

Pengaruh Self Esteem terhadap *Forgiveness* pada Remaja Akhir yang Mengalami Putus Cinta di Karawang

Aditya Fahriansyah¹, Wina Lova Riza², Dinda Aisha³

¹²³Universitas Buana Perjuangan Karawang

ps21.adityafahriansyah@mhs.ubpKarawang.ac.id¹

ABSTRACT

Late adolescence is a developmental phase characterized by increased emotional involvement in romantic relationships. At this stage, romantic relationships often become a source of happiness as well as psychological vulnerability. When such relationships end, many late adolescents experience emotional distress such as deep sadness, disappointment, anger, and feelings of blaming themselves or others. This study aims to determine whether self esteem influences forgiveness in late adolescents who have experienced a romantic breakup. Forgiveness is an effort to reduce negative emotions such as the desire for revenge and the tendency to avoid others, while also encouraging the intention to repair and reestablish relationships in a peaceful manner. This study employed a quantitative method with a causal research design. The sample consisted of 204 late adolescents aged 19–21 years from Karawang Regency. Data were collected using two scales: the Transgression-Related Interpersonal Motivations (TRIM) Inventory developed by McCullough, which has been adapted into Indonesian, and the Rosenberg self esteem Scale (RSES), also adapted into Indonesian. The results of the regression analysis showed that self esteem has a significant effect on forgiveness, with self esteem positively and significantly influencing forgiveness and contributing 24.7% to the variance. This means that late adolescents who have experienced a breakup and possess high levels of positive self esteem are more capable of exhibiting forgiveness.

Keywords: *forgiveness; self esteem; romantic breakup; late adolescence*

ABSTRAK

Masa remaja akhir merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya keterlibatan emosional dalam hubungan romantis. Pada tahap ini, hubungan percintaan sering kali menjadi sumber kebahagiaan sekaligus kerentanan psikologis. Ketika hubungan tersebut berakhir, tidak sedikit remaja akhir yang mengalami tekanan emosional seperti kesedihan mendalam, kekecewaan, kemarahan, hingga perasaan menyalahkan diri sendiri maupun orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah self esteem berpengaruh terhadap *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta. *Forgiveness* merupakan upaya untuk meredam emosi negatif seperti dorongan membalas dendam dan kecenderungan untuk menjauh, sekaligus mendorong keinginan memperbaiki dan menjalin kembali hubungan secara damai. Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain kausalitas. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability* sampling, dengan metode snowball sampling atau bola salju. Jumlah sampel sebanyak 204 remaja akhir yang berusia 19-21 tahun dan berasal dari Kabupaten Karawang. Data dikumpulkan menggunakan dua skala, yaitu *Transgression Related Interpersonal Motivation* (TRIM) Inventory milik McCullough yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia, dan skala Rosenberg *Self Esteem Scale* (RSES) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa self- esteem berpengaruh signifikan terhadap *forgiveness*, *self esteem*

tersebut berpengaruh positif secara signifikan terhadap forgiveness dengan kontribusi sebesar 24,7%. Artinya, jika individu remaja akhir yang mengalami putus cinta memiliki pengaruh self esteem yang positif dengan kategorisasi yang tinggi, maka individu tersebut mampu memiliki *forgiveness*.

Kata kunci: *forgiveness*; self esteem; remaja akhir; putus cinta

PENDAHULUAN

Masa remaja akhir merupakan salah satu tahap perkembangan yang penuh dinamika. Hurlock (dalam Kurnia, dkk. 2024) menjelaskan bahwa karakteristik remaja akhir sebagai periode pencarian identitas diri, di mana individu mulai mempertanyakan nilai-nilai, norma-norma, dan posisi mereka dalam lingkungan sosial yang lebih luas. Menurut Hurlock (dalam Rusuli, 2022) rentang usia remaja akhir (late adolescence) berusia 19 - 21 tahun. Selain itu, Steinberg (dalam Anindyajayati, 2013) juga mengatakan bahwa periode remaja akhir menjadi waktu yang kritis untuk kristalisasi identitas. Remaja akhir dituntut untuk memahami siapa diri mereka sebenarnya dan menentukan posisi atau peran mereka dalam kehidupan.

Menurut Maharani, dkk (2024) remaja akhir merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang memiliki kebutuhan psikologis berupa kebutuhan untuk mencintai dan dicintai. Pada masa ini individu mencoba membangun hubungan dengan lawan jenisnya dan membentuk hubungan intrapersonal yang mendalam dengan individu lawan jenis yang mereka cintai.

Hall (dalam Diananda, 2018) juga menjelaskan bahwa masa remaja akhir adalah masa di mana individu sedang mengalami pergolakan dalam diri mereka yang penuh dengan konflik dan perubahan suasana hati yang di mana pikiran, perasaan, dan tindakan bergerak serta berada diantara kesombongan dan kerendahan hati, kebaikan dan godaan, serta kegembiraan dan kesedihan. Fenomena pergolakan emosi sesuai dengan karakteristik remaja menjadi semakin nyata ketika remaja mengalami putus cinta, karena hubungan yang berakhir dapat memicu ketidakstabilan suasana hati, memperkuat konflik batin, serta memperbesar perasaan kehilangan dan keraguan terhadap diri sendiri.

Stuart (dalam Mawaddah & Prastya, 2023), mengatakan bahwa kondisi kesehatan mental remaja menjadi bagian penting karena mempengaruhi perkembangan psikososial remaja. Selain itu Putus cinta dapat memberikan dampak yang negatif, salah satunya bunuh diri seperti dilansir oleh Wardhani dalam artikel BRIN (2023) dari 2.112 kasus bunuh diri di Indonesia sepanjang tahun 2012 sampai 2023, ada 985 kasus yang terjadi pada remaja atau sekitar 46,63% dari keseluruhan jumlah. Alasan bunuh diri yang paling banyak terjadi adalah karena *romantic problem* (masalah percintaan). Dikutip oleh Kemaludin (dalam Kompasiana, 2022) Berdasarkan data yang didapat dari Komnas Perlindungan Anak (KPAI), sekitar 80% korban bunuh diri di Indonesia adalah remaja. Putus cinta menjadi faktor penyebab bunuh diri di kalangan remaja yang paling tertinggi.

Dibutuhkan sebuah strategi atau cara bagi remaja untuk dapat mempertahankan kesehatan mental mereka agar perkembangan psikososialnya tetap terjaga, terutama ketika remaja mengalami putus cinta. Menurut Coyle &

Enright (dalam Rye & Pargament 2002) *forgiveness* telah terbukti dapat meningkatkan kesehatan mental, seperti menurunkan kecemasan, mengurangi kemarahan, mengurangi depresi, mengurangi rasa duka, serta meningkatkan harapan. Menurut Enright (dalam Zaharcova, dkk., 2021) *Forgiveness* merupakan bagian penting dari sebuah hubungan romantis, setelah disakiti secara tidak adil oleh individu lain, seseorang memaafkan untuk meninggalkan rasa dendam, dan mengembangkan kebaikan hati, belas kasih, atau bahkan cinta moral terhadap pihak yang telah menyakiti kita, serta suatu kebajikan bernilai pada diri individu.

Berdasarkan hasil wawancara pra- penelitian kepada 6 partisipan remaja akhir yang pernah mengalami putus cinta pada september 2025 di Kabupaten Karawang. Mengidentifikasi bahwa responden yang bisa dikatakan tidak memiliki *forgiveness*, hal ini terlihat dari dimensi *forgiveness* McCullough (dalam Agung, 2015). Dimensi *Avoidance* dorongan untuk menjauhi individu yang telah menyakiti, ditandai dengan perilaku menjaga jarak kepada orang yang dinilai menyakiti. Disini responden pada saat mengalami putus cinta ia tidak memblokir social media orang yang menyakitinya. Dimensi *Revenge* dorongan individu untuk membalas perbuatan orang yang menyakiti. Individu dalam keadaan dipenuhi oleh emosi negatif seperti marah dan benci sehingga muncul rasa dendam dan keinginan untuk membalas. Responden memilih untuk membalas dendam pada orang yang menyakitinya dengan cara positif seperti mengevaluasi diri. Dimensi *Benevolence* dimensi ini merupakan dimensi positif dari *forgiveness*. Ditandai dengan adanya dorongan untuk berbuat baik terhadap orang yang menyakitinya, mulai berempati dan berkomunikasi dengan baik. Responden membantu orang yang menyakitinya ketika sedang meminta pertolongan seperti meminta tebangan untuk pulang kerumahnya. *Forgiveness* dapat dipengaruhi oleh *self esteem*, menurut Strelan (dalam Yao, dkk 2016) mereka yang memiliki *self esteem* tinggi lebih cenderung memberikan pengampunan (*Forgiveness*) pada orang lain. *Self- Esteem* memiliki efek positif yang signifikan pada baik pengampunan antarpribadi maupun pengampunan diri, terutama pada pengampunan diriketertarikannya besar terhadap masalah tersebut.

Menurut Yao, dkk (2016) studi ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara *self Esteem*, pengampunan antar individu, dan pengampunan diri. Individu dengan *self esteem* tinggi cenderung mengampuni kesalahan yang dilakukan oleh diri sendiri dan orang lain. Gündüz (dalam Yalcin, dkk. 2017) mengemukakan bahwa harga diri (*Self- Esteem*) merupakan prediktor utama dalam proses pengampunan diri (*Forgiveness*). Individu dengan tingkat harga diri (*Self Esteem*) yang tinggi cenderung memiliki kemampuan pengampunan diri (*Forgiveness*) yang lebih besar. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh pandangan positif individu terhadap dirinya sendiri sebagai pribadi yang bernilai, sehingga mendorong kecenderungan untuk memaafkan diri atas kesalahan yang dilakukan.

Rosenberg (dalam Srisayekti & Setiady, 2015) menjelaskan bahwa *Self Esteem* merupakan pandangan atau sikap seseorang terhadap dirinya sendiri, baik dalam bentuk penilaian positif maupun negatif. Dengan kata lain *Self Esteem* adalah bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri.

Menurut Coopersmith (dalam Istiqomah, 2022), *self Esteem* merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang berkaitan dengan pandangan pribadi terhadap siapa dirinya. Evaluasi ini mencerminkan sejauh mana seseorang menerima atau menolak dirinya sendiri, serta menunjukkan tingkat keyakinannya terhadap kemampuan untuk berhasil, merasa bernilai, dan memiliki arti penting.

Menurut Maslow (dalam Carducci, 2020) *self esteem* termasuk dalam kebutuhan dasar manusia yang disebut sebagai the esteem needs. *Self esteem* dan penghargaan dapat muncul dalam dua bentuk, yaitu dalam diri individu maupun dalam konteks sosial atau kelompok. dalam diri berupa rasa mampu dan unggul, serta dari lingkungan sosial berupa kebutuhan akan pengakuan, status, dan pengaruh.

Self esteem memiliki 2 aspek menurut Rosenberg (dalam Fitri dkk., 2024). yaitu: penerimaan diri, merupakan kemampuan untuk menerima secara menyeluruh segala kondisi yang terdapat dalam diri, termasuk berbagai kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. dan Penghormatan diri, merupakan kebermaknaan nilai individu sebagai suatu aspek yang menekankan tingkat pandangan individu terhadap dirinya sendiri sebagai pribadi yang memiliki nilai.

Berdasarkan pemaparan teori diatas, maka tujuan penelitian ini adalah apakah ada pengaruh self esteem terhadap forgiveness pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Karawang.

TINJAUAN LITERATUR

Yuwanto (dalam Kalsum & Laksimawati, 2023) Putus cinta merupakan suatu kejadian berakhirnya hubungan yang dijalin dengan pasangan. Perasaan putus cinta ini tentunya dapat berdampak pada kesehatan mental remaja. Menurut Lavine (dalam Sugiarto & Soetjningsih, 2021) individu yang mengalami putus cinta merasakan stres, takut, sedih, kecewa, menderita. Merasakan takut, sedih, kecewa, dan menderita membutuhkan strategi untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah dengan baik.

Menurut McCullough (dalam Agung, 2015) *forgiveness* adalah upaya untuk meredakan emosi negatif seperti dorongan membalas dendam dan kecenderungan untuk menjauh, sekaligus mendorong keinginan memperbaiki dan menjalin kembali hubungan secara damai. Menurut Rye., Dkk (dalam Agung, 2015) *forgiveness* merupakan bentuk reaksi terhadap pelaku dengan menghapus emosi negatif—baik dari segi perasaan, pikiran, maupun tindakan dan menggantinya dengan emosi yang positif. Menurut Thompson dan Synnder (dalam Agung, 2015) *forgiveness* ialah proses perubahan emosi, pola pikir, penilaian, dan motivasi terhadap pelaku, dari yang awalnya negatif menjadi netral atau bahkan positif.

Menurut McCullough dkk. (dalam Farhanindya & Rista, 2019) *Forgiveness* memiliki 3 dimensi yaitu : *Avoidance*, dorongan untuk menjauhi individu yang telah menyakiti, ditandai dengan perilaku menjaga jarak kepada orang yang dinilai menyakiti. *Revenge*, dorongan individu untuk membalas perbuatan orang yang menyakiti. Individu dalam keadaan dipenuhi oleh emosi negatif seperti marah dan benci sehingga muncul rasa dendam dan keinginan untuk membalas. dan *Benevolence*, merupakan dimensi positif dari forgiveness. Ditandai dengan adanya

dorongan untuk berbuat baik terhadap orang yang menyakitinya, mulai berempati dan berkomunikasi dengan baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dan menggunakan desain kausalitas. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini Adalah forgiveness (Y), self esteem (X). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja akhir berusia 19-21 tahun, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, dan pernah mengalami putus cinta. Perhitungan sampel menggunakan rumus Cohen dengan Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 204 remaja akhir yang berusia 19 - 21 tahun di Kabupaten Karawang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling*, dengan metode *snowball sampling* atau bola salju sebagaimana didefinisikan oleh Sugiyono (2022) dimulai dengan sampel yang kecil dan diperluas ke porsi yang lebih besar. Skala untuk forgiveness yang digunakan adalah skala Transgression Related Interpersonal Motivation (TRIM) Inventory McCullough, et al., (2006) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Agung (2015) yang diadopsi oleh peneliti. Aitem pada skala ini berjumlah 17 aitem dan memiliki 3 dimensi, yaitu *avoidance*, *revenge*, dan *benevolence*. Contoh aitem dalam skala ini adalah "Saya ingin berdamai dengannya dan bergerak menjalin hubungan yang baik". Skala forgiveness memiliki nilai reliabilitas 0.92 dan nilai validitas 0.51 sampai 0.73. Pada skala ini menggunakan skala likert 1-5, dengan skor 1 adalah Sangat Tidak Setuju (STS), skor 2 adalah Tidak Setuju (TS), skor 3 adalah Netral, skor 4 adalah Setuju (S), skor 5 adalah Sangat Setuju (SS).

Skala untuk *self esteem* yang digunakan adalah skala *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Maroqi (2018) yang diadopsi oleh peneliti. Aitem pada skala ini berjumlah 10 aitem dan memiliki 2 aspek, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Contoh aitem dalam skala ini adalah "Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya sendiri" Skala self esteem memiliki nilai reliabilitas 0.91 dan nilai validitas 0.52 sampai 0.79. Pada skala ini menggunakan skala likert 1-4, dengan skor 1 adalah Sangat Tidak Setuju (STS), skor 2 adalah Tidak Setuju (TS), skor 3 adalah Setuju (S), skor 4 adalah Sangat Setuju (SS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Data Demografi

Demografi		Frekuensi	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	113	55,39
	Perempuan	91	44,61
Usia	19	37	18,41
	20	65	31,86
	21	102	50,00
Pendidikan	SMP	80	39,22
	SMA/SMK	120	58,82

	SARJANA	4	1,96
Durasi pernah	1x	28	13,73
menjalin			
hubungan	2x	87	42,65
yang romantic	3x	54	26,47
	4x	21	10,29
	>5x	14	6,86
Sedang	Iya	149	73,04
menjalankan	Tidak	55	26,96
hubungan			
romantic			

Partisipan dalam penelitian ini adalah 204 remaja akhir yang pernah mengalami putus cinta dengan usia kronologis 19 hingga 21 tahun, berjenis kelamin laki-laki & perempuan yang berdomisili di Karawang, dan pernah menjalin hubungan yang romantis. Pada penelitian ini juga terdapat 113 partisipan berjenis kelamin laki-laki (55,39 %), dan 91 partisipan berjenis kelamin perempuan (44,61%). 37 partisipan berusia 19 tahun (18,41 %), 65 partisipan berusia 20 tahun (31,86 %), dan 102 partisipan berusia 21 tahun (50 %). 80 partisipan menempuh pendidikan SMP (39,22 %), 120 partisipan menempuh pendidikan SMA/SMK (58,82 %), 4 partisipan menempuh pendidikan di jenjang Universitas (1,96 %). Selain itu, 28 Partisipan pernah menjalin hubungan yang romantis sebanyak satu kali (13,73 %), 87 Partisipan pernah menjalin hubungan yang romantis sebanyak dua kali (42,65 %), 54 Partisipan pernah menjalin hubungan yang romantis sebanyak tiga kali (26,47 %), 21 Partisipan pernah menjalin hubungan yang romantis sebanyak empat kali (10,29 %), 14 Partisipan pernah menjalin hubungan yang romantis sebanyak lebih dari lima kali (6,86 %), 28 Partisipan pernah menjalin hubungan yang romantis sebanyak satu kali (13,73 %). 149 Partisipan sedang menjalani hubungan yang romantis (73,04 %), 55 Partisipan sedang menjalani hubungan yang romantis (26,96 %).

Tabel 2 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		204
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.66985907
Most Extreme Differences	Absolute	.034

	Positive	.026
	Negative	-.034
Test Statistic		.034
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200c,d

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada variabel *self esteem* dan *forgiveness* berdistribusi normal. Uji normalitas yang digunakan adalah uji kolmogorov-smirnov. Dataset yang digunakan berdistribusi normal jika tingkat sig. lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Berdasarkan pada tabel diatas diketahui bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) nya adalah 0,200 dengan demikian berarti nilai signifikansi data tersebut berada diatas nilai 0,05, sehingga dapat dinyatakan data tersebut berdistribusi normal.

Tabel 3 Uji Linieritas

ANOVA Table

Linearity	8945.339 1 .000	8945.339 62.430
Deviation from Linearity	6651.787 21 .003	316.752 2.211
Within Groups	25934.85 181 5	143.286
Total	41531.98 203 0	

Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan *sig. deviation from linierity*. jika nilai linearity Sig. < 0.05 berarti data tersebut linear. Namun jika hasil linearity sik > 0.05 berarti data tersebut tidak linear. Berdasarkan hasil diatas menunjukan bahwa variabe *self esteem* dan *forgiveness* memiliki nilai signifikansi $0,00 < 0,05$, maka dapat disimpulkan antar variabel terdapat linieritas antara *forgiveness* (Y) dan *self esteem* (X).

Tabel 4 Uji Hipotesis

Coefficients ^a						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	19.958	1.105		18.055	.000

	Var_X	.176	.020	.497	8.800	.000
--	-------	------	------	------	-------	------

Uji hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji regresi linear sederhana. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana pada tabel 4 nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh signifikan *self esteem* terhadap *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Kabupaten Karawang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gündüz (dalam Yalcin, dkk. 2017) yang mengemukakan bahwa harga diri (*Self- Esteem*) merupakan prediktor utama dalam proses pengampunan diri (*Forgiveness*).

Pada konstanta *forgiveness* terindikasi dengan nilai 19.958 apabila tidak ada kontribusi *self esteem*. Sedangkan koefisien regresi variabel *self esteem* adalah 0.176 yang berarti apabila ada peningkatan 1 satuan pada variabel *forgiveness* maka terjadi peningkatan sebesar 0.176. Nilai koefisien positif mengartikan bahwa terdapat kontribusi positif antara variabel *self esteem* terhadap variabel *forgiveness*. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yao, dkk (2016) Studi ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara *self esteem*, pengampunan antar individu, dan pengampunan diri.

Tabel 5 Uji Koefisien Determinasi

Model Summary

	Std. Error of the Model	R		R Square Adjusted R Square Estimate
1	.497a	.247	.244	4.45397

Hasil uji koefisien determinasi pada tabel 5 menunjukkan nilai 0,247 pada kolom *R Square*, maka dapat terlihat besaran pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Dari hasil di atas maka dapat disimpulkan pengaruh *self esteem* secara bersama-sama sebesar 0,247 atau 24,7% terhadap *forgoviness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Kabupaten Karawang, selebihnya 75,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 6 Uji Kategorisasi

Variabel	Valid	Frekuensi	%
<i>Forgiven</i>	Rendah	45	22
	Tinggi	159	78
<i>Sel-</i>	Rendah	75	37

	Tinggi	128	63
--	--------	-----	----

Tabel di atas menunjukkan hasil kategorisasi diketahui bahwa sebagian besar *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Kabupaten Karawang pada kategori tinggi sebanyak 159 orang dengan persentase 78%, remaja akhir yang mengalami putus cinta di Kabupaten Karawang sebagian besar mampu memiliki *forgiveness*. Artinya, jika individu remaja akhir yang mengalami putus cinta memiliki *self-esteem* yang tinggi dan positif, maka individu tersebut dapat memiliki *forgiveness*.

Pada hasil uji kategorisasi *self-esteem* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Kabupaten Karawang menunjukkan pada kategori tinggi sebanyak 128 orang dengan persentase 63%, artinya remaja akhir yang mengalami putus cinta di Kabupaten Karawang memiliki *self-esteem* yang tinggi. menurut Strelan (dalam Yao, dkk 2016) mereka yang memiliki *self-esteem* tinggi lebih cenderung memberikan pengampunan (*Forgiveness*) pada orang lain. *Self-esteem* memiliki efek positif yang signifikan pada baik pengampunan antar pribadi maupun pengampunan diri, terutama pada pengampunan diri ketertarikan besar terhadap masalah tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* berpengaruh secara signifikan terhadap *forgiveness* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Kabupaten Karawang. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki individu, maka semakin besar kecenderungan individu tersebut untuk memberikan pengampunan (*forgiveness*), baik kepada diri sendiri maupun kepada orang lain. karena individu dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung memiliki pandangan positif terhadap dirinya, sehingga lebih mampu mengelola emosi negatif dan lebih terbuka untuk memaafkan. Hal ini memperkuat pemahaman bahwa *self-esteem* berperan sebagai kekuatan psikologis yang mendorong pemulihan emosional setelah mengalami peristiwa emosional seperti putus cinta. Penelitian selanjutnya, disarankan menambahkan variabel *intervening* yang berkaitan dengan strategi psikologis dalam menghadapi putus cinta, guna memperjelas hubungan antara *self-esteem* dan *forgiveness* serta memperdalam pemahaman proses psikologis remaja akhir dalam konteks tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, I. M. (2015). Pengembangan dan Validasi Pengukuran Skala Pemaafan TRIM-18. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 11(Desember), 79–87.
- Anindyajati, P. D. (2013). Status Identitas Remaja Akhir: Hubungannya dengan Gaya Pengasuhan Orang Tua dan Tingkat Kenakalan Remaja. *Character*, 01(02), 1–6.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi (Edisi Ke II) (II)*. Pustaka Pelajar.
- BRIN. (2023). *BRIN Bahas Kondisi Kesehatan Jiwa Remaja Indonesia dari Aspek Psikososial*. BRIN (Badan Riset dan Inovasi Nasional).

<https://www.brin.go.id/news/116807/brin-bahas-kondisi-kesehatan-jiwa-remaja-indonesia-dari-aspek-psikososial>

- Carducci, Bernardo J., Nave, Christopher S., Fabio, Annamaria Di., Donald H., Saklofske, C. S. (2020). *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Wiley.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Farhanindya, H. H., & Rista, K. (2019). *Dimensi Forgiveness Individu yang Bercerai. Seminar Nasional Multidisiplin*, 272–278.
- Istiqomah, P. A., & Hariyadi, S. (2022). Hubungan antara Self Esteem dengan Perilaku Asertif pada Mahasiswa yang Aktif Dalam Organisasi. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 11(1)
- Kalsum, S., & Laksmiwati, H. (2023). Resiliensi pada Dewasa Awal Pasca Putus Cinta Resilience in Early Adulthood After A Breakup. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 641–663.
- Kemaluddin Naufal, M. (2022). Putus Cinta Menjadi Faktor Bunuh Diri di Kalangan Remaja. *Kompasiana.com*. <https://www.kompasiana.com/kemalnaufal/62998ce8d263456bb36c02f2/putus-cinta-menjadi-faktor-bunuh-diri-di-kalangan-remaja?page=all#section1>
- Mahesti, Ni Putu Ridha Eka., and I Made Rustika. (n.d.). “Peran Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Sedang Menyusun Skripsi.” *Jurnal Psikologi Konseling*, 18(Juni), 833–843.
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Mawaddah Nurul, P. A. (2023). Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Remaja melalui Stimulasi Perkembangan Psikososial pada Remaja (Improving Adolescent Mental Health Through Stimulation of Psychosocial Development in Adolescents). *DEDIKASI SAINTTEK: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 115–125.
- Rusuli, I. (2022). Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson dengan Konsep Islam. *Jurnal As-Salam*, 6(1), 75–89. <https://doi.org/10.37249/assalam.v6i1.384>
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 141. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>.
- Sugiarto Jovina Amanda, S. C. H. (2021). *Dukungan Sosial Orang Tua dan Psychological Well Being Pasca Putus Cinta*
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*.

- Yalçın, B., Kavaklı, M., & Kesici, Ş. (2017). The Predictive Power of Undergraduates' Personality Traits and Self-Esteem Regarding Their Forgiveness. *Journal of Education and Practice*, 8(18), 13–20.
- Yao, S., Chen, J., Yu, X., & Sang, J. (2017). Mediator Roles of Interpersonal Forgiveness and Self- Forgiveness between Self-Esteem and Subjective Well-Being. *Current Psychology*, 36(3), 585–592. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9447-x>