

**HUBUNGAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN
FORGIVENESS PADA DEWASA AWAL YANG PERNAH
MENGALAMI PUTUS CINTA**

SKRIPSI

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



Oleh :

MAHARANI LUVINDA PUTRI
NBI : 1512100089

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN
FORGIVENESS PADA DEWASA AWAL YANG PERNAH
MENGALAMI PUTUS CINTA**

SKRIPSI

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



**Oleh :
MAHARANI LUVINDA PUTRI
NBI : 1512100089**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 12 Desember 2024



Maharani Luvinda Putri

1512100089

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : MAHARANI LUVINDA PUTRI

NBI : 1512100089

**JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL INTELLIGENCE*
DENGAN *FORGIVENESS* PADA DEWASA AWAL YANG
PERNAH MENGALAMI PUTUS CINTA**

Surabaya, 12 Desember 2024

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog
NPP. 20510.95.0412


Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NPP.20510.15.0650



**UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA**

**BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)
e-mail : 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 : Maharani Luvinda Putri
NBI/ NPM : 1512100089
Fakultas : Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

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

**Hubungan *Emotional Intelligence* Dengan *Forgiveness* Pada
Dewasa Awal Yang Pernah Mengalami Putus Cinta**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (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 : Surabaya
Pada tanggal : 16 Desember 2024

Yang Menyatakan



(Maharani Luvinda Putri)

HALAMAN PERSETUJUAN TIM 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 : 16 Desember 2024

Dewan Penguji :

1. Dr. Mamang Efendy, S.Pd, M.Psi

2. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog

3. Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Mamang Efendy
.....
Herlan Pratikto
.....
Akta Ririn Aristawati
.....

Mengetahui

Dekan,



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

NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

“Kalau mau menunggu sampai kita siap, kita akan menghabiskan sisa hidup kita hanya untuk menunggu”

“Life can be heavy, especially if you try to carry it all at once, part of growing up and moving into new chapters of your life is about catch or release. What I mean by that is, knowing what things to keep and what things to release. You can't carry all things, all grudges, all updates on your ex, all enviable promotions your school bully got at the bodge fund his uncle started. Decide what is yours to hold and let the rest go.” -Taylor Swift

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kerendahan hati serta kesabaran dan ketekunan yang luar biasa. Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kesabaran, dan petunjuk-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Orang Tua saya, Papa dan mama tercinta yang selalu memberikan dukungan, doa, finansial, motivasi dan kasih sayang tanpa henti. Terima kasih atas segala pengorbanan dan cinta yang tiada tara.
3. Dosen Pembimbing saya Bapak Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog dan Ibu Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran dan ilmu yang telah diberikan
4. Teman – teman seperjuangan yang selalu memberikan semangat dan dukungan moral, baik dalam suka maupun duka, serta saling berbagi pengetahuan selama proses penyusunan skripsi dan juga mata kuliah berjalan.
5. Seseorang yang kebersamaian penulis selama masa skripsi telah menjadi penyemangat dan sumber kekuatan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Maharani Luvinda Putri
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Tempat Lahir : Sidoarjo
Tanggal Lahir : 5 September 2002
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Perum Graha Candi Mas A-51
No. Telepon : 08884883902/087753967074
Email : maharaniputri5922@gmail.com



B. Riwayat Pendidikan

SD : SDN Gelam 1
SMP : SMPN 2 Candi
SMA : SMAN 1 Porong
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Organisasi

- Anggota Osis
- MBKM Proyek Kemanusiaan Save Street Child Sidoarjo
- *Volunteer* Save Street Child Sidoarjo
- *Volunteer* Puspaga Balai RW Kelurahan Genteng

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya yang telah memberikan kekuatan dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini. Skripsi yang berjudul “Hubungan *Emotional Intelligence* Dengan *Forgiveness* Pada Dewasa Awal Yang Pernah Mengalami Putus Cinta” ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan tercapai tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof Dr. H. Mulyanto Nugroho, MM, CMA., CPA, Selaku rektor di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Suhadianto, M.Psi., Psikolog Selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi Selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Bapak Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing I yang senantiasa memberikan masukan, arahan, dukungan, motivasi serta kesabaran dalam proses pendampingan penyusunan skripsi ini hingga selesai.
6. Ibu Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran dan ilmu yang telah diberikan.

7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan arahan maupun ilmu selama proses penyelesaian skripsi ini.
8. Mama saya Nurmayantini dan Papa saya Lucky Djuni Prasetyo Soeprpto selaku orang tua penulis yang telah memeberikan banyak dukungan, motivasi, arahan, bantuan, serta doa yang tiada henti hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Aissuro Islamiah M, Intan Navulani , Syafira Putri A, dan Alfian Darmasaputra K selaku teman seperjuangan dalam proses penyusunan skripsi ini berlangsung yang selalu memberikan semangat, dukungan, motivasi, maupun informasi hingga dapat terselesaikannya skripsi ini.
10. Seseorang yang tidak bisa penulis sebutkan namanya, terima kasih telah memberikan dukungan, semangat, dan cinta yang tiada henti dalam setiap langkah perjalanan ini memberikan kekuatan dan motivasi untuk terus maju. Terima kasih atas segala kesabaran, pengertian, dan kebersamaan yang telah diberikan, yang membuat proses ini menjadi lebih berarti.
11. Wahyu hafizh A, Alm. Vickry Danang G, dan Farah Abida Ryzqiyah selaku sahabat penulis, terima kasih atas semangat dan dukungan yang selalu memberikan kekuatan di setiap tantangan hingga proses penulisan skripsi ini selesai.
12. Salwa Aretha Putri Arianti, Yuni Setiawati, Fransiska Sherly Angelina, Dwi Ramadhania, M. Rizky Al Fazri, Dan Ario Daffa F selaku teman penulis dari semester satu hingga terselesaikannya skripsi ini. Terima kasih atas segala suka duka selama perkuliahan, terima kasih telah kebersamai penulis dan semoga jumpa di lain waktu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun bagi pembaca yang ingin memperdalam topik yang dibahas dalam skripsi ini.

Surabaya, 13 Desember 2024



Maharani Luvinda Putri

HUBUNGAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN *FORGIVENESS* PADA DEWASA AWAL YANG PERNAH MENGALAMI PUTUS CINTA

Maharani Luvinda Putri

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Maharaniputri5922@gmail.com

Abstrak

Penelitian yang dilakukan ini memiliki tujuan untuk mengetahui ada hubungan *emotional intelligence* dengan *forgiveness* pada dewasa awal yang pernah mengalami putus cinta. Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *Purposive Sampling*. Sampel penelitian ini terdiri dari 200 orang dewasa awal berusia 21 – 35 Tahun yang pernah mengalami pengalaman putus cinta dan hingga sekarang belum menjalin hubungan kembali. Data yang telah terkumpul yang kemudian dianalisis menggunakan korelasi *Pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *emotional intelligence* dengan *forgiveness*. Individu dengan *emotional intelligence* yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik untuk melepaskan perasaan negatif dan mengampuni atau *forgiveness* mantan pasangan mereka. Temuan ini menyarankan bahwa peningkatan *emotional intelligence* dapat berkontribusi pada pemulihan emosional yang lebih baik setelah perpisahan, serta memfasilitasi proses *forgiveness* yang lebih efektif.

Kata kunci: *Emotional Intelligence*, *Forgiveness*, Dewasa Awal, Putus Cinta

HUBUNGAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN *FORGIVENESS* PADA DEWASA AWAL YANG PERNAH MENGALAMI PUTUS CINTA

Maharani Luvinda Putri

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Maharaniputri5922@gmail.com

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and forgiveness in early adults who had experienced a breakup. This study used a quantitative method with the Purposive Sampling technique. The sample of this study consisted of 200 early adults aged 21-35 years who had experienced a breakup and until now had not been in a relationship again. The hypothesis proposed is that there is a positive and significant relationship between emotional intelligence and forgiveness in early adults who had experienced a breakup. The data that has been collected was then analyzed using the Pearson product moment correlation. The results of the study showed that there was a significant and positive relationship between emotional intelligence and forgiveness. Individuals with higher emotional intelligence tended to have a better ability to let go of negative feelings and forgive their ex-partners. These findings suggest that increased emotional intelligence may contribute to better emotional recovery after a breakup, as well as facilitate a more effective forgiveness process.

Keywords : Emotional Intelligence, Forgiveness, Early Adulthood, Heartbreak

Daftar Isi

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
<i>CURRICULUM VITAE</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
Abstrak	xi
<i>Abstract</i>	xii
Daftar Isi.....	xiii
Daftar Tabel	xvi
Daftar Gambar	xvii
Daftar Lampiran	xviii
BAB I <u>PENDAHULUAN</u>	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	7
B. Tujuan dan Manfaat.....	7
1. Tujuan Penelitian	7
2. Manfaat Penelitian	7
C. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II <u>TINJAUAN PUSTAKA</u>	11
A. <i>Forgiveness</i>	11
1. Pengertian <i>Forgiveness</i>	11
2. Aspek <i>Forgiveness</i>	12
3. Indikator <i>Forgiveness</i>	14
4. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi <i>Forgiveness</i>	14
5. Tahapan <i>Forgiveness</i>	17

B. <i>Emotional Intelligence</i>	18
1. Pengertian <i>Emotional Intelligence</i>	18
2. Dimensi <i>Emotional Intelligence</i>	19
3. Aspek – Aspek <i>Emotional Intelligence</i>	20
4. Indikator <i>Emotional Intelligence</i>	22
5. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Emotional Intelligence</i>	23
C. Kerangka Berfikir.....	24
D. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Populasi Dan Partisipan	27
1. Populasi.....	27
2. Partisipan.....	27
B. Desain Penelitian.....	28
C. Instrumen Pengumpulan Data	28
1. Skala <i>Forgiveness</i>	29
a. Definisi Operasional	29
b. Pengembangan Alat Ukur	29
c. Uji Alat Ukur.....	30
1) Uji Validitas	31
2) Uji Reliabilitas	32
2. Skala <i>Emotional Intelligence</i>	33
a. Definisi Operasional	33
b. Pengembangan Alat Ukur	33
c. Uji alat ukur	35
1) Uji Validitas	36
2) Uji Reliabilitas	39
D. Analisis Data Dan Uji Prasyarat.....	40
1. Uji Prasyarat.....	40
a. Uji Normalitas.....	40
b. Uji linearitas.....	40
2. Analisis Data	41

BAB IV_HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	43
1. Data Demografi.....	43
2. Analisis Deskriptif	44
B. Pembahasan.....	47
BAB V_KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	55

Daftar Tabel

Tabel 1 Skor Item	28
Table 2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Forgiveness</i> Sebelum Uji Coba	30
Tabel 3 Hasil Uji Validitas Skala <i>Forgiveness</i>	31
Tabel 4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Forgiveness</i> Sesudah Uji Coba.....	32
Tabel 5 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Forgiveness</i>	33
Tabel 6 <i>Blue Print</i> Skala <i>Emotional Intelligence</i> Sebelum Uji Coba.....	35
Tabel 7 Hasil Uji Validitas Skala <i>Emotional Intelligence</i>	37
Tabel 8 <i>Blue Print</i> Skala <i>Emotional Intelligence</i> Setelah Uji Coba	38
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Emotional Intelligence</i>	39
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas	40
Tabel 11 Hasil Uji Linieritas.....	41
Tabel 12 Hasil Berdasarkan Usia.....	43
Tabel 13 Hasil Berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 14 Hasil Analisis Deskriptif.....	44
Tabel 15 Hasil Kategori Variabel <i>Forgiveness</i>	45
Tabel 16 Hasil Kategori Variabel <i>Emotional Intelligence</i>	45
Tabel 17 Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	46

Daftar Gambar

Gambar 1 Hasil Survei Awal Skala <i>Forgiveness</i>	4
Gambar 2 Rincian Hasil Survei Awal.....	4
Gambar 3 Kerangka Konseptual.....	26

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Draft Alat Ukur Skala <i>Forgiveness</i>	55
Lampiran 2. Draft Alat Ukur Skala <i>Emotional Intelligence</i>	59
Lampiran 3. Skor Tabulasi Data Skala <i>Forgiveness</i>	65
Lampiran 4. Tabulasi Data Skala <i>Emotional Intelligence</i>	69
Lampiran 5. Uji Diskriminasi Skala <i>Forgiveness</i> Putaran 1	71
Lampiran 6. Uji Diskriminasi Skala <i>Forgiveness</i> Putaran 2	73
Lampiran 7. Uji Diskriminasi Skala <i>Emotional Intelligence</i> Putaran 1	74
Lampiran 8. Uji Diskriminasi Skala <i>Emotional Intelligence</i> Putaran 2	77
Lampiran 9. Uji Asumsi Klasik	79
Lampiran 10. Data Demografi	79
Lampiran 11. Kategori Frekuensi	80
Lampiran 12. Uji Deskriptif	81
Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis	82