

**HUBUNGAN ANTARA *SELF - FORGIVENESS* DENGAN  
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA DEWASA AWAL PELAKU  
*SELF HARM (NONSUICIDAL SELF INJURY)***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**CHELSYA SANIA DIANI HASRI**  
**NBI : 1511900235**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS* DENGAN  
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA DEWASA AWAL PELAKU *SELF  
HARM (NONSUICIDAL SELF INJURY)***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Disusun Oleh :**

**CHELSYA SANIA DIANI HASRI**

**NBI : 1511900235**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS* DENGAN  
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA DEWASA AWAL PELAKU *SELF  
HARM (NONSUICIDAL SELF INJURY)***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Disusun Oleh :**

**CHELSYA SANIA DIANI HASRI**

**NBI : 1511900235**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2023**

**HALAMAN PERNYATAAN  
TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Chelsya Sania Diani Hasri

NBI : 1511900235

Program Studi : Psikologi

Saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Self-Forgiveness* Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Awal Pelaku *Self Harm (Nonsuicidal Self Injury)*” yang saya tulis tidak terdapat karya orang lain dan seluruh isinya benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan. Atas perhatian ini saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian dari karya penelitian ini.

Surabaya, 1 Maret 2023



Chelsya Sania Diani Hasri

1511900123



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. Semolowaru 45 Surabaya  
Telp. 031 593 1800 (ex.311)  
E-mail: [perpus@untag-sby.ac.id](mailto:perpus@untag-sby.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chelsya Sania Diani Hasri  
NBI/NPM : 1511900235  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Jenis Karya : ~~Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi/Laporan Penelitian/Makalah~~

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive*), atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**Hubungan Antara *Self-forgiveness* Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Awal Pelaku *Self Hram (Nonsuicidal Self Injury)***

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive Royalty – Free Right*), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada tanggal : 27 Juni 2023



Yang Menyatakan

(Chelsya Sania Diani Hasri)

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

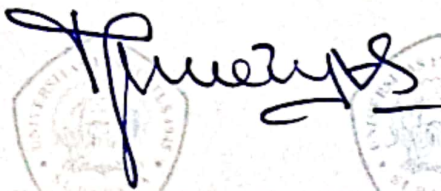
**NAMA** : CHELSYA SANIA DIANI HASRI  
**NPM** : 1511900235  
**JUDUL** : HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS* DENGAN  
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA DEWASA AWAL PELAKU  
*SELF HARM (NONSUICIDAL SELF-INJURY)*

**Surabaya, 23 Juni 2023**

**Disetujui Oleh :**

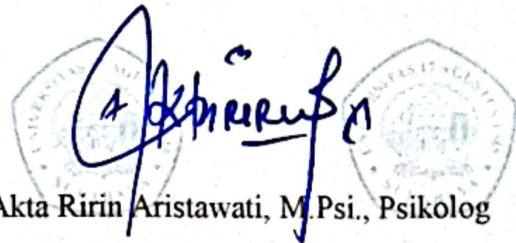
**Dosen Pembimbing 1**

**Dosen Pembimbing 2**



**Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog**

**NPP. 20510.87.0086**



**Akta Ririn Aristawati, M.Psi., Psikolog**

**NPP. 20510.15.0650**

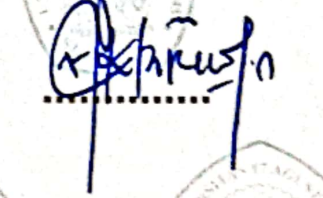
**HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI**

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal :**

**Dewan Penguji :**

- 1. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog**
- 2. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog**
- 3. Akta Ririn Aristawati, M.Psi., Psikolog**

.....  
  
.....  
  
.....

**Mengetahui**

**Dekan,**

  
  
**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**

**NPP. 20510020552**

## HALAMAN MOTTO

*Akan selalu ada jalan menuju sebuah kesuksesan bagi siapapun, selama orang tersebut mau berusaha dan bekerja keras untuk memaksimalkan kemampuan yang ia miliki.*

(Bambang Pamungkas)



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Pertama-tama saya mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas terlaksananya skripsi ini dengan baik dan lancar. Skripsi ini saya persembahkan untuk Ibunda dan Ayahanda tercinta, Ibu Sudik Susi Hasri dan Bapak Murdianto sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Ibu dan Ayah yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tak mungkin kubalas hanya dengan selembar kertas bertuliskan kata cinta dalam halaman persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Ibu dan Ayah bangga dan bahagia.

Kedua, untuk seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya atas segala ilmu yang diberikan selama saya kuliah, khususnya kepada Ibu Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog dan Ibu Akta Ririn Aristawati, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah bersedia mengantarkan saya meraih gelar sarjana. Semoga kebahagiaan yang saya rasakan juga merupakan kebahagiaan bagi Ibu.

Keriga untuk sahabat, teman-teman, dan seluruh pihak yang terlibat dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.

## CURRICULUM VITAE

### A. Identitas Diri

Nama : Chelsya Sania Diani Hasri  
Tempat, Tanggal Lahir : Kediri, 22 Februari 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Hobi : Menulis  
Alamat : Jl. Balai Desa Tanggalrejo, Mojoagung, Jombang  
No. Telp : 082264691106  
Email : chelsyasania@gmail.com



### B. Orang Tua

Nama Ayah : Murdianto  
Nama Ibu : Sudik Susi Hasri  
Alamat : Jl. Balai Desa Tanggalrejo No.21, Mojoagung, Jombang

### C. Riwayat Pendidikan

2019 – Sekarang : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
2016 – 2019 : SMA Negeri Mojoagung  
2013 – 2016 : SMP Negeri 1 Mojoagung  
2007 – 2013 : SD Negeri Mojotrisno

### D. Riwayat Organisasi

2021 : Staff Muda Divisi Usaha KOPMA 17

### E. Kemampuan

Teknologi : Microsoft Office, Canva  
Bahasa : Bahasa Indonesia (Aktif), Bahasa Inggris (Pasif)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan kasih-Nya sehingga penulis bisa dalam menyelesaikan dan mengerjakan skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Self-Forgiveness* Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Awal Pelaku *Self Harm (Nonsuicidal Self Injury)*” tepat waktu. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi kelulusan sebagai seorang sarjana. Usaha keras dalam penyelesaian skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya dukungan, bimbingan, nasehat dan bantuan dari orang-orang di sekeliling. Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM, CMA, CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Amherstia Pasca Rina, M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi studi Strata 1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Bawinda Sri Lestari, SH., M.Psi selaku dosen wali yang telah membimbing dan memberikan saran serta semangat kepada penulis selama proses penulisan skripsi.
5. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog selaku Dosen Pembimbing utama yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing dan memberi semangat kepada penulis selama proses penulisan skripsi.
6. Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing kedua yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing dan memberikan semangat kepada penulis.
7. Seluruh Dosen Program Studi Sarjana Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dengan penuh kesabaran dan keikhlasan sehingga menjadi pengetahuan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologo Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu mengurus dan memudahkan proses segala macam administrasi peneliti sebagai mahasiswa.
9. Bapak Murdianto dan Ibu Sudik Susi Hasri selaku orang tua penulis yang telah membantu secara finansial, memberikan dukungan, semangat serta doa kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
10. Naufal Aditya Nugraha yang telah kebersamai penulis selama penyusunan dan pengerjaan skripsi dalam kondisi apapun. Terima kasih telah ikut serta memberikan bantuan, doa, semangat, menemani dan memotivasi penulis selama proses penyusunan skripsi.

11. Cornellia Brigita Stella Andrea, Nur Anisha, Nova Silvia Putri, Arini Isyifa Salsabila, Rizqi Amalia, Sukma Megawati, Grace Rianda selaku sahabat dan teman seperjuangan dalam penyusunan skripsi ini, selalu menjadi tempat berkeluh kesah serta selalu memberikan dukungan, semangat, saran kerjasama dan bantuan serta doa kepada penulis.
12. Lestari Lelaning Putri Basuki selaku sahabat yang selalu memberikan dukungan, saran, semangat, hiburan dan doa kepada penulis.
13. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan waktunya dalam membantu penulis guna menjadi subjek dalam penelitian ini.
14. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah bersedia membantu dan memberikan dukungan serta doa kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan dari penulis. Penulis berharap bahwa dengan skripsi ini dapat menjadi riset baru untuk menambah pengetahuan dan dapat menjadikan referensi bagi mahasiswa.

Surabaya, 1 Maret 2023



Chelsya Sania Diani Hasri

## ABSTRAK

Dewasa awal merupakan masa yang penuh dengan ketegangan emosional karena pada masa ini individu mengalami banyak perubahan yang terjadi. Tugas perkembangan yang sangat berbeda dari tahap perkembangan sebelumnya mengharuskan individu untuk menyesuaikan diri dengan pola kehidupan yang baru. Dengan adanya tuntutan tersebut, menimbulkan tekanan luar biasa yang menyebabkan individu rentan mengalami stress dan muncul perasaan tidak berdaya sehingga mempengaruhi kebermaknaan hidup individu tersebut yang memungkinkan dorongan untuk melukai diri sendiri sebagai cara untuk meluapkan emosi negatifnya. Sehingga dibutuhkan *self-forgiveness* untuk membantu individu meningkatkan kebermaknaan hidupnya. Dengan begitu hal ini penting untuk diteliti. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *self-forgiveness* dengan kebermaknaan hidup pada dewasa awal pelaku *self harm (nonsuicidal self injury)*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi pada penelitian ini sebanyak 185 subjek yang terlibat dalam perilaku melukai diri sendiri tanpa adanya motif untuk bunuh diri (*nonsuicidal self injury*) dengan rentang usia 18 – 25 tahun. Teknik pengambilan sampel dilakukan menggunakan *purposing sampling*. Hasil dari penelitian ini didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,914 dan nilai signifikansi ( $p$ ) = 0,000 < 0,01 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self-forgiveness* dengan kebermaknaan hidup pada dewasa awal pelaku *self harm (nonsuicidal self injury)*.

Kata kunci: *Self-forgiveness*; Kebermaknaan Hidup; *Self Harm (Nonsuicidal Self Injury)*

## ABSTRACT

Early adulthood is a period filled with emotional tension because during this period, individuals experience many changes. Developmental tasks that are very different from previous stages of development require individuals to adapt to new life patterns. These demands create tremendous pressure that causes individuals to experience stress and feelings of helplessness, thus affecting the meaning of the individual's life, which allows the urge to self-harm as a way to express negative emotions. Thus it is crucial to research. This study aimed to determine the relationship between self-forgiveness and the meaningfulness of life in early adulthood nonsuicidal self-injury. This study uses a quantitative approach with correlational methods. The population in this study were 185 subjects involved in self-harm behavior without any motive for suicide (nonsuicidal self-injury) and aged 18-25 years. The sampling technique uses purposive sampling. The results of this study obtained a correlation coefficient of 0.914 and a significance value ( $p$ ) = 0.000 < 0.05, so the conclusion that there is a very significant positive relationship between self-forgiveness and the meaningfulness of life in early adulthood perpetrators of self-harm (nonsuicidal self-injury).

Keywords: Self-forgiveness; The Meaning of Life; Self Harm (Nonsuicidal Self Injury)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
CURRICULUM VITAE .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK .....	xi
ABSTRACT .....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah .....	1
2. Rumusan Masalah .....	5
B. Tujuan dan Manfaat .....	5
1. Tujuan Penelitian.....	5
2. Manfaat Penelitian.....	5
C. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Dewasa Awal.....	9
1. Definisi Dewasa Awal.....	9
2. Tugas Perkembangan Dewasa Awal .....	9
3. Dewasa Awal Pelaku <i>Self Harm (Nonsuicidal Self Injury)</i> .....	10
B. Kebermaknaan hidup.....	10
1. Definisi Kebermaknaan hidup .....	10
2. Aspek-aspek Kebermaknaan hidup .....	11
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kebermaknaan hidup.....	13
4. Karakteristik Kebermaknaan hidup .....	15
C. <i>Self-forgiveness</i> .....	18

1. Definisi <i>Self-forgiveness</i> .....	18
2. Aspek-aspek <i>Self-forgiveness</i> .....	18
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Self-forgiveness</i> .....	20
D. Kerangka Berpikir .....	22
E. Hipotesis Penelitian.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Populasi dan partisipan.....	25
1. Populasi .....	25
2. Subjek Penelitian .....	25
B. Desain Penelitian.....	26
C. Instrumen Pengumpul Data.....	26
1. Skala 1 (Kebermaknaan Hidup) .....	27
2. Skala 2 ( <i>Self-Forgiveness</i> ).....	31
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data .....	38
1. Uji Prasyarat .....	38
2. Analisis Data .....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	41
A. Hasil Penelitian .....	41
1. Deskripsi Data Penelitian .....	41
2. Hasil Uji Korelasi Pearson's Product Moment.....	44
B. Pembahasan.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA .....	51
LAMPIRAN.....	55



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Likert.....	27
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Kebermaknaan Hidup.....	28
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala Kebermaknaan Hidup.....	29
Tabel 3.4 Hasil Uji Diskriminasi Skala Kebermaknaan Hidup .....	30
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas Skala Kebermaknaan Hidup .....	30
Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Skala Variabel <i>Self-Forgiveness</i> .....	31
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self-forgiveness</i> .....	32
Tabel 3.8 Hasil Uji Diskriminasi Skala <i>Self-forgiveness</i> .....	33
Tabel 3.9 Uji Reliabilitas Skala <i>Self-forgiveness</i> .....	33
Tabel 3.10 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Harm (Nonsuicidal Self Injury)</i> .....	35
Tabel 3.11 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self harm (nonsuicidal self injury)</i> .....	36
Tabel 3.12 Hasil Uji Diskriminasi Skala <i>Self-Harm (Nonsuicidal Self Injury)</i> .....	37
Tabel 3.13 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self Harm (Nonsuicidal Self Injury)</i> .....	38
Tabel 3.14 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogrov-Smirnov</i> .....	38
Tabel 3.15 Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Self-forgiveness</i> dengan Kebermaknaan Hidup .....	39
Tabel 4.1 Uji Statistik Deskriptif .....	41
Tabel 4.2 Rumus Perhitungan Jarak Interval .....	41
Tabel 4.3 Tingkat <i>Self Harm (Nonsuicidal Self Injury)</i> .....	42
Tabel 4.4 Uji Statistik Deskriptif .....	42
Tabel 4.5 Rumus Perhitungan Jarak Interval .....	42
Tabel 4.6 Tingkat Kebermaknaan Hidup .....	43
Tabel 4.7 Uji Statistik Deskriptif .....	43
Tabel 4.8 Rumus Perhitungan Jarak Interval .....	44
Tabel 4.9 Tingkat <i>Self-forgiveness</i> .....	44
Tabel 4.10 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	45
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson's Product Moment</i> .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Rumus Lameshow .....	25
---------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. INSTRUMEN ALAT UKUR.....	56
LAMPIRAN 2. UJI VALIDITAS & RELIABILITAS SKALA SELF HARM.....	58
LAMPIRAN 3.UJI VALIDITAS & RELIABILITAS SKALA KEBERMAKNAAN HIDUP.....	62
LAMPIRAN 4.UJI VALIDITAS & RELIABILITAS SKALA <i>SELF FORGIVENESS</i> .....	68
LAMPIRAN 5.UJI NORMALITAS DAN LINEARITAS.....	71
LAMPIRAN 6.UJI DESKRIPTIF .....	72
LAMPIRAN 7.UJI HIPOTESIS .....	73
LAMPIRAN 8. DRAFT ALAT UKUR.....	74
LAMPIRAN 9. HASIL TABULASI DATA .....	80
LAMPIRAN 10. HASIL TURNITIN .....	119