terdapat beberapa karakteristik perkembangan yaitu, transisi dari masa sekolah menuju perguruan tinggi, perkembangan fisik, perkembangan seksual, perkembangan kognitif serta pekerjaan dan karir (Santrock, 2016). Pada masa dewasa awal seseorang mengalami banyak perubahan dalam kehidupannya, beban masalah yang di hadapi juga akan bertambah seiring bertambahnya usia seseorang.

Mahasiswa fakultas psikologi mampu berfikir sesuai dengan tahap perkembangannya ketika menghadapi masalah yang beragam termasuk menghadapi ketika ada orang yang dianggap telah menyakitinya.

Forgiveness adalah sebuah proses (atau hasil dari sebuah proses) yang melibatkan perubahan emosi dan sikap seseorang terhadap orang yang menyakiti, *forgiveness* dilakukan secara sadar dan sukarela oleh individu yang tersakiti.

McCullough dkk mengatakan saat individu memaafkan, tingkat stress individu menurun, menurut penelitian yang dilakukan McCullough dkk. Ketika seseorang menyimpan dendam maka, tekanan darah individu meningkat dan sistem kekebalan tubuh individu lemah sehingga dapat membuat individu tersebut terserang penyakit. Menyimpan dendam kepada individu yang menyakiti hanya akan mengurangi rasa percaya dan komitmen pada individu, sehingga membuat jarak hubungan antar individu semakin menjauh.

Apabila diterapkan pada mahasiswa fakultas psikologi yang memiliki dimensi *avoidance motivation* akan menghindari individu yang menyakitinya, artinya mahasiswa tidak berencana untuk menyelesaikan masalah yang dialaminya serta tidak berusaha untuk mencari solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang dialaminya, mahasiswa juga tidak melihat dari sudut pandang lain, sehingga sulit untuk melihat hal baik yang dilakukan individu yang menyakitinya karena kurang percaya terhadap individu yang menyakiti.

Mahasiswa fakultas psikologi yang memiliki dimensi *revenge motivation* akan berusaha untuk membalas dendam, namun hal ini menimbulkan permasalahan baru antara mahasiswa dengan individu yang menyakitinya karena tidak dapat melihat permasalahan dari sudut pandang lain dan tidak berusaha mencari solusi sehingga mahasiswa berusaha untuk membalas dendam.

Mahasiswa fakultas psikologi yang memiliki dimensi *benevolence motivations* akan menangkap respon positif yang diberikan lingkungan, mahasiswa tidak akan menghindari dan membalas dendam. Mahasiswa tidak akan mengalami kesulitan saat berelasi dengan individu lain. Mahasiswa juga akan berusaha melupakan masalah atau peristiwa menyakitkan yang dialaminya.

Ketiga dimensi ini memiliki hubungan dalam setiap mahasiswa, ketiga dimensi ini berpengaruh kepada individu dalam mengambil keputusan, apakah individu tersebut masih memiliki dendam terhadap individu yang telah menyakitinya, menghindari atau memaafkan serta melupakan pengalaman yang di alami mahasiswa tersebut.

Selain dimensi ini ada beberapa faktor yang membuat mahasiswa mampu untuk memaafkan pelaku, salah satu faktor tersebut adalah 1). rasa empati mahasiswa terhadap pelaku yang telah menyakiti mereka. Mahasiswa yang memiliki dimensi *benevolence* akan berempati pada individu yang menyakitinya, mahasiswa berusaha menempatkan dirinya jika berada pada

posisi individu yang menyakitinya sehingga mahasiswa dapat memaafkan individu yang menyakitinya.

2).Permintaan maaf dari individu yang menyakiti apabila mahasiswa tersebut mendapatkan permintaan maaf dari individu yang menyakiti maka akan lebih mudah untuk memaafkan. Mahasiswa yang menerima permintaan maaf dari *transgressor* akan menumbuhkan rasa empati sehingga akan memiliki rasa *forgiveness* yang lebih tinggi. Melakukan pembenaran atau membuat alasan terhadap apa yang dilakukan jauh lebih baik daripada keinginan untuk membalas dendam dari hal tersebut dapat membantu orang untuk lebih memiliki keinginan untuk memaafkan. memiliki penolakan atau ketidakinginan terhadap situasi.

3).Luka atau rasa sakit yang ditimbulkan *transgressor*, semakin dalam luka yang dialami oleh mahasiswa maka akan semakin sulit bagi mahasiswa tersebut untuk memaafkan apa yang telah dilakukan oleh individu yang menyakitinya, sehingga mahasiswa yang memiliki dimensi *avoidance* dan *revenge motivation* akan sulit untuk memaafkan individu yang menyakiti mahasiswa. Mahasiswa juga akan terus mengingat perbuatan individu yang menyakitinya, konsekuensi emosional paling umum dari luka yang menyebabkan kerugian interpersonal yaitu kemarahan.

4).Ruminasi, semakin sering mahasiswa mengingat kejadiannya dengan individu yang menyakiti, maka akan semakin sulit pula mahasiswa untuk *forgive*, hal ini terjadi pada mahasiswa yang memiliki dimensi *avoidance* dan *revenge* mahasiswa akan berusaha menghindar dari individu yang menyakiti

serta berharap dapat membalas dendam pada individu yang menyakiti mahasiswa. 5). Kedekatan hubungan, mahasiswa yang memiliki kedekatan hubungan tertentu dengan individu yang menyakiti, sering kali sulit untuk memaafkan individu yang menyakiti. Adanya kecenderungan ketika mahasiswa tersebut terluka oleh perbuatan pelaku yang dirasa menyakiti perasaan mahasiswa tersebut, mahasiswa yang memiliki dimensi *benevolence* dapat memaafkan individu yang menyakiti dikarenakan hubungan pertemanan atau adanya kedekatan dengan individu tersebut, pada mahasiswa yang memiliki dimensi *avoidance* atau *revenge motivation* akan sulit memaafkan dikarenakan berkurangnya rasa percaya mahasiswa terhadap individu yang menyakitinya.

Menurut penelitian dari Anderson dan Bullock (2006) *forgiveness* merupakan konsep yang sudah dikenal dan dijalankan dalam kehidupan setiap orang, penerapannya pada tatanan individual, dan tatanan kehidupan sosial. Pada tatanan individual, *forgiveness* difokuskan pada upaya membantu mewujudkan kesejahteraan dan kebahagiaan subjektif (*subjective well being*). Pada tatanan sosial, difokuskan pada upaya membantu menciptakan dan menjaga ketertiban dan keharmonisan hidup bersama. (Anderson & Bullock, 2006).

Forgiveness melibatkan ranah kognitif, afektif, dan perilaku. Dalam ranah kognitif *forgiveness* tercermin pada proses-proses penilaian dan evaluasi pihak korban terhadap pelaku pelanggaran. Pihak korban termotivasi untuk melakukan penilaian dan evaluasi kembali (*re-appraisal*) baik kepada

individu yang menyakiti. Proses ini adalah untuk mengubah penilaian negatif ke arah penilaian yang lebih positif (Kearn & Fincham, 2004). Pelibatan komponen afektif dalam proses *forgiveness* termanifestasi dan terekspresi dalam bentuk perubahan emosi-emosi negatif menjadi emosi-emosi positif (Kadiangandu et al., 2007).

Forgiveness dengan empat tahapan prosesnya (Cooper & Gilbert, 2004 dalam Maya Puspa Ningtyas 2013) dapat meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa dengan cara melepaskan afeksi negatif terhadap peristiwa menyakitkan yang telah terjadi, berusaha memahami individu yang menyakiti dengan melihat peristiwa menyakitkan dari sudut pandang lain, mengembangkan empati dan rasa kasih sayang kepada individu yang menyakiti, serta menemukan makna atas peristiwa menyakitkan yang telah terjadi. Keempat tahapan diatas secara tidak langsung berkaitan dengan *subjective well-being* yang di miliki individu, ketika seseorang mampu melewati keempat tahap itu maka mereka akan merasakan *subjective well-being*. Mahasiswa mampu memaafkan dan melupakan kejadian tersebut, dan merasakan *well-being* pada diri mereka, tetapi ada beberapa hal yang membuat mereka juga sulit untuk memaafkan karena luka atau rasa sakit yang ditimbulkan akibat kejadian yang dialami mahasiswa.

Subjective well-being merupakan evaluasi dan penilaian mahasiswa-mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 universitas "X" terhadap kepuasan hidup dan terhadap *mood* dan emosi mahasiswa (Diener & Lucas,1999). Menurut Diener (1984) *subjective well-being* memiliki dua

komponen utama yaitu komponen kognitif proses penilaian mahasiswa terhadap kepuasan hidupnya. Mengenai kehidupan mahasiswa sekarang sesuai dengan harapan dan sesuai dengan kehidupan “ideal” yang mereka idamkan, baik secara keseluruhan (*life satisfaction*) maupun dalam domain tertentu (*domain satisfaction*) (Diener, 1994). *Life satisfaction* adalah evaluasi mahasiswa fakultas psikologi atas kepuasan hidup secara menyeluruh dan *domain satisfaction* yaitu penilaian kepuasan atas domain tertentu dalam kehidupan mahasiswa, seperti kesehatan, prestasi akademik, hubungan sosial dan keluarga. Melalui gambaran tersebut, mahasiswa dapat membandingkan kehidupan nyata dan kehidupan ideal mahasiswa sudah sesuai atau belum. Jika sesuai maka mahasiswa cenderung merasa puas akan kehidupannya, jika tidak sesuai maka mahasiswa cenderung tidak puas akan kehidupannya.

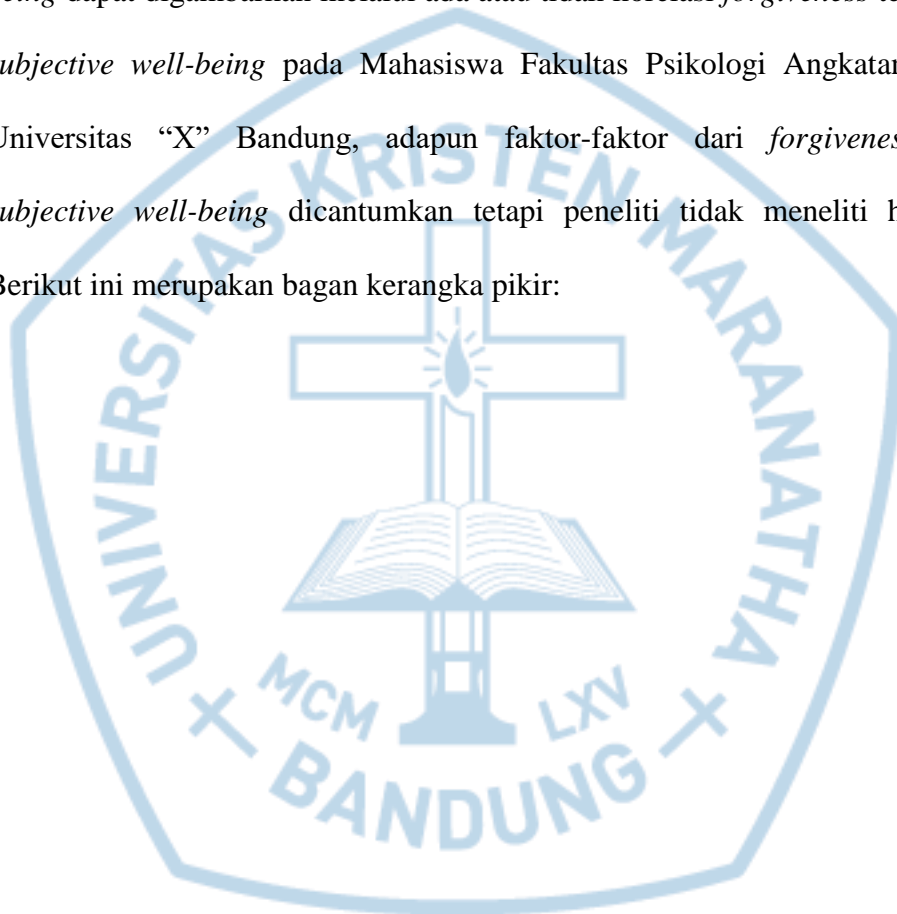
Kedua, komponen afektif dimana komponen ini merupakan aspek emosional dari *well-being* yang mencakup emosi dan *mood* yang dialami mahasiswa sehingga secara tidak langsung mahasiswa tersebut dapat merasakan perasaan yang menyenangkan atau tidak menyenangkan dalam kehidupan mahasiswa yang terbagi kedalam *positive affect* dan *negative affect*. *Positive affect* menggambarkan emosi dan mood yang menyenangkan, *positive affect* terlihat dari emosi spesifik seperti antusiasme, gembira, bersemangat, penuh perhatian dan aktif. *Negative affect* menggambarkan emosi dan mood yang kurang menyenangkan seperti perasaan takut, marah, rasa bersalah, malu, dan gugup. Mahasiswa pada fakultas psikologi berada dalam masa dewasa awal sehingga mahasiswa mampu mengelola emosi

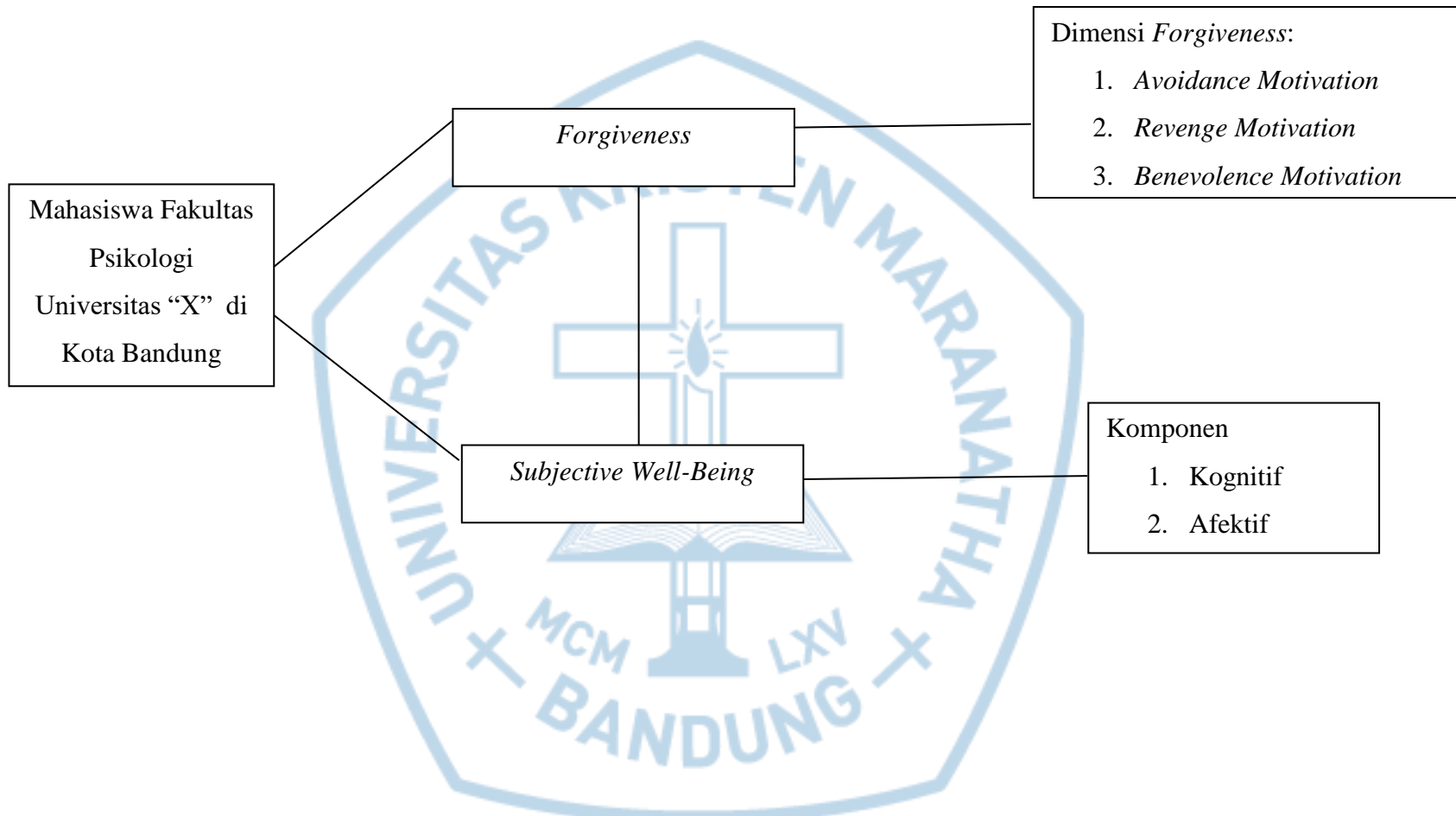
mereka secara efektif, sehingga perasaan mereka cenderung didominasi *positive affect* dibanding *negative affect*.

Mahasiswa fakultas psikologi sudah mampu mengevaluasi kehidupannya, secara kognitif dan afektif dengan kemampuan yang mahasiswa miliki, yaitu puas atau tidak puas dan juga mengevaluasi perasaan dan emosi yang lebih sering mereka rasakan, yaitu emosi positif atau negatif. Ada enam faktor yang mempengaruhi mahasiswa diantaranya yaitu 1) pendapatan, pendapatan berhubungan dengan kepuasan akan kebutuhan dasar, seperti makanan dan tempat tinggal. Jika kebutuhan dasar mahasiswa terpenuhi hal ini akan mempengaruhi faktor *subjective well-being* lainnya. 2) Hubungan sosial, jika mahasiswa mengalami masalah dalam hubungan sosialnya maka mahasiswa sulit *forgive* dan tidak merasakan *well-being*. 3) Pekerjaan memiliki dampak yang cukup besar terhadap *well-being*. 4) Kesehatan mempengaruhi mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan, ketika mahasiswa sakit akan membawa dampak atau konsekuensi mahasiswa tertinggal materi kuliah. 5) Agama, apabila mahasiswa sulit untuk memaafkan atau telah memaafkan individu yang menyakitinya mahasiswa biasanya akan mendoakan individu tersebut, dikarenakan ajaran agama yang dianut mahasiswa untuk memaafkan individu yang menyakiti mahasiswa. 6) Usia, jenis kelamin, dan pendidikan. Mahasiswa perempuan dan laki-laki tidak memiliki perbedaan yang signifikan dalam memaafkan.

Mahasiswa yang memiliki dimensi *avoidance motivation* dan *revenge motivation* akan sulit untuk memaafkan individu yang menyakitinya

dikarenakan mahasiswa menghindar dan berusaha balas dendam sehingga mereka sulit untuk merasakan *well-being*. Mahasiswa yang memiliki dimensi *benevolence motivation* akan memaafkan dan melupakan perbuatan individu yang menyakitinya sehingga mahasiswa akan merasakan *well-being*. Berdasarkan dimensi dan komponen dari *forgiveness* dan *subjective well-being* dapat digambarkan melalui ada atau tidak korelasi *forgiveness* terhadap *subjective well-being* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas “X” Bandung, adapun faktor-faktor dari *forgiveness* dan *subjective well-being* dicantumkan tetapi peneliti tidak meneliti hal ini. Berikut ini merupakan bagan kerangka pikir:





Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pikir

1.6 Hipotesis Penelitian

Terdapat korelasi antara *Forgiveness* dan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas “X” Bandung.

