

**KEPUASAN PERNIKAHAN DITINJAU DARI PEMAAFAN PADA
PASANGAN YANG SUDAH MENIKAH DIATAS 10 TAHUN**

SKRIPSI

Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Mendapatkan

Derajat Sarjana Psikologi

Program Studi Ilmu Psikologi



OLEH :

SRI PERMATA SARI

158110156

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

2019

LEMBAR PENGESAHAN

**KEPUASAN PERNIKAHAN DITINJAU DARI PEMAAFAN PADA
PASANGAN YANG SUDAH MENIKAH DIATAS 10 TAHUN**

SRI PERMATA SARI

158110156

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Pada Tanggal

31 Desember 2019

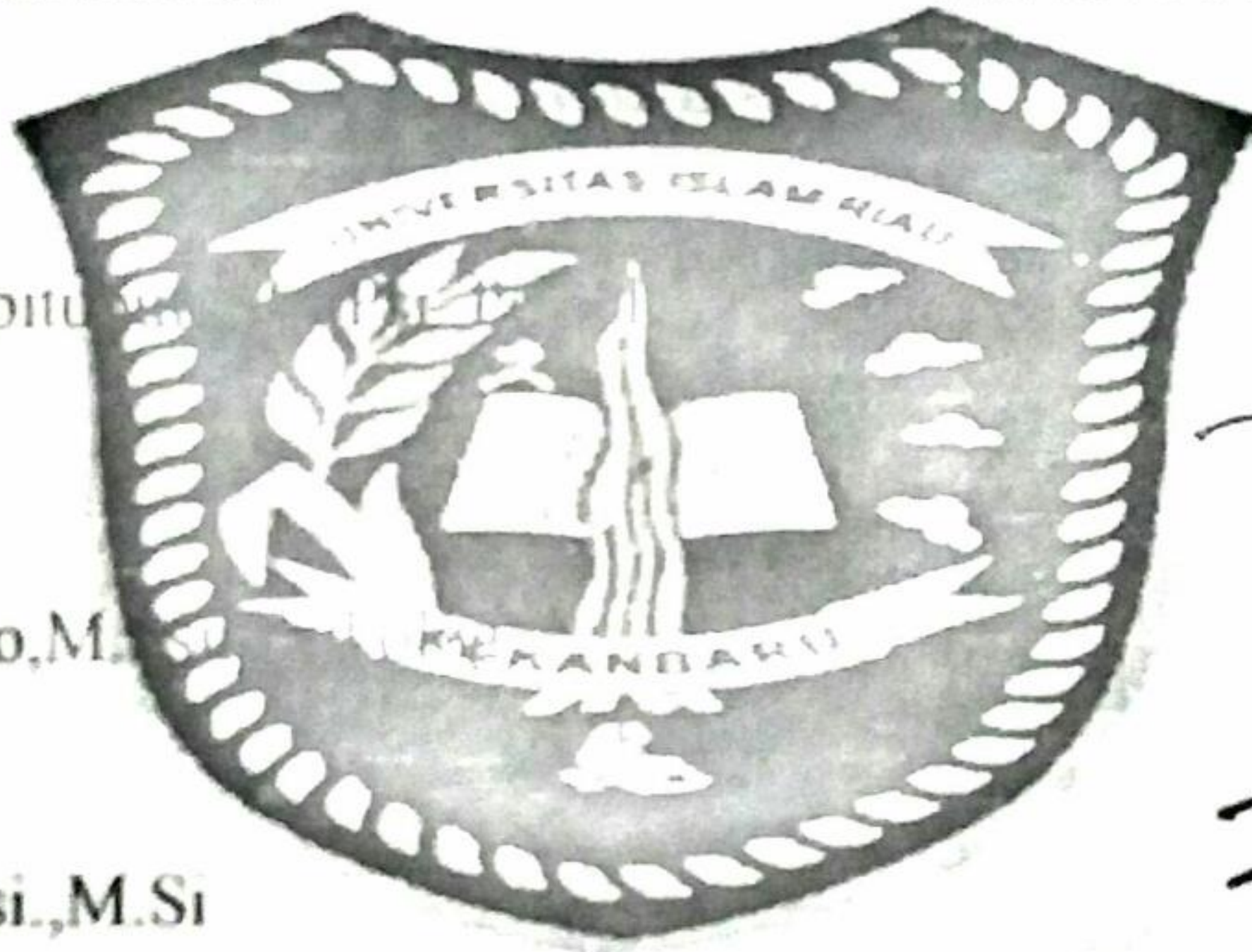
DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Lisfarika Napitu

Sigit Nugroho, M. Si

Dr. Fikri, S. Psi., M. Si



Three handwritten signatures on horizontal lines, corresponding to the members of the examination board.

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Sarjana Psikologi**

Pekanbaru, 31 Desember 2019

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

(Yanwar Arief, M. Psi., Psikolog)

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sri Permata Sari

Npm : 158110156

Judul Skripsi : Kepuasan Pernikahan Ditinjau dari Pemaafan pada Pasangan yang Sudah Menikah diatas 10 tahun

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia gelar kesarjanaan saya dicabut.

Pekanbaru, 31 Desember 2019

Yang Menyatakan,

Sri Permata Sari

158110156

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Sujud syukur kupersembahkan kepada mu ya Rabb

Atas takdirmu telah engkau jadikan aku manusia yang senantiasa berfikir

Berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani kehidupan ini.

Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih kesuksesanku.

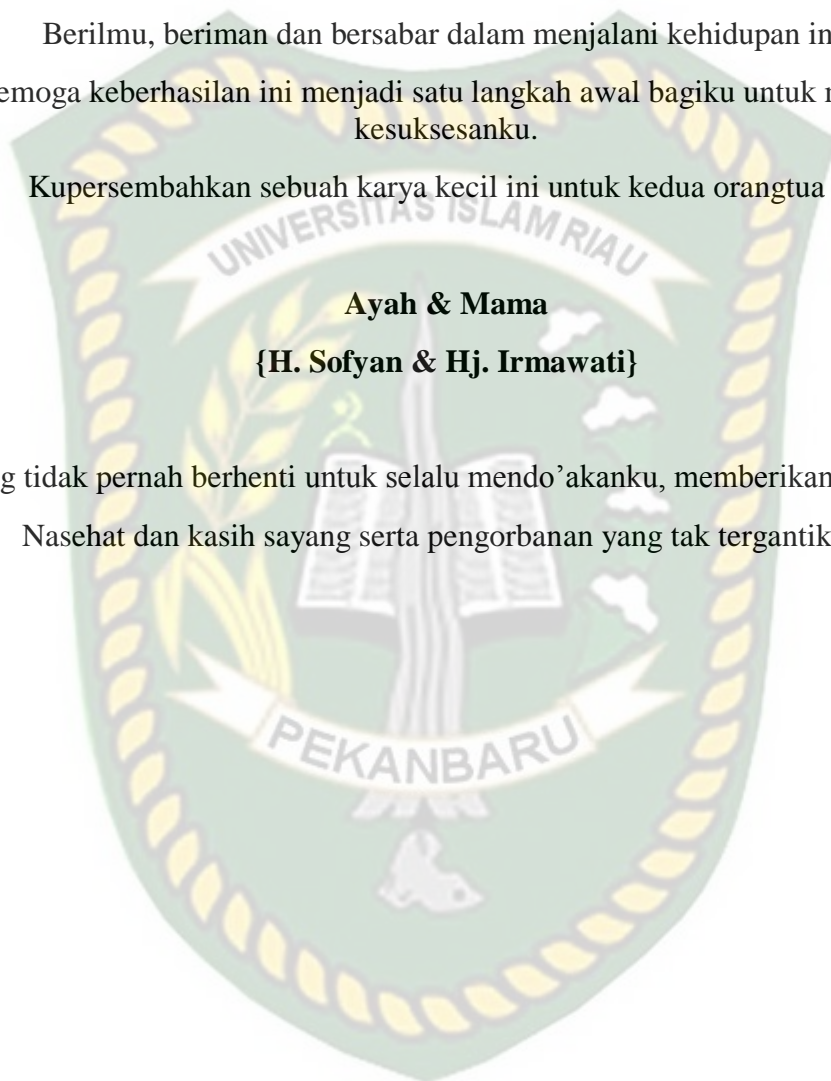
Kupersembahkan sebuah karya kecil ini untuk kedua orangtua ku

Ayah & Mama

{H. Sofyan & Hj. Irmawati}

Yang tidak pernah berhenti untuk selalu mendo'akanku, memberikan support,

Nasehat dan kasih sayang serta pengorbanan yang tak tergantikan.



MOTTO

Teruslah Berusaha

Sampai mereka yang tidak tahu kisah mu hanya bisa berkata :

“Betapa Beruntungnya Dia”

Ketika

“Penilaian Allah Sudah Menjadi Tujuanmu

Maka Apapun yang Mencoba Melemahkanmu

Kamu Akan tetap kuat dan baik-baik saja”

“Tidak ada Sesuatu yang Datang Terlambat

Hanya saja Allah Memiliknkan Baginya Waktu yang Tepat”

“Perubahan Tidak akan Pernah Terjadi

Jika Kita Terus Menunggu Waktu atau Orang yang Tepat

Kita adalah Perubahan itu Sendiri”

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu'alaikum, wr.wb

Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, yang senantiasa memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis dan atas izin-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Kepuasan Pernikahan Ditinjau dari Pemaafan Pada Pasangan yang Sudah Menikah Diatas 10 Tahun”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi, SH.,MCL selaku Rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi.,Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
3. Bapak Dr. Fikri,S.Psi.,M.Si selaku dosen penguji sekaligus wakil dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi.,Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

5. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi.,Psikolog selaku dosen pembimbing 1 dan selaku Wakil Dekan III Fakultas Universitas Islam Riau.
6. Bapak Sigit Nugroho, M.Psi.,Psikolog selaku dosen pembimbing II.
7. Ibu Yulia Herawati, S.Psi., MA selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
8. Bapak Ahmad Hidayat, S.Ti, M.Psi.,Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Universitas Islam Riau.
9. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau : Ibu Syarifah Farradinna.,S.Psi.,M.A, Ibu dr. Rayhanatu Bin Qolbi, Ibu Juliarni Siregar, M.Psi.,Psikolog, Ibu Tengku Nila Fadhlia, M.Psi.,Psikolog, Ibu Icha Herawati, S.Psi.,M.Soc.,S.C, Ibu Irfani Rizal, S.Psi.,M.Psi, Bapak Tukiman Khateni.,S.Ag.,M.Si.,Ph.D, Bapak Didik Widianoro, M.Psi.,Psikolog. Terimakasih atas dukungannya yang sangat bermanfaat bagi penulis, serta telah memberikan ilmu dan berbagai pengalaman selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
10. Segenap pengurus Tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Ibu Sukmanetty, SE, Bapak Zul Effendi, SE, Ibu Hj. Sovia Endang, Ibu Hj. Nurbaiti, Ibu Eka Mailina Sari, SE, Ibu Liza Fahrani, S.Psi, Bapak Wan Rahmad Maulana, SE, Bapak Ridho Lesmana, ST, beserta segenap staf yang telah membantu dalam berbagai urusan administrasi selama proses penyelesaian skripsi ini.
11. Terima kasih kepada kedua orang tua penulis, untuk Ayah & Mama (H. Sofyan,Amd,Kep & Hj. Irmawati) yang telah memberikan dukungan, do'a dan motivasi utama bagi penulis untuk dapat segera menyelesaikan skripsi ini, serta keluarga yang lainnya, adik (Aldi Sitorus), adik (Sofia

Kirana Diva), Kakek, Nenek, Oom, Ibu, dan seluruh kerabat yang selalu mendoakan penulis.

12. Terima kasih kepada Kakak kandung penulis (dr. Hj.Sri wahyuni), yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mendampingi penulis mulai dari penyebaran skala *try out* hingga melakukan penelitian.
13. Terima kasih kepada teman saya Vivin Dewi Safitri, S.Psi, Siska Wulandari, S.Psi, Widiya Lumban Gaol, S.Psi, Ramoti Siska,S.Psi, yang menjadi teman seperjuangan dalam menyelesaikan skripsi yang turut membantu dalam proses pengerjaan skripsi ini, serta tak hentinya untuk memberikan support dan dukungan kepada penulis.
14. Terima kasih kepada teman-teman seangkatan dan adik tingkat Fakultas Psikologi yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang turut membantu dan memberikan support kepada penulis.
15. Kepada semua pihak yang telah bersedia membantu selama proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis ucapkan terima kasih atas bantuan, dukungan, dan motivasinya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi banyak orang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran ang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Pekanbaru, 31 Desember 2019

Sri Permata Sari

DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian	11
1. Manfaat Teoritis	11
2. Manfaat Praktis	11

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Kepuasan Pernikahan.....	13
1. Definisi Pernikahan.....	13
2. Definisi Kepuasan Pernikahan	17
3. Kriteria Kepuasan Pernikahan.....	19
4. Aspek-aspek Kepuasan Pernikahan	21
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan	26
B. Pemaafan.....	27
1. Definisi Pemaafan	27
2. Aspek-aspek Pemaafan	31
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan	33
4. Proses Pemaafan.....	35
5. Konsep Pemaafan.....	36
6. Manfaat Pemaafan.....	37
7. Upaya Peningkatan Pemaafan.....	39
C. Hubungan antara Kepuasan Pernikahan ditinjau dari Pemaafan	41
D. Hipotesis	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Identifikasi Variabel Penelitian	44
B. Definisi Operasional Variabel.....	44
1. Kepuasan Pernikahan	45
2. Pemaafan	45
C. Subjek Penelitian.....	46
1. Populasi	46

2. Sampel	47
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	47
D. Teknik Pengumpulan Data	48
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Pengumpulan Data	52
1. Validitas Alat Ukur	52
2. Reliabilitas Alat Ukur	53
F. Persiapan Alat Ukur Penelitian	54
G. Metode Analisis Data	57
1. Uji Normalitas.....	57
2. Uji Linieritas	58
3. Uji Hipotesis.....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	60
A. Orientasi Kancan Penelitian	60
B. Pelaksanaan Penelitian	60
C. Hasil Analisis Data	60
1. Hasil Uji Deskriptif.....	61
2. Hasil Uji Asumsi.....	64
3. Hasil Uji Hipotesis	66
D. Pembahasan.....	68
BAB V PENUTUP.....	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76

DAFTAR TABEL

HALAMAN

Tabel 3.1 <i>Blue-Print</i> Skala Kepuasan Pernikahan Sebelum <i>Try Out</i>	49
Tabel 3.2 <i>Blue-Print</i> Skala Pemaafan Sebelum <i>Try Out</i>	52
Tabel 3.3 <i>Blue-Print</i> Skala Kepuasan Pernikahan Setelah <i>Try Out</i>	55
Tabel 3.4 <i>Blue-Print</i> Skala Pemaafan Setelah <i>Try Out</i>	57
Tabel 3.5 Interpretasi Tingkat Hubungan untuk Koefisien Korelasi	59
Tabel 4.1 Deskriptif Hasil Penelitian.....	61
Tabel 4.2 Skor Tingkat Kepuasan Pernikahan	63
Tabel 4.3 Skor Tingkat Pemaafan	63
Tabel 4.4 Hasil Uji Asumsi Normalitas	65
Tabel 4.5 Hasil Uji Linieritas	66
Tabel 4.6 Uji Hipotesis.....	67
Tabel 4.7 Uji Determinasi.....	68

DAFTAR LAMPIRAN

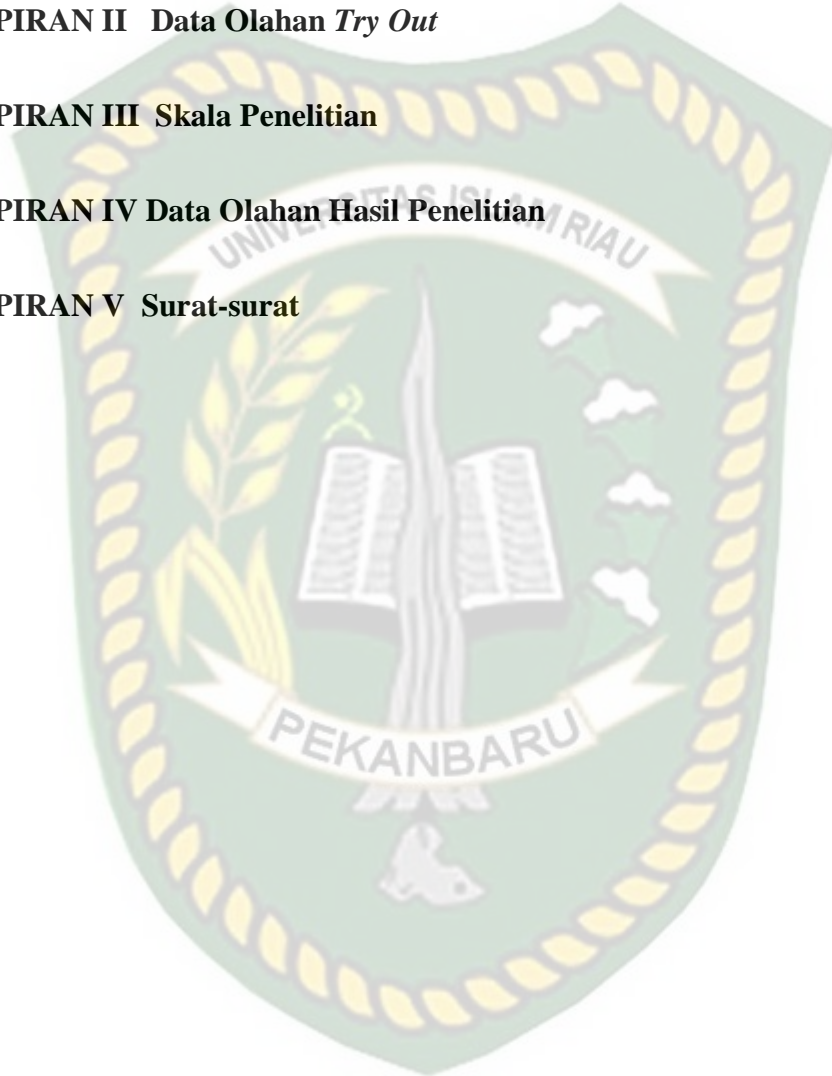
LAMPIRAN I *Skala Try Out*

LAMPIRAN II *Data Olahan Try Out*

LAMPIRAN III *Skala Penelitian*

LAMPIRAN IV *Data Olahan Hasil Penelitian*

LAMPIRAN V *Surat-surat*



**KEPUASAN PERNIKAHAN DITINJAU DARI PEMAAFAN PADA
PASANGAN YANG SUDAH MENIKAH DIATAS 10 TAHUN**

Sri Permata Sari

158110156

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Saat ini pernikahan menjadi sorotan penting dalam kehidupan masyarakat, karena ikatan pernikahan sangat menentukan masa depan. Pernikahan yang gagal akan menimbulkan dampak bagi orang-orang sekitar terutama terhadap anak maupun terhadap diri individu tersebut, untuk menghindari hal tersebut terjadi perlu adanya pemaafan bagi setiap pasangan. Tujuan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan pada pasangan yang sudah menikah diatas 10 tahun. Sampel penelitian ini wanita yang tinggal di Desa Bangko Mukti, Kab. Rokan Hilir terdiri dari 123 orang. Alat ukur yang digunakan yakni skala kepuasan pernikahan oleh Olson dan Olson (2000) yang diadaptasi oleh Lestari (2012) dan skala pemaafan yang dikembangkan oleh Michael E. McCullough (1997). Teknik analisis datanya yaitu Korelasi Product Moment. Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan. Hasil ini menunjukkan semakin tinggi tingkat pemaafan maka semakin tinggi pula kepuasan pernikahan dan sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah pula kepuasan pernikahan. Adapun sumbangan efektif kepuasan pernikahan dengan pemaafan sebesar 28,1%.

Kata kunci : *Keputusan Pernikahan dan Pemaafan*

**MARRIAGE SATISFACTION REVIEWED FROM FORGIVENESS AT A
MARRIED COUPLE ABOVE 10 YEARS**

Sri Permata Sari

158110156

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

Abstract

This study aims to determine whether there is a relationship between marital satisfaction with forgiveness in married couples over 10 years. The method used in this research is quantitative method. The sample of this study was 123 women (wives) who lived in Bangko Mukti Village, Rokan Hilir Regency. The measuring instrument used was the scale of marriage satisfaction by Lestari (2012) and then modified by researchers. This scale consists of 40 items arranged with a Likert scale model, then the second scale is the forgiveness scale, this scale uses Transgression-Related Interpersonal motivations (TRIM-18). Transgression-Related Interpersonal motivations (TRIM-18) is a scale developed by Michael E. McCullough. This scale consists of 40 items arranged with a Likert scale model. The results of this study indicate that there is a relationship between marital satisfaction with forgiveness. These results indicate the higher the level of forgiveness the higher the marriage satisfaction and conversely the lower the forgiveness the lower the marriage satisfaction. The relationship between these two variables shows that forgiveness can be used to predict the emergence of marital satisfaction among married couples.

Keywords : *Marriage Satisfaction and Forgiveness.*

القناعة بالزواج من منظور التعافي عند الأزواج الذين قد تزوجوا فوق عشر سنوات

سري برماتا ساري

158110156

كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الريوية

ملخص

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين القناعة بالزواج والتعافي لدى الأزواج الذين تزوجوا أكثر من 10 سنوات. والطريقة المستخدمة في هذا البحث هي الطريقة الكمية. وكانت عينة هذه الدراسة 123 امرأة (زوجات) يسكن في قرية بانكو موكتي، روكان هيلير. وكانت أداة القياس المستخدمة مقياس القناعة بالزواج الذي أعدته لستاري (2012) ثم تم تعديلها من قبل الباحثة. يتكون هذا المقياس من 40 عنصراً مرتباً بنموذج مقياس ليكرت، ثم المقياس الثاني هو مقياس التعافي، ويستخدم هذا المقياس *Transgression-Related Interpersonal motivations* (TRIM-18) هو مقياس قام بتطويره Michael E. McCullough حيث يتكون هذا المقياس من 40 عنصراً مرتبة بنموذج مقياس ليكرت. تشير نتائج هذه الدراسة إلى وجود العلاقة بين القناعة بالزواج والتعافي. تشير هذه النتائج إلى أنه كلما ارتفع مستوى التعافي، ارتفع مستوى القناعة بالزواج، وعلى العكس من ذلك كلما انخفض مستوى التعافي، انخفض مستوى القناعة بالزواج. توضح العلاقة بين هذين المتغيرين أنه يمكن استخدام التعافي للتنبؤ بظهور القناعة بالزواج بين الأزواج.

الكلمات المفتاحية: القناعة بالزواج والتعافي.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menikah merupakan impian banyak orang sebagai salah satu sarana mencapai kebahagiaan, karena dengan menikah ada banyak manfaat yang diperoleh, antara lain meningkatkan keimanan, memiliki keturunan, memperoleh dukungan sosial, serta memperoleh ketentraman dan kesejahteraan. Menikah bukan hanya sebagai upaya mewujudkan impian dan tanggung jawab sosial kepada masyarakat dalam memberikan kontribusi yang positif untuk mewujudkan kesejahteraan, melainkan juga sebagai sebuah ibadah dan menaati perintah agama. Sebagai bagian penting dalam fase kehidupan, pernikahan dan keluarga perlu mendapat perhatian penting. Oleh karena itu, menikah membutuhkan pengetahuan dan keterampilan yang cukup agar bisa mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan, (Iqbal, 2018).

Pernikahan adalah suatu proses menyatukan antara dua insan yang memiliki komitmen pada hubungan mereka dengan berbagai alasan, seperti kebutuhan personal, tuntutan agama, maupun tuntutan sosial. Proses ini terjadi secara menyeluruh dan berkelanjutan, mulai dari penyatuan karakter kepribadian antar pasangan, prinsip kebiasaan, agama, kepercayaan, bahkan keluarga. Manusia merupakan makhluk sosial yang senantiasa melakukan interaksi dengan manusia lainnya. Pernikahan merupakan salah satu bentuk interaksi antar manusia, (Iqbal, 2018).

Saat ini pernikahan menjadi sorotan penting dalam kehidupan masyarakat karena ikatan pernikahan sangat menentukan masa depan bangsa. Pernikahan yang gagal akan menimbulkan dampak besar dalam kehidupan masyarakat. Pertama, berdampak pada anak-anak, antara lain terjadi kenakalan remaja, bunuh diri, dan penyalahgunaan narkoba. Kedua, meningkatkan angka kemiskinan karena pertimbangan dan perencanaan ekonomi yang minim (kurang) dalam rumah tangga. Ketiga, kualitas sumber daya manusia (SDM) yang lemah karena ketidakmampuan orangtua dalam mendidik dan mengasuh anak, (Iqbal, 2018).

Pernikahan memiliki dinamika dan romantika. Kadang suami istri mendapati rumah tangganya berjalan dengan mulus, kerikil yang ada dapat dilewati bersama, dan keduanya merasa bahagia dalam kebersamaan mereka. Disisi lain, suami istri kadang berselisih paham, yang disertai dengan kemarahan, kekesalan, dan juga kekecewaan. Namun disisi lain juga mereka merasa bosan dan jenuh dalam menjalani rutinitas kehidupan berumah tangga. Semua ini manusiawi dan wajar, selama tidak membuat hati keduanya saling menjauh (Gymnastiar, 2006).

Seseorang yang menjalani kehidupan pernikahan menginginkan kebahagiaan dalam pernikahannya dan kepuasan dalam pernikahannya (Lestari, 2014). Seperti mendapat kepuasan dalam memenuhi kebutuhan materil, seksual dan psikologis. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya kepuasan dalam pernikahan untuk menciptakan kebahagiaan secara keseluruhan dalam kehidupan rumah tangga.

Pentingnya kepuasan pernikahan ini juga dipertegas oleh Lavenson dan kawan-kawan (dalam Lavenson dkk, 1994) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan bisa mempengaruhi kesehatan mental dan fisik. Dengan kata lain, pasangan dari pernikahan yang puas memiliki tingkat kesehatan mental dan fisik lebih baik dari pasangan yang merasa puas dengan pernikahannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Carandang & Guda (2015) menunjukkan bahwa komponen terpenting dalam kepuasan pernikahan adalah cinta, keintiman, komitmen dan hasrat juga merupakan hal yang positif dalam kepuasan pernikahan. Apabila ketiga hal tersebut dapat dikombinasikan dengan baik maka kepuasan dalam pernikahan pun juga akan didapatkan oleh suami/istri.

Kepuasan pernikahan merupakan suatu perasaan positif yang dirasakan seseorang terkait dengan kehidupan pernikahannya. Kepuasan pernikahan merupakan salah satu indikator yang menentukan keharmonisan suatu keluarga serta menjadi dambaan setiap pasangan suami istri. Meskipun demikian untuk mewujudkan kepuasan pernikahan dalam pernikahan merupakan usaha yang tidak mudah karena terbentuknya kepuasan pernikahan merupakan sebuah proses panjang dan melalui penyesuaian yang kompleks.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Larson dan Holman (dalam Rosen-Grandon, Myers, & Hattie, 2004) bahwa pernikahan dinyatakan sebagai hubungan yang paling penting dan mendasar karena pernikahan

menyediakan struktur utama untuk membangun suatu keluarga dan meneruskan generasi berikutnya. Namun, pernikahan bukan semata-mata menyatukan seorang pria dan wanita dibawah satu atap, namun lebih dari itu. Pasangan yang dapat mencapai kepuasan pernikahan memiliki kemampuan dalam relasi personal yang penuh kasih sayang dan menyenangkan, kebersamaan dan persatuan dalam keluarga, mampu melaksanakan peran sebagai orangtua dengan baik, mampu menerima konflik dan memecahkan konflik, serta memiliki kepribadian yang sesuai. Namun pada kenyataannya, tidak setiap pasangan dapat mencapai kepuasan pernikahan. Kepuasan pernikahan yang terus menurun akan menyebabkan pasangan tidak harmonis, sering bertengkar, bahkan mengakibatkan kekerasan dalam rumah tangga dan juga perceraian.

Kepuasan pernikahan merupakan proses kompleks yang berlangsung sepanjang waktu, dan dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti pendidikan, status sosial-ekonomi, cinta, komitmen, komunikasi, konflik, gender, lama pernikahan relasi seksual, dan pembagian tugas rumah tangga (Pimentel, 2000).

Menurut Goode (dalam Krista, 2007) pernikahan yang memuaskan adalah pernikahan yang bahagia dan diharapkan akan menghasilkan anak-anak yang mempunyai watak yang baik karena diasumsikan anak-anak tersebut mendapatkan curahan kasih sayang dan pengalaman-pengalaman yang menyenangkan dari kehidupan pernikahan kedua orang tuanya. Kepuasan pernikahan menjadi topik menarik untuk dikaji dalam

memahami kehidupan pernikahan. Permasalahan yang terjadi dalam suatu pernikahan tentu saja akan mempengaruhi bagaimana mereka mampu mencapai suatu kebahagiaan dalam kehidupan pernikahannya.

Problem-problem pernikahan menurut Davidoff (dalam Desmita, 2009) muncul disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya : (1) pasangan gagal mempertemukan dan menyesuaikan kebutuhan dan harapan satu sama lain, (2) salah satu pasangan mengalami kesulitan menerima perbedaan-perbedaan nyata dalam kebiasaan kebutuhan, pendapat, kerugian, dan nilai. Problem yang paling mencolok adalah masalah keuangan dan masalah anak-anak, (3) adanya perasaan cemburu dan perasaan memiliki yang berlebihan, membuat masing-masing merasa kurang mendapat kebebasan, (4) pembagian tugas dan wewenang yang tidak adil, (5) kegagalan dalam berkomunikasi, dan (6) masing-masing pasangan tumbuh dan berkembang kearah yang berbeda, tidak sejalan mencari minat dan tujuan-tujuan sendiri. Olson (2011) berpendapat bahwa salah satu kekuatan hubungan jangka panjang adalah kepuasan pasangan yang timbal balik. Sementara ketidakpuasan dalam pernikahan menjadi salah satu penyebab pengambilan keputusan untuk bercerai.

Setelah memasuki kehidupan pernikahan, ada beberapa periode dan fase-fase yang akan dilalui oleh setiap pasangan suami istri. Periode-periode tersebut antara lain; periode awal, periode pertengahan, dan periode matang (Walgito, 2000). Sedangkan fase-fase dalam pernikahan antara lain: fase pengantin baru penuh harapan, fase istri sempurna, fase

seluruh perhatian untuk anak, fase satu tempat tidur dua mimpi, fase jarak, fase perceraian separuh baya, fase renegotiasi, fase keseimbangan, dan fase cinta yang penuh kasih (Barash, 2012).

Masa sepuluh tahun pernikahan merupakan periode yang sulit untuk dilalui karena pasangan suami istri tidak dapat memprediksi ketegangan yang mungkin akan terjadi (Walgito, 2000).

Glenn (dalam Halford, Lizzio, Wilson & Occhipinti, 2007) dalam penelitiannya mengatakan bahwa kepuasan dalam hubungan pada pasangan suami istri umumnya meningkat saat pernikahan, akan tetapi hal tersebut akan menurun dan sekitar 3-4% terjadi perceraian pada saat pernikahan memasuki usia 10 tahun. Ada beberapa faktor pemicu perceraian berdasarkan urutan tertinggi antara lain tidak adanya keharmonisan, tidak ada tanggung jawab, gangguan pihak ketiga, cemburu, krisis moral, dan faktor ekonomi. Meningkatnya jumlah kasus perceraian menunjukkan kepuasan pernikahan yang rendah dalam rumah tangga.

Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (1994) bahwa perceraian merupakan puncak dari ketidakpuasan pernikahan yang tertinggi dan terjadi apabila pasangan suami istri sudah tidak mampu lagi saling memuaskan, saling melayani, dan mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak.

Menurut Afiatin (2018) dalam proses pernikahan terjadi tawar-menawar tentang bagaimana status dan batas peranan antara istri dan

suami seharusnya dipahami dan dijalankan. Dalam proses tersebut, konflik dapat terjadi jika terdapat ketidaksetujuan pada salah satu pasangan. Konflik dalam rumah tangga merupakan sesuatu yang kadang tidak bisa dihindarkan, tetapi harus dihadapi dan diselesaikan. Namun realitanya dimasyarakat menunjukkan bahwa tidak semua pasangan suami istri mampu menyelesaikan permasalahan rumah tangganya. Dengan demikian, konflik dalam keluarga dapat diartikan sebagai permasalahan yang timbul dari individu dalam keluarga dari hasil interaksi dalam hubungan keluarga yang berusaha saling menyingkirkan karena ada anggota keluarga yang memiliki perbedaan pandangan, sikap, dan perilaku.

Berdasarkan penelitian Dabu, (dalam Igbo, 2015), konflik antara suami dan istri muncul sebagai akibat dari ketidaksepakatan seksual, pengasuhan anak, perbedaan temperamen, perbedaan tingkat religius, bahkan perbedaan nilai-nilai dan kepentingan. Pernikahan membentuk relasi yang intim antara suami dan istri. Relasi suami istri pasti tak pernah terlepas dari kekhilafan, kesalahan dan konflik. Konflik dalam relasi suami istri akan berdampak pada kondisi keluarga karena suami istri adalah “kapten” yang bertugas untuk mengarungi bahtera keluarga. Untuk mengatasi konflik dalam relasi suami istri dibutuhkan kesadaran bahwa setiap manusia lemah dan butuh pemaafan. Pemaafan adalah salah satu solusi dari resiko logis antar pribadi. Ketidakmampuan untuk memaafkan atau dimaafkan akan menjadi sumber hancurnya suatu relasi, tak terlepas

dari hubungan suami istri yang tentunya akan mengarah kepada keretakan keluarga (Subiyanto, 2011).

Pemaafan adalah suatu perjalanan yang sangat kompleks termasuk kemampuan untuk mengubah sistem afektif, kognitif, dan tingkah laku kita. Fincham & Beach (2000) mencatat bahwa sebagai aspek dasar dalam semua jenis hubungan, pemaafan memiliki potensi untuk memfasilitasi ilmu yang lebih terintegrasi dalam hubungan dekat.

Fincham & Beach (dalam Allemand, dkk, 2000) menyatakan bahwa pemaafan terkait dengan komunikasi dan resolusi konflik. Dengan pemaafan, konflik yang terjadi antara suami istri dapat terselesaikan dengan baik dan berdampak pada terciptanya keluarga yang harmonis. Pemaafan merupakan prasyarat untuk kedamaian hati. Ketika individu tidak memaafkan, individu terbelenggu dengan kemarahannya sendiri. Widyarini (2009) menyatakan bahwa memaafkan merupakan pertanda *self esteem* positif meskipun memerlukan kerja keras sebelum akhirnya dapat dicapai.

Karremans, dkk (2003) menyatakan bahwa pemaafan dalam hubungan interpersonal berpengaruh terhadap kebahagiaan dan kepuasan hubungan. Kombinasi komitmen yang kuat dan tidak adanya pemaafan memberikan kontribusi untuk tekanan psikologis, yang mungkin menjelaskan menurunnya tingkat kesejahteraan psikologis. Pemaafan dipandang dapat membantu pasangan suami istri untuk mempertahankan hubungan jangka panjang maupun pola interaksi jangka pendek (Fincham

dkk., 2004). Memaafkan adalah salah satu cara untuk melepaskan emosi-emosi negatif yang muncul akibat perlakuan menyakitkan yang dilakukan seseorang. Semakin besar luka akan semakin sulit untuk memaafkan dan semakin parah rasa sakit hati semakin lama pula waktu yang diperlukan untuk memaafkan. Memaafkan menggantikan rasa sakit dengan rasa damai (Post dan Neimark, 2007).

Berdasarkan fenomena yang terjadi didesa Bangko Mukti, Kab. Rokan Hilir tersebut sebagian besar banyak pasangan suami istri yang mengalami kasus perceraian yang disebabkan karena faktor ekonomi, perbedaan prinsip hidup, kurangnya kepercayaan terhadap pasangan, dan perselingkuhan. Menurut Hawari (2002) penyebab terjadinya krisis dalam pernikahan dikarenakan perselingkuhan. Perselingkuhan 90% lebih banyak dilakukan oleh suami, sedangkan istri hanya 10%. Suami mulai berselingkuh ketika usianya diperkirakan 40 tahun, dimana pada usia ini disebut juga sebagai “puber kedua” atau *life begin at 40*. Keadaan ini dikarenakan finansial suami telah mapan, sehingga memungkinkan suami untuk mencoba berbuat “iseng” dengan menggoda wanita lain atau karena kemapanannya tersebut menjadi sasaran godaan wanita lain yang dapat memicu perselingkuhan (Hawari, 2002). Apabila istri mengetahui perselingkuhan suami, reaksi pertama yang muncul adalah *shock* dan hampa (Spring, 1996). Selain itu istri akan merasa keyakinan diri dan rasa aman yang selama ini diperoleh dari suami merupakan sesuatu yang tampak naif dan palsu. Untuk mengatasi perasaan sakit hati, kecewa dan

mengembalikan hubungan seperti sebelumnya diperlukan perilaku memaafkan. McCullough (dalam McCullough, Fincham, & Tsang, 2003) menjelaskan memaafkan melibatkan suatu perubahan prososial, maksudnya adalah ketika seseorang memaafkan maka perilaku memaafkan akan tampil baik dalam pikiran, perasaan, dan tingkah laku. Pasangan dapat memaafkan perilaku pasangannya dan bertahan dalam pernikahan dikarenakan adanya faktor akomodasi, yaitu keinginan untuk tidak balas dendam dan tidak menyakiti perilaku. Pasangan akan memaafkan kesalahan yang dilakukan pasangannya karena adanya keinginan untuk tetap mempertahankan pernikahan.

Memaafkan bukanlah tindakan yang mudah bagi seseorang, memaafkan membutuhkan sebuah perjuangan dan juga proses. Pada kenyataannya, memaafkan tidak mudah dilakukan apalagi secara cepat. Selalu ada persoalan psikologis diantara dua pihak yang pernah mengalami keretakan hubungan akibat suatu kesalahan. Memaafkan efektif mengembalikan hubungan sosial yang rusak antara individu tersebut dengan orang yang menyakitinya (McCullough dkk, 2006).

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti ingin melihat bagaimana “Kepuasan pernikahan ditinjau dari pemaafan pada pasangan yang sudah menikah diatas 10 tahun”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka dirumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah untuk melihat “Bagaimana hubungan kepuasan

pernikahan ditinjau dari pemaafan pada pasangan yang sudah menikah diatas 10 tahun”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepuasan pernikahan ditinjau dari pemaafan pada pasangan yang sudah menikah diatas 10 tahun.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan referensi dan sumbangan pikiran dalam memperkaya khasanah keilmuan psikologi, khususnya psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

a. Kepada Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran terhadap pemecahan masalah yang berkaitan dengan masalah kepuasan pernikahan dalam psikologi. Selanjutnya hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan sebagai pengembangan ilmu bagi peneliti selanjutnya.

b. Kepada Subyek

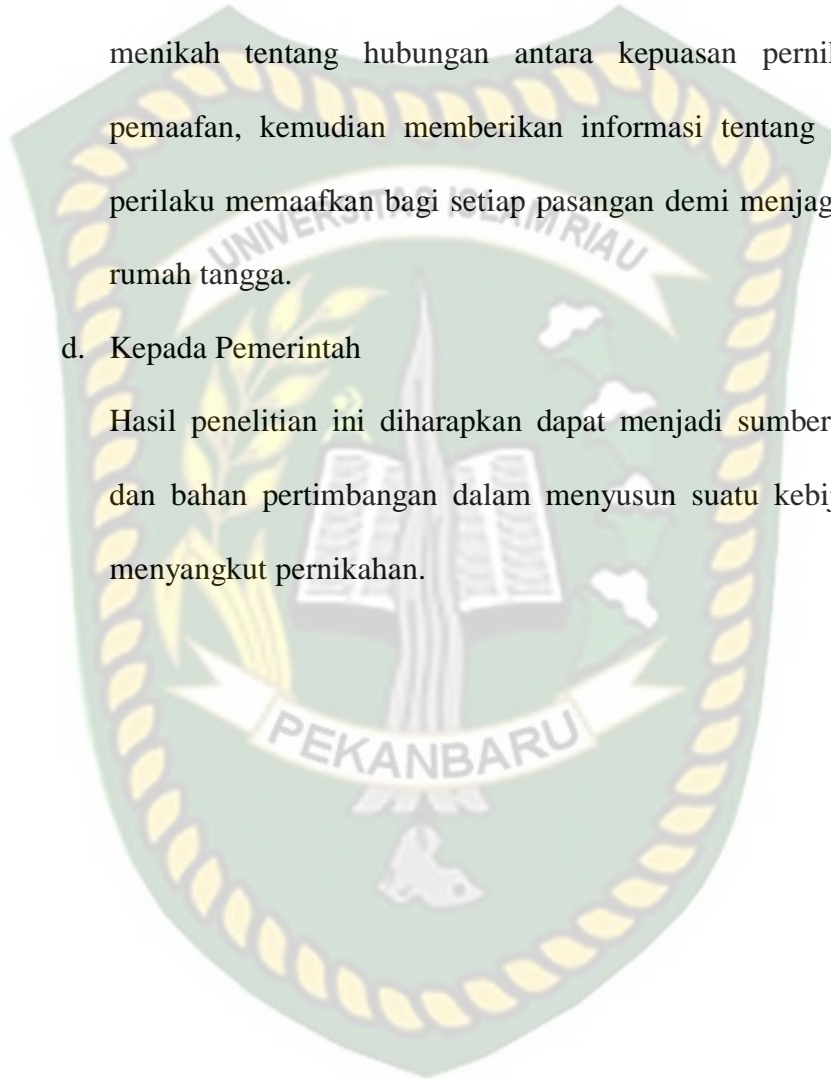
Hasil Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman dan gambaran bagaimana proses pemaafan istri yang menjadi korban perselingkuhan suami.

c. Kepada Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya kepada individu yang sudah menikah tentang hubungan antara kepuasan pernikahan dan pemaafan, kemudian memberikan informasi tentang pentingnya perilaku memaafkan bagi setiap pasangan demi menjaga keutuhan rumah tangga.

d. Kepada Pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pemikiran dan bahan pertimbangan dalam menyusun suatu kebijakan yang menyangkut pernikahan.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kepuasan Pernikahan

1. Definisi Pernikahan

Munandar (2001) mendefinisikan pernikahan sebagai ikatan antara laki-laki dan perempuan yang permanen, dan ditentukan oleh kebudayaan dengan tujuan mendapatkan kebahagiaan. Ketertarikan bersifat persahabatan dan ditandai oleh perasaan bersatu dan saling memiliki.

Strong, Devault dan Cohen (2008) mendefinisikan pernikahan sebagai pengakuan secara hukum penyatuan antara dua orang, umumnya laki-laki dan perempuan, mereka bersatu secara seksual, bergabung dalam keuangan, dan mungkin melahirkan, mengadopsi, atau membesarkan anak.

Menurut Vries (2006) pernikahan lebih daripada sekedar cinta. Pernikahan terdiri dari sebuah usaha dan perhatian, felicitation dan melancholy, sakit dan sehat, menjadi muda dan tua, berurusan dengan masalah kecil dan besar, serta mengatasi berbagai macam kesulitan dan ancaman.

Menurut teori Becker (dalam Goldstein, 2001) pernikahan berdasarkan sudut pandang ekonomi adalah suatu persiapan yang

direncanakan antara dua individu yang ingin lebih produktif lagi dengan saling bekerja sama, baik secara umum maupun finansial, dibandingkan jika mereka bekerja sendiri).

Menurut Goodwin (2000), pernikahan sebagai suatu proses penyatuan keluarga dibandingkan sekedar penyatuan individu yang terdapat penekanan pemenuhan kewajiban terhadap nilai-nilai sosial.

Menurut Nicky (2000) pernikahan diciptakan Tuhan sebagai sebuah hubungan antara seorang lelaki dan seorang perempuan untuk saling melayani secara total sebagai suatu petualangan cinta yang berlangsung seumur hidup.

Menurut Sigelman (2003) pernikahan atau perkawinan diartikan sebagai hubungan antara dua orang yang berbeda jenis kelamin dan dikenal dengan sebutan suami istri yang didalamnya terdapat peran serta tanggung jawab dari suami istri, serta terdapat unsur keintiman, pertemanan, persahabatan, kasih sayang, pemenuhan seksual, dan menjadi orangtua.

Menurut Hurlock (1980) seorang ahli psikologi perkembangan, ia mendefinisikan pernikahan sebagai periode individu belajar hidup bersama sebagai suami istri membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, dan mengelola rumah tangga. Jika tugas ini dapat diselesaikan dengan baik, maka membawa kebahagiaan bagi individu tersebut. Akan tetapi tugas tersebut tidaklah mudah untuk dilalui oleh pasangan suami istri karena banyak hal yang harus dihadapi setelah menikah, antara lain

pengelolaan keuangan rumah tangga, membina komunikasi yang baik dengan keluarga, mendidik dan menyekolahkan anak dan lain sebagainya.

Dalam pernikahan, kita memahami bahwa tidak ada manusia yang sempurna. Oleh sebab itu, tidak ada suami atau istri yang sempurna karena mereka juga hanya manusia biasa secara fitrahnya. Begitupun tidak ada rumah tangga yang sempurna, tentu ada saja permasalahan yang terjadi dalam sebuah rumah tangga, misalnya masalah penyesuaian diri, komunikasi, ekonomi, psikologi, kesehatan, dan lain sebagainya sehingga untuk sebuah pernikahan yang langgeng diperlukan pasangan yang tangguh, tahan banting, mampu menyelesaikan masalah, serta memiliki kemampuan komunikasi dan adaptasi yang baik.

Menurut Dawn J. Liphrott (2014) ada lima tahapan perkembangan dalam kehidupan pernikahan, antara lain sebagai berikut:

a. Cinta yang romantis (*Romantic love*)

Pada tahap ini, pasangan suami istri merasakan gelora cinta yang menggebu-gebu. Ini terjadi saat bulan madu pernikahan.

b. Kekecewaan atau kesedihan (*Disappointment or distress*)

Dawn J. Liphrott menyebutkan bahwa pada tahap ini, pasangan suami istri kerap saling menyalah, memiliki rasa marah dan kecewa terhadap pasangan, berusaha menang atau merasa lebih benar dari pada pasangannya.

c. Pengetahuan dan kesadaran (*Knowledge and awareness*)

Pada tahap ini, pasangan suami istri mulai lebih memahami posisi dan diri (personalitas) masing-masing pasangan.

d. Transformasi (*Transformation*)

Pada tahap ini, pasangan suami istri mulai mencoba belajar dan menerapkan tingkah laku yang berkenaan dihati pasangan.

e. Cinta sejati (*Real love*)

Pada tahap ini, pernikahan pasangan suami istri akan kembali dipenuhi dengan keceriaan, kemesraan, keintiman, kebahagiaan, dan kebersamaan. Mereka akan mengisi waktu mereka untuk saling memberikan perhatian satu sama lain.

Dalam perjalanan pernikahan (rumah tangga), selain fase perkembangan pernikahan, ada juga yang disebut dengan periode pernikahan. Strong dan De Vault (1989) mengemukakan bahwa ada empat periode pernikahan sebagai berikut :

a. Periode tahun awal

Ini dimulai saat pasangan baru menikah dan belum memiliki anak. Periode ini merupakan tahun yang sangat kritis karena seseorang mengalami transisi dalam kehidupannya dan memerlukan waktu untuk menyesuaikan diri.

b. Periode pernikahan muda

Periode ini dimulai dengan adanya anak dalam kehidupan pernikahan. Istri mulai berhenti bekerja dan mengasuh anak, serta

mulai menyesuaikan diri dengan kehidupan rutin sebagai ibu rumah tangga.

c. Periode tahun pertengahan

Periode ini terjadi antara rentang tahun kesebelas sampai tahun ketiga puluh usia pernikahan. Jika pasangan suami istri memiliki anak, periode ini diisi dengan fokus pada perkembangan anak dan pengasuhan keluarga, serta menetapkan tujuan-tujuan baru untuk masa depan anak dan keluarga.

d. Periode tahun matang

Periode ini diawal saat usia pernikahan memasuki tahun ketiga puluh satu, yakni saat menjadi tua bersama, merencanakan pensiun, menjadi kakek nenek, atau hidup sendiri tanpa pasangan, serta persiapan kematian.

2. Definisi Kepuasan Pernikahan

Kepuasan pernikahan adalah perasaan subjektif pasangan suami istri terhadap perilaku dan interaksi dalam pernikahan untuk memenuhi kebutuhan hidup selama pernikahan, baik kebutuhan spiritual, fisik, psikologis, ekonomi, seksual, sosial, maupun kebutuhan lainnya. Dalam perspektif psikologi, pernikahan memiliki fase pasang surut. Kehidupan pernikahan mengalami proses dan dinamika seiringan dengan berjalan waktu dan perkembangan usia fisik dan psikis pasangan suami istri. Salah satu yang membuat pernikahan bisa bertahan adalah terkait tingkat kepuasan pernikahan. Ada banyak faktor yang menyebabkan naik dan

turunnya tingkat kepuasan dalam pernikahan, antara lain terkait dengan kondisi psikologis seseorang.

Kepuasan pernikahan merupakan evaluasi subjektif suami atau istri atas kehidupan pernikahannya yang dilakukan berdasarkan pada perasaan puas, bahagia, dan pengalaman menyenangkan yang dilakukan bersama pasangan (Olson & Fower, 1993). Kepuasan pernikahan sangat ditentukan dari hasil interaksi masing-masing pasangan suami istri. Jika selama berinteraksi terjadi ketidaknyamanan baik dalam hal komunikasi, pemenuhan kebutuhan dasar (lahir batin), maupun tekanan dari internal atau eksternal bisa mempengaruhi tingkat kepuasan dalam pernikahan.

Kepuasan pernikahan itu terjadi karena terpenuhinya aspek-aspek dalam kepuasan pernikahan tersebut. Kepuasan pernikahan dapat terpenuhi bila adanya komunikasi dua arah yang baik dan adanya upaya dari pasangan untuk memperbaiki hubungan tanpa adanya orang lain yang campur tangan dalam rumah tangga (Habibi, 2015). Dalam pernikahan sering kali didapati istri atau suami (salah satu pihak) yang ingin dibahagiakan oleh pasangannya. Padahal, agar kepuasan pernikahan dapat terwujud, harus ada usaha timbal balik antara suami dan istri untuk saling memberikan kepuasan, baik dalam hal pemenuhan kebutuhan hidup, seksual, cinta, kasih sayang, maupun perhatian, dan lainnya.

Chapel dan Leigh (dalam Pujiastuti, 2001) menyebutkan kepuasan pernikahan sebagai evaluasi subjektif terhadap kualitas pernikahan secara keseluruhan. Apabila seseorang merasa puas terhadap pernikahan yang

telah dijalani, maka ia beranggapan bahwa harapan, keinginan dan tujuan yang dicapai pada saat menikah telah terpenuhi, baik sebagian ataupun seluruhnya. Individu yang mengalami kepuasan dalam pernikahannya merasa hidupnya berarti dan lebih lengkap dibandingkan dengan sebelumnya. Dalam perspektif teori perubahan sosial, Jacobson dan Margolin (dalam Lavner, 2016) menjelaskan bahwa kehidupan pernikahan yang bahagia dapat dibedakan dari kehidupan pernikahan yang tidak bahagia dengan cara membandingkan antara perilaku positif dan perilaku negatif dalam hubungan pernikahan.

Sedangkan menurut Duvall and Miller (1985) kepuasan pernikahan adalah hubungan antar pria dan wanita yang diakui secara sosial, yang ditujukan untuk melegalkan hubungan atau melegalisasi membesarkan anak, dan membangun hubungan perkembangan anak (dalam Agustin, 2010).

Aqmalia (2009) juga mengatakan bahwa kepuasan pernikahan merupakan perasaan positif yang sifatnya subjektif, yang diperoleh pasangan yang menikah terhadap kehidupan perkawinannya, baik secara menyeluruh maupun terhadap aspek-aspek spesifik dari perkawinannya, juga komitmen yang dirasakan seseorang terhadap perkawinannya walaupun adanya konflik, stress, dan perasaan kecewa.

Dari pendapat diatas dapat peneliti simpulkan bahwa kepuasan pernikahan adalah perasaan subjektif yang dirasakan oleh pasangan suami istri baik itu perasaan puas, senang, bahagia, atas terpenuhinya kebutuhan

dalam pernikahan dan tercapainya tujuan yang diinginkan dalam sebuah pernikahnya.

3. Kriteria Kepuasan Pernikahan

Menurut Skolnick (1995), ada lima kriteria dari pernikahan yang memiliki kepuasan yang tinggi, antara lain sebagai berikut :

- a. Adanya relasi personal yang penuh kasih sayang dan menyenangkan. Dalam keluarga, terdapat hubungan yang hangat serta saling berbagi dan menerima antar sesama anggota keluarga. Cinta dan kasih sayang adalah modal yang kuat dalam mewujudkan kepuasan pernikahan.
- b. Kebersamaan. Ada rasa kebersamaan dan kesatuan dalam keluarga. Setiap anggota keluarga merasa menyatu dan menjadi bagian dari keluarga. Kebersamaan menjadi penting karena dalam perjalanan pernikahan akan ada banyak badai dalam kehidupan pernikahan. Oleh sebab itu, saling mendukung dan menguatkan ketika pasangan memiliki masalah menjadi hal penting dalam sebuah pernikahan.
- c. Peran orang tua (*parental role*) yang baik. Orang tua yang baik akan menjadi contoh baik bagi anak-anak. Hal ini bisa membentuk keharmonisan dalam keluarga. Bagi anak, keteladanan orang tua sangatlah penting dalam memberi masukan positif. Apalagi, bagi anak yang sedang bertumbuh dan berkembang, mereka memerlukan figure dan contoh nyata yang sangat kuat untuk dapat memberikan contoh kepada anak.

- d. Penerimaan terhadap beragam konflik. Konflik yang muncul dalam keluarga dapat diterima secara normatif, bukan dihindari, melainkan berusaha untuk diselesaikan dengan baik dan menguntungkan bagi semua anggota keluarga. Hal terpenting yang harus dipahami pasangan suami istri adalah bahwa setiap anggota keluarga pasti memiliki konflik, dan kita tidak mungkin menghilangkan konflik dalam kehidupan kita. Hal yang harus dilakukan adalah mencari upaya dan solusi untuk dapat mengelola konflik dengan baik sehingga menjadi suatu hal yang positif.
- e. Kepribadian yang sesuai. Pasangan memiliki kecocokan dan saling memahami satu sama lain. Hal yang penting juga bahwa kelebihan yang dimiliki oleh salah satu pasangan dapat menutupi kekurangan yang dimiliki oleh pasangannya sehingga pasangan suami istri dapat saling melengkapi satu sama lain dan mampu mengatasi konflik.

Permasalahan adanya kepuasan pernikahan yang rendah, salah satu penyebabnya adalah karena kemampuan dalam menyesuaikan diri dan mengatasi masalah yang rendah, terutama konflik dalam pernikahan. Semakin mudah seseorang beradaptasi dan mengelola konflik maka semakin tinggi tingkat kepuasan pernikahannya. Sebaliknya jika kemampuan beradaptasi dan menyelesaikan masalah seseorang rendah, kepuasan pernikahannya pun akan rendah.

Kepuasan pernikahan yang rendah juga diakibatkan oleh faktor spiritual yang rendah. Banyak pasangan suami istri yang selalu mengeluh

dan tidak bersyukur atas nikmat Allah SWT. Mereka lebih banyak melihat pada kekurangan pasangannya daripada kelebihan pasangannya sehingga mereka selalu menganggap bahwa pasangan mereka lemah dan memiliki banyak kesalahan.

4. Aspek-aspek Kepuasan Pernikahan

Menurut menurut Olson dan Olson (2000), terdapat sepuluh aspek kepuasan pernikahan yaitu: komunikasi, fleksibilitas, kedekatan, kecocokan kepribadian, resolusi konflik, relasi seksual, kegiatan diwaktu luang, keluarga dan teman, pengelolaan keuangan, dan keyakinan spiritual. Diantara sepuluh aspek tersebut, lima aspek yang lebih menonjol adalah komunikasi, fleksibilitas, kedekatan, kecocokan kepribadian, dan resolusi konflik dengan penjelasan sebagai berikut :

a. **Komunikasi**

Komunikasi merupakan aspek yang paling penting, karena berkaitan dengan hampir semua aspek dalam hubungan pasangan. Hasil dari semua diskusi dan pengambilan keputusan dikeluarga, yang mencakup keuangan, anak, karir, agama bahkan dalam setiap pengungkapan perasaan, hasrat, dan kebutuhan akan tergantung pada gaya, pola dan keterampilan berkomunikasi. Kesalahpahaman dalam komunikasi dapat menimbulkan konflik, yang sering terjadi karena menggunakan gaya komunikasi negatif.

b. **Fleksibilitas**

Fleksibilitas pasangan merefleksikan kemampuan pasangan untuk merubah beradaptasi saat diperlukan. Hal ini berkaitan dengan tugas dan peran yang muncul dalam relasi suami istri (*rolerelationship*). Misalnya dalam hal kepemimpinan dan kekuasaan, serta kemampuan bertukar tanggung jawab dan mengubah peran. Dalam relasi suami istri diperlukan adanya kejelasan dalam pembagian peran yang menjadi tanggung jawab suami dan menjadi tanggung jawab istri. Namun demikian, pembagian peran tersebut semestinya tidak bersifat kaku dan dapat disesuaikan melalui kesepakatan yang dibuat bersama berdasarkan situasi yang dihadapi oleh pasangan suami istri.

c. Kedekatan

Kedekatan pasangan menggambarkan tingkat kedekatan emosi yang dirasakan pasangan dan kemampuan menyeimbangkan antara keterpisahan dan kebersamaan. Pentingnya kedekatan dan kebersamaan dan kebersamaan tidak mengharuskan pasangan untuk selalu bersama-sama.

d. Kecocokan kepribadian

Kecocokan kepribadian berarti bahwa sifat atau perilaku pribadi salah satu pasangan tidak berdampak atau dipersepsi secara negatif oleh yang lainnya. Kecocokan kepribadian tidak ditentukan berapa banyak kesamaan sifat pribadi dan hobi. Perbedaan sifat dan kesenangan tidak akan menjadi masalah selama ada penerimaan dan pengertian.

e. Resolusi konflik

Aspek resolusi konflik berkaitan dengan sikap, perasaan, dan keyakinan individu terhadap keberadaan dan penyelesaian konflik dalam relasi berpasangan. Hal ini mencakup keterbukaan pasangan untuk mengenali dan menyelesaikan masalah, strategi dan proses yang dilakukan untuk mengakhiri pertengkaran. Terdapat suatu pandangan umum yang salah kaprah yang menganggap konflik pasangan adalah suatu masalah sehingga harus dihindari. Kunci kepuasan atau kebahagiaan pasangan bukanlah menghindari konflik melainkan bagaimana cara yang ditempuh dalam menyelesaikan konflik. Strategi resolusi konflik pasangan dapat dibedakan menjadi destruktif dan konstruktif.

f. Relasi seksual

Relasi seksual merupakan barometer emosi dalam suatu hubungan yang dapat mencerminkan kepuasan pasangan terhadap aspek-aspek lain dalam hubungan. Suatu relasi seksual yang baik, sering kali merupakan akibat dari relasi emosi yang baik antara pasangan. Kualitas relasi seksual merupakan kekuatan penting bagi kebahagiaan pasangan, maka kualitas tersebut perlu dijaga atau ditingkatkan melalui komunikasi seksualitas antara pasangan.

g. Kegiatan diwaktu luang

Pemanfaatan diwaktu luang menjadi sarana untuk melakukan aktivitas jeda (*time out*) dari rutinitas baik rutinitas kerja maupun

rutinitas pekerjaan rumah tangga. Kegiatan *time out* dapat berfungsi seperti mengisi ulang baterai yang habis, yaitu untuk memberi energy dan semangat yang baru. Pemanfaatan waktu luang ini dapat dilakukan sendiri, bersama anggota keluarga yang lain, atau dengan sahabat.

h. Keluarga dan teman

Keluarga dan teman merupakan konteks yang penting bagi pasangan dalam membangun relasi yang berkualitas. Keluarga sebagai *family of origin* banyak mempengaruhi kepribadian, selain itu keterlibatan orang tua dapat memperkuat atau memperlemah kualitas relasi pasangan. Teman sering kali menjadi penyangga bagi pasangan ketika sedang menghadapi persoalan, yakni sebagai tempat meminta pertimbangan dan bantuan.

i. Pengelolaan keuangan

Persoalan ekonomi sering menjadi salah satu pemicu utama perceraian. Walaupun demikian, persoalan pokoknya bukanlah pada besaran pendapatan keluarga, karena masih banyak keluarga yang mampu bertahan dengan pendapatan yang rendah. Pengelolaan keuangan merupakan pokok dari persoalan ekonomi yang dapat berupa perbedaan pasangan dalam hal pembelanjaan dan penghematan uang, perbedaan pandangan tentang makna uang, dan kurangnya perencanaan untuk menabung. Keseimbangan antara pendapatan dan belanja keluarga harus menjadi tanggung jawab bersama.

j. Keyakinan spiritual

Spiritualitas dan keimanan merupakan dimensi yang paling kuat bagi pengalaman manusia. Keyakinan spiritual memberi landasan bagi nilai-nilai yang dipegang dan perilaku sebagai individu pasangan. Spiritualitas merujuk pada kualitas batin yang dirasakan individu dalam hubungannya dengan Tuhan, makhluk lain, dan nurani. Keyakinan spiritual sering menjadi sandaran ketika seseorang akan mengalami kesulitan dan kepahitan hidup. Masalah spiritual dapat menjadi sumber masalah bagi pasangan dalam hal perbedaan praktek keagamaan, tidak diintegrasikannya keyakinan spiritual dalam relasi pasangan, dan kurangnya diskusi dalam soal-soal keagamaan. Sebaliknya, keyakinan spiritual dapat menjadi pondasi terpenting bagi kebahagiaan pasangan. Hal ini dapat terjadi bila pasangan menyadari bahwa keimanan memberikan makna dalam hidup.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kepuasan Pernikahan

Menurut Hendrick dan Hendrick (1992), ada dua faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan, diantaranya sebagai berikut :

1. Faktor sebelum menikah

Faktor sebelum menikah dipengaruhi oleh : (1) latar belakang ekonomi, status ekonomi yang dirasakan tidak sesuai dengan harapan sehingga dapat menimbulkan konflik dalam hubungan pernikahan, (2) pendidikan, pasangan yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah yang rendah dapat merasakan kepuasan yang lebih rendah karena banyak

menghadapi pemicu stress, misalnya pengangguran atau tingkat penghasilan rendah, (3) hubungan dengan orang tua yang akan mempengaruhi opini atau sikap anak terkait keromantisan, pernikahan, dan perceraian.

2. Faktor setelah menikah

Faktor setelah menikah dipengaruhi oleh : (1) kehadiran anak, ini dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan suami istri karena adanya harapan akan keberadaan anak dalam pernikahan mereka, (Bee & Mitchell, 1084), (2) lama pernikahan, sebagaimana yang dikemukakan oleh Duvall bahwa tingkat kepuasan pernikahan tertinggi terjadi pada awal pernikahan lalu mulai menurun setelah kehadiran anak, dan meningkat kembali setelah anak mandiri.

Menurut Bee dan Mitchell (1984), kehadiran anak sangat berpengaruh terhadap tingkat kepuasan pernikahan yang menurun, terutama pada perempuan (istri). Penelitian yang dilakukan Hendrick dan Hendrick (1992) menunjukkan bahwa bertambah anak bisa menambah stress pada pasangan dan mengurangi waktu kebersamaan dengan pasangan.

B. Pemaafan

1. Definisi Pemaafan

Istilah pemaafan sudah begitu akrab terdengar ditelinga kita, sehingga sangking akrabnya kita tidak pernah memikirkan secara serius ketika menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam literatur

psikologi dan psikoterapi, ada sejumlah alasan mengapa orang tersakiti perlu memaafkan. Bukan sekedar untuk memenuhi anjuran moral semata, tetapi juga karena alasan-alasan yang dapat menguntungkan secara psikologis. Melalui perspektif sederhana, pemaafan merupakan pemberian untuk orang lain atau tindakan yang sekilas lebih mengutamakan kepentingan mereka ketimbang kepentingan diri sendiri, namun apabila kita merujuk pada hasil-hasil positif dari tindakan tersebut, maka pihak yang paling diuntungkan sebenarnya adalah orang yang memaafkan itu sendiri.

Menurut Cyntia Ransley (2004), keuntungan-keuntungan tersebut antara lain:

a. Adil terhadap diri sendiri

Penelitian Mutakhir dibidang psikologi tentang pemaafan menunjukkan fakta-fakta yang menggembirakan. Memaafkan, secara meyakinkan ternyata dapat meningkatkan kualitas hidup kita, bukan hanya secara psikologis melainkan juga secara fisik, atau dengan kata lain, kehidupan psikologis dan fisik kita akan menjadi lebih sehat. Dampak buruk yang ditimbulkan oleh stress akibat memendam kebencian dan dendam secara meyakinkan akan berkurang setelah kita memutuskan untuk memaafkan. Berdasarkan temuan yang dirilis *International forgiveness institute*, orang yang memaafkan akan menjumpai paradox yang menguntungkan. Ketika kita memaafkan

atau memberikan kasih sayang, kemurahan hati, dan cinta kepada orang yang menyakiti kita, pada dasarnya tidak ada sesuatu apapun yang hilang dari diri kita.

b. Pemaafan adalah hadiah untuk orang lain

Dalam setiap pemaafan tulus selalu terkandung welas asih dan cinta untuk orang lain. Menurut Melanie Klein, kemampuan kita untuk mencintai orang lain berhubungan erat dengan cara kita dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan kita, dan rasa keterikatan alamiah dengan mereka inilah yang selanjutnya akan membentuk relasi-relasi sosial kita.

c. Menghindari penyalahgunaan kekuasaan

Meredakan amarah dan memberikan pemaafan sebagai “hadiah” kepada orang yang tidak pantas menerimanya adalah indikator utama dari sebuah pemaafan, namun keduanya sering kali masih belum mampu menjamin sepenuhnya bahwa pemaafan (sejati) benar-benar telah terjadi. Pemaafan pada hakikatnya adalah pintu masuk bagi transformasi peran dalam sebuah hubungan yang dapat mengantarkan pihak-pihak yang terlibat untuk tumbuh menjadi individu-individu baru dalam sebuah hubungan yang baru, dengan demikian telah bergeser fungsinya justru sebagai instrument untuk mengeksploitasi pihak lain.

Pemaafan adalah salah satu aspek perilaku prososial yang terjadi apabila seseorang yang terluka membebaskan orang yang melukai dari beban kemungkinan untuk memperoleh hukuman (Santrock, 2007).

Coyle dan Enright (1997) mendefinisikan pemaafan sebagai kesediaan untuk menanggalkan kemarahan, penghakiman yang negatif, dan tidak menghindari orang yang menyakiti, mengembangkan rasa kasihan dan bahkan merubahnya menjadi cinta. Pemaafan berarti menghapus luka atau bekas-bekas luka dalam hati (Shihab, 2001). Secara *lughawi* (terminologis), kata dasar pemaafan adalah maaf dan kata maaf adalah kata saduran dari bahasa arab yaitu, al'afw. Kata ini dalam Al-Qur'an Terulang sebanyak tiga puluh empat kali. Kata ini pada mulanya berarti berlebihan, kemudian berkembang maknanya menjadi keterhapusan. Dalam pemaafan terdapat kesiapan memberikan ampunan/maaf bagi orang lain, baik diminta atau tidak diminta. Keterbukaan diri untuk memberi maaf kepada orang lain adalah tanda utama yang dapat segera ditangkap oleh orang lain. Setiap kali menerima stimulasi yang tidak menyenangkan, Nabi Muhammad Saw selalu memiliki kesiapan untuk memberikan maaf atau pengampunan terhadap seseorang yang menyakitinya.

Pemaafan (*Forgiveness*) adalah kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan menumbuh kembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang orang lain

yang melakukan pelanggaran secara tidak adil. Ketika memaafkan, maka seseorang meninggalkan kemarahan, kebencian, sakit hati, meninggalkan penilaian negatif, meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan, meninggalkan keinginan balas dendam, meninggalkan perilaku menghindar, dan meninggalkan perilaku acuh tak acuh terhadap orang lain yang telah menyakitinya secara tidak adil.

Menurut McCullough dkk, Wardhati dan Faturochman (2006) pemaafan merupakan kesediaan untuk menanggalkan kekeliruan masa lalu yang menyakitkan, tidak lagi mencari-cari nilai dalam amarah dan kebencian, serta menepis keinginan untuk menyakiti orang lain atau diri sendiri.

Snyder dan Lopez (2005) mengemukakan bahwa pemaafan (*forgivness*) merupakan perubahan dari efek yang negative menjadi efek yang positif dan netral. Maksudnya adalah pemaafan merupakan jembatan yang digunakan individu ketika mengalami situasi yang negative dengan orang lain dan diubah menjadi situasi yang positif.

Menurut Nashori (2008) pemaafan diartikan sebagai kesediaan untuk menanggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan menumbuh kembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil.

Menurut Hill (Lestari & Agung, 2016) pemaafan adalah kesediaan untuk mengurangi pikiran, perasaan, perilaku yang negatif dan

meningkatkan pikiran, perasaan dan perilaku yang positif terhadap pelanggar.

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa pemaafan adalah kesediaan seseorang untuk menghapus atau menghilangkan luka hati terhadap orang yang melakukan kesalahan, menghilangkan pikiran negatif dan perasaan tidak nyaman, menanggalkan kmarahan dan menurunkan motivasi untuk balas dendam, tidak menghindari orang yang menyakiti serta meningkatkan motivasi untuk berdamai dengan orang yang telah tersakiti.

2. Aspek-Aspek Pemaafan

McCullough (1997) mengartikan pemaafan kedalam beberapa aspek, yaitu :

a. Motivasi tetap menjaga hubungan baik

Secara psikologis pemaafan ditunjukkan dengan menurunnya motivasi untuk menghindari pelaku yaitu ditandai dengan membuang keinginan untuk menjaga jarak dengan orang yang telah menyakitinya dan individu menarik diri dari perilaku pelanggaran. Jadi korban tidak menghindar atau menjauhi orang yang telah menyakitinya, korban akan tetap berusaha menjaga hubungan baik dengan orang yang telah menyakitinya.

b. Motivasi menghilangkan balas dendam

Secara psikologis pemaafan ditunjukkan dengan membuang keinginan untuk membalas dendam terhadap orang telah menyakiti.

Korban akan berusaha meminimalisir rasa amarah untuk membalas dendam kepada orang yang telah menyakitinya.

c. Motivasi melakukan niat baik

Secara psikologis pemaafan ditunjukkan dengan meningkatkan motivasi melakukan niat baik dan berdamai dengan perilaku yang telah menyakiti meskipun pelanggarannya tindakan berbahaya. Korban dalam situasi ini akan tetap memiliki keinginan untuk menjaga hubungan baik dengan pelaku.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dalam pemaafan menurut McCullough meliputi motivasi tetap menjaga hubungan baik, motivasi menghilangkan balas dendam, dan motivasi melakukan niat baik.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemaafan

Ada beberapa hal yang mempengaruhi pemaafan menurut Wardhati & Faturochman (2006) faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan tersebut antara lain yaitu :

a. Empati

Baron & Byrne (2005) empati adalah kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik dan mencoba menyelesaikan, dan mengambil perspektif orang lain.

Kemampuan untuk empati ini erat kaitannya dengan pengambilalihan peran. Melalui empati terhadap pihak yang menyakitinya, seseorang dapat memahami perasaan pihak yang menyakitinya, motivasi, kebutuhan dan alasan kenapa pihak yang menyakiti melakukan hal tersebut. Empati juga menjelaskan variabel sosial psikologis yang mempengaruhi pemberian maaf yaitu permintaan maaf (*apologies*) dari pihak yang menyakiti.

Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh McCullough (1997) yang mengatakan bahwa empati akan mempengaruhi atau memotivasi seseorang untuk memberikan maaf terhadap orang lain. Artinya, semakin baik pula dalam memberikan pemaafan terhadap orang yang menyakitinya.

b. Atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya

Penilaian akan mempengaruhi setiap perilaku individu. Artinya bahwa setiap perilaku itu ada penyebabnya dan penilaian dapat mengubah perilaku individu (termasuk pemaafan) dimasa mendatang. Dibandingkan dengan orang yang tidak bisa memaafkan pelaku, orang yang memaafkan cenderung menilai pihak yang bersalah lebih baik dan penjelasan akan kesalahan yang diperbuatnya cukup adekuat dan jujur (Al-mabuk dkk, 1998). Pemaaf pada umumnya menyimpulkan bahwa pelaku telah merasa bersalah dan tidak bermaksud menyakiti sehingga ia mencari penyebab lain dari peristiwa yang menyakitkan itu. Perubahan penilaian terhadap peristiwa yang menyakitkan ini

memberikan reaksi emosi positif yang kemudian akan memunculkan pemberian maaf terhadap pelaku (Takaku, 2001).

c. Tingkat kelukaan

Persepsi terhadap tingkat keparahan luka dan peristiwa yang menyakitkan akan mempengaruhi pemaafan individu. Semakin parah rasa sakit hati semakin lama pula waktu yang diperlukan untuk memaafkan. Selain itu semakin parah peristiwa menyakitkan yang dialami, maka semakin sulit individu memaafkan McCullough (2000).

d. Karakteristik kepribadian

Sikap untuk memaafkan merupakan *trait* yang ada dalam diri seseorang. Oleh karena itu, sikap pemaafan pada tiap individu dipengaruhi oleh tipe kepribadian. Ciri kepribadian tertentu seperti ekstrovert seringkali dihubungkan dengan tipe yang lebih mudah memaafkan. Kecenderungan ekstrovert menggambarkan beberapa karakter seperti bersifat sosial, keterbukaan ekspresi, dan asertif. Karakter ekstrovert diasosiasikan dengan sikap yang hangat, kooperatif, tidak mementingkan diri sendiri, menyenangkan, jujur dan fleksibel juga cenderung menjadi empati dan bersahabat. Sebaliknya kepribadian introvert menggambarkan kepribadian yang pendiam dan kurang terbuka sehingga lebih sulit memaafkan (McCullough, 2000).

e. Kualitas Hubungan

Seseorang yang memaafkan kesalahan pihak lain dapat dilandasi oleh komitmen yang tinggi pada relasi mereka. Ada empat alasan

mengapa kualitas hubungan berpengaruh terhadap perilaku memaafkan dalam hubungan interpersonal. Pertama, pasangan yang mau memaafkan pada dasarnya mempunyai motivasi yang tinggi untuk menjaga hubungan. Kedua, dalam hubungan yang erat ada orientasi jangka panjang dalam menilai hubungan diantara mereka. Ketiga, dalam kualitas hubungan yang tinggi kepentingan satu orang dan kepentingan pasangannya menyatu. Keempat, kualitas hubungan mempunyai orientasi kolektivitas yang menginginkan pihak-pihak yang terlibat untuk berperilaku yang memberikan keuntungan diantara mereka (McCullough dkk, 1998).

4. Proses Pemaafan

Pemberian maaf yang ada dalam diri seseorang terjadi melalui serangkaian proses. Enright (Nashori, 2008) mengungkapkan adanya empat fase untuk pemberian maaf, diantaranya adalah :

- a. Fase pengungkapan (*Uncovering phase*), yaitu ketika seseorang merasa sakit hati dan dendam. Pada fase ini mencoba membangun kesadaran bahwa semua orang memiliki kemarahan saat disakiti, namun pilihannya apakah ia akan membuangnya atau mempertahankan rasa marahnya tersebut.
- b. Fase keputusan (*Decision phase*), yaitu individu mulai berfikir rasional dan memikirkan kemungkinan untuk memaafkan. pada fase ini individu mempunyai “perubahan pikiran” dan memilih untuk

memaafkan individu bekerja keras untuk memaafkan dari waktu ke waktu.

- c. Fase tindakan (*Work phase*), yaitu adanya tingkat pemikiran baru untuk secara aktif memberikan maaf kepada orang yang telah melukai hati. pada fase ini memerlukan empati dan niat baik untuk memaafkan.
- d. Fase pendalaman (*Outcome deepening phase*), yaitu internalisasi kebermaknaan dari proses memaafkan. Disini orang memahami bahwa dengan memaafkan, ia akan memberi manfaat bagi dirinya sendiri, lingkungan dan juga semua orang.

5. Konsep Pemaafan

Menurut Thompson, dkk (2005), proses pemberian maaf menyangkut tiga konsep dasar pemaafan, diantaranya adalah memaafkan diri sendiri, memaafkan orang lain, dan memaafka situasi yang terjadi.

- a. *Forgiveness of self* atau memaafkan diri sendiri. Tindakan ini adalah bagaimana individu memaafkan dirinya sendiri ketika terjadi suatu masalah. Bagaimana individu menyadari dan melihat bahwa dirinya melakukan kesalahan.
- b. *Forgiveness of Another Person* atau memaafkan kesalahan orang lain yang telah menyakiti diri sendiri karena terkadang individu memiliki keinginan untuk membalas dendam atas kesalahan yang sudah orang lain lakukan.
- c. *Forgiveness of Situations* atau memaafkan atas keadaan yang terjadi. Maksudnya adalah individu memaafkan atas apa yang terjadi

dilingkungan sekitarnya, baik dari lingkungan tempat tinggal maupun orang-orang yang ada disekitarnya. Contohnya adalah terjadinya sebuah bencana yang mengakibatkan banyak kerabat yang meninggal dan rusaknya tempat tinggal.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa konsep pemaafan dibagi menjadi tiga bagian yaitu *forgiveness of self* atau memaafkan diri sendiri, *forgiveness of another person* atau memaafkan kesalahan orang lain yang telah menyakiti diri sendiri, dan *forgiveness of situations* atau memaafkan atas keadaan yang terjadi.

6. Manfaat Pemaafan

Saat marah, benci dan dendam masih ada dalam hati kita, sesungguhnya kita masih dibebani oleh masa lalu kita. Perasaan-perasaan tersebut ternyata berpengaruh terhadap fisik, psikologis dan spiritualitas kita. Diungkapkan oleh ahli psikologi James W. Pennebaker (2002) bahwa orang-orang yang masalah kesehatannya paling parah telah mengalami paling sedikit satu trauma masa lalu yang tidak pernah mereka kisahkan kepada siapa pun. Dari dua ratus responden yang pernah diwawancarai Pennebaker, 65 orang memiliki trauma masa kecil yang mereka rahasiakan. Mereka mendapatkan diagnosis hampir semua masalah kesehatan besar dan kecil: kanker, tekanan darah, lambung, flu, sakit kepala bahkan sakit telinga. Mekanismenya sangat jelas, adanya luka dimasa lalu yang dibiarkan menganga didalam hati menyebabkan fisik kita secara keseluruhan terpengaruh. Rasa marah, benci dan dendam juga

berpengaruh terhadap psikis kita. Ahli-ahli psikologi sosial menjelaskan bahwa perilaku agresif (menyakiti orang lain secara sengaja) adalah akibat rasa benci dan rasa dendam yang ada dalam diri seseorang. Secara spiritual, rasa marah dan dendam menggerogoti pahala kebaikan yang ada dalam diri kita.

Hasil penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Luskin menunjukkan adanya efek memaafkan secara total terhadap kesehatan emosional. Mahasiswa yang dilatih memaafkan ternyata jauh lebih tenang kehidupan sosialnya. Mereka menjadi tidak mudah marah, tidak mudah tersinggung dan dapat membina hubungan lebih baik dengan sesama. Orang yang mampu memaafkan juga semakin jarang mengalami konflik dengan orang lain.

Luksin (Martin, 2003) mengungkapkan ada tiga hal yang menjadikan kehidupan orang yang suka memberi maaf menjadi lebih sehat. Pertama, orang yang memberi maaf tidak mudah tersinggung saat diperlakukan tidak menyenangkan oleh orang lain. Kedua, mereka tidak mudah menyalahkan orang lain ketika hubungannya dengan orang tersebut tidak berjalan seperti yang diharapkan. Ketiga, mereka memiliki penjelasan nalar terhadap sikap orang lain yang telah menyakiti mereka. Luksin sendiri pernah melakukan penelitian lanjutan terhadap 55 mahasiswa Universitas Stanford America. Hasilnya adalah mahasiswa yang dilatih meningkatkan ketiga komponen tersebut diatas ternyata jauh lebih tenang kehidupan sosialnya. Mereka menjadi tidak mudah marah,

tidak mudah tersinggung dan dapat membina hubungan lebih baik dengan sesama. Disamping itu, mereka pun semakin jarang mengalami konflik dengan orang lain.

Terkadang memberi maaf kita pandang sebagai perilaku yang memberikan keuntungan kepada orang lain. Dari penjelasan sebelumnya diketahui bahwa ternyata yang beruntung adalah kita sendiri. Dan Allah pun menjadikan pahala untuk orang yang suka memaafkan.

“Balasan terhadap kejahatan adalah pembalasan yang setimpal, tetapi barang siapa yang memaafkan dan berbuat baik, ganjarannya ditanggung oleh Allah swt” (QS. Asy-Syuura [42]; 40).

7. Upaya Peningkatan Pemaafan

Pertanyaan yang bisa di ajukan adalah apa saja yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemberian maaf? Pertama, melatih diri untuk memaafkan. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Luksin (Martin, 2003) mengungkapkan bahwa latihan memberi maaf dapat meningkatkan pemaafan dalam diri mahasiswa. Kalau mahasiswa melatih dirinya untuk memberikan maaf kepada orang lain yang menyakitinya sekalipun hatinya belum benar-benar rela, pemaafan itu secara perlahan tumbuh dan berkembang dalam dirinya. Kedua, menyadari bahwa memaafkan adalah bagian penting dari upaya untuk meraih taqwa.

Untuk memberikan dorongan kepada manusia agar memaafkan, Allah berulang kali memerintahkannya di dalam alquran, antara lain dalam surat Al-a'raf: 199, Al-hijr: 85 dan Asy-syuura: 43. Sementara itu

Rasullullah SAW juga menjelaskan keuntungan orang-orang yang mau memaafkan kesalahan orang lain diantaranya :

“ Barang siapa memberi maaf ketika dia mampu memberi balas, maka allah akan mengampuninya saat ia kesukaran”.

Ketiga, memanfaatkan atau menciptakan momen pemaafan. Halal bil halal yang dilaksanakan pada saat idul fitri adalah sebuah tradisi khas bangsa Indonesia. Sebagaimana ungkapan al-quran, (QS. Ali Imran [3] : 134) diketahui bahwa seorang muslim yang bertaqwa bila melakukan kesalahan paling tidak harus menyadari perbuatannya lalu memohon ampun atas kesalahannya dan berjanji untuk tidak mengulanginya lagi, mampu menahan amarah dan memaafkan dan berbuat kebajikan terhadap orang lain.

Keempat, meningkatkan pemahaman terhadap ajaran agama. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh kitab suci.

“Balasan terhadap kejahatan adalah pembalasan yang setimpal. Tetapi barang siapa yang memaafkan dan berbuat baik, ganjarannya ditanggung oleh Allah swt” (QS. As-Syuura [42]:40).

“Apabila kamu memaafkan, dan melapangkan dada serta melindungi, sesungguhnya Allah maha pengampun lagi maha penyayang” (QS. At-Taghabun[64]:14).

C. Hubungan antara Kepuasan Pernikahan dengan Pemaafan

Pernikahan merupakan ikatan yang sakral antara laki-laki dan perempuan yang dipersatukan atas dasar cinta dan kasih sayang. Tujuan

pernikahan adalah untuk mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan bersama. Pasangan yang menikah pada umumnya didasari karena perasaan cinta dan saling menyayangi satu sama lain. Namun sebuah pernikahan tidak cukup hanya dengan perasaan cinta. Begitu banyak pasangan yang awalnya menikah atas dasar cinta namun berujung pada perceraian. Menjalani kehidupan pernikahan bukan berarti tanpa masalah. Pasangan suami istri harus mempersiapkan fisik dan mental sebelum menikah agar bisa mencapai kepuasan dalam pernikahan.

Pada dasarnya mencapai kepuasan dalam pernikahan bukanlah hal yang mudah, karena berbagai macam masalah bisa terjadi dalam kehidupan rumah tangga. Masalah ekonomi, perselisihan, kurangnya tanggung jawab juga menjadi masalah umum yang terjadi pada pasangan setelah menikah. Konflik-konflik yang terjadi dalam kehidupan pernikahan seperti inilah yang bisa menyebabkan ketidakpuasan dalam pernikahan.

Saat individu melakukan kesalahan kepada pasangannya dan pada akhirnya menimbulkan pertengkaran, efek yang langsung dirasakan diantaranya adalah munculnya kemarahan, perasaan sakit hati, kelelahan secara emosional, kekecewaan, dan hilangnya intimasi dan kepercayaan kepada pasangannya dalam jangka waktu tertentu. Apabila semua hal ini dibiarkan saja tanpa ada penyelesaian permasalahan atau tanpa adanya pemaafan, maka pada akhirnya efek negatif yang dirasakan semakin parah, yang dapat berakibat pada munculnya depresi dan kecemasan. Sebaliknya,

saat pemaafan muncul setelah transgresi terjadi, maka pasangan memiliki kemungkinan untuk tidak merasakan efek negatif seperti yang disebutkan diatas, dan justru dapat meningkatkan kesehatan mental mereka. Salah satu emosi positif yang dapat dicapai adalah memberikan pemaafan kepada pasangan, anak dan keadaan yang dijalankan. Pemaafan dapat membantu individu untuk mengurangi kesan negatif kearah kesejahteraan dan hubungan yang berawal dari hubungan tersebut.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Askari (2016) menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemaafan dengan kepuasan pernikahan. Penelitian ini juga mendapatkan bahwa memaafkan dapat merubah perasaan tersinggung dan pikiran negatif terhadap pasangan. Faktor pemaafan pula menjadi salah satu penyebab peningkatan kepuasan pernikahan. secara keseluruhan faktor pemaafan kebanyakan direspon dalam tahap sedang, yang ini menunjukkan bahwa memberikan maaf kepada pasangan atau kepada anggota keluarga adalah penting dilakukan ketika menghadapi berbagai masalah. Pemaafan menjadi salah satu jalan terbaik dalam menyelesaikan berbagai konflik pernikahan.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Kumala dan Trihandayani (2015) yang menyebutkan bahwa pemaafan mempengaruhi kesehatan mental dan merupakan cara yang alamiah untuk meningkatkan dukungan sosial dan menjaga kualitas hubungan pernikahan.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “terdapat hubungan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan”. Ini berarti semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kepuasan pernikahan dan sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah pula kepuasan pernikahan.



METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012). Pada penelitian ini telah ditentukan 2 variabel, yaitu variabel bebas atau variabel independen dan variabel terikat atau dependen. Variabel bebas atau variabel independen.

Menurut Sugiyono (2011) variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat), variabel terikat atau dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

1. Variabel Dependen (terikat) : Kepuasan Pernikahan
2. Variabel Independen (bebas) : Pemaafan

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah penentuan konstrak atau sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variabel yang dapat diukur. Definisi operasional menjelaskan cara tertentu yang digunakan untuk meneliti dan mengoperasikan konstrak, sehingga memungkinkan bagi peneliti yang lain untuk melakukan replikasi pengukuran dengan cara pengukuran konstrak yang lebih baik (Sugiyono, 2012).

1. Kepuasan Pernikahan

Kepuasan pernikahan adalah perasaan subjektif yang dirasakan oleh pasangan suami istri baik itu perasaan puas, senang, bahagia, atas terpenuhinya kebutuhan dalam pernikahan dan tercapainya tujuan yang diinginkan dalam sebuah pernikahnya, kepuasan pernikahan dengan aspek yang diambil dari teori Olson dan Olson (2000) yang diadaptasi oleh Lestari (2014). Adapun aspeknya adalah komunikasi, fleksibilitas, kedekatan, kecocokan kepribadian, resolusi konflik, relasi seksual, kegiatan diwaktu luang, keluarga dan teman, pengelolaan keuangan, dan keyakinan spiritual.

2. Pemaafan

Pemaafan adalah kesediaan seseorang untuk menghapus atau menghilangkan luka hati terhadap orang yang melakukan kesalahan, menghilangkan pikiran negatif dan perasaan tidak nyaman, menanggalkan kemarahan, menurunkan motivasi untuk balas dendam, dan tidak menghindari orang yang menyakiti serta meningkatkan motivasi untuk berdamai dengan orang yang telah tersakiti. Pemaafan dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek pemaafan menurut McCullough (1997) yaitu motivasi tetap menjaga hubungan baik, motivasi menghilangkan balas dendam, dan motivasi melakukan niat baik.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi berasal dari kata bahasa Inggris *Population*, yang berarti jumlah penduduk. Oleh karena itu, apabila disebutkan kata populasi, orang kebanyakan menghubungkannya dengan masalah-masalah kependudukan. Dalam metode penelitian kata populasi amat populer, digunakan untuk menyebutkan serumpun atau sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian. Oleh karenanya, populasi penelitian merupakan keseluruhan (*universum*) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian.

Menurut Dajan (1998) menyatakan bahwa populasi atau disebut *universum* atau keseluruhan unsur-unsur yang dimiliki satu atau beberapa ciri atau karakteristik yang sama. Populasi adalah keseluruhan individu yang akan diselidiki dan mempunyai minimal satu sifat yang sama atau ciri-ciri yang sama, yang pada mereka digeneralisasikan kenyataan yang diperoleh dari subjek penelitian (Hadi, 2001), yang artinya populasi sebagai keseluruhan (*universum*) subjek yang akan diteliti.

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang sudah menikah diatas 10 tahun di Desa Bangko Mukti Kab. Rokan Hilir dengan jumlah populasi dari tahun 1996-2019 sebesar 281 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Untuk menentukan jumlah sampel dilakukan sebuah sampling. Sampel adalah sebagian dari populasi yang dikenai langsung oleh suatu penelitian (Hadi, 2001). Senada dengan Arikonto (2006) mengemukakan, bahwa sampel adalah wakil dari populasi yang diteliti. Sampel ini digunakan jika dalam upaya memperoleh data tentang fenomena atau masalah yang diteliti memerlukan sumber data yang memiliki kualifikasi spesifik atau kriteria khusus berdasarkan penilaian tertentu, tingkat signifikansi tertentu. Karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah :

- a. Istri
- b. Beragama islam
- c. Menikah diatas 10 tahun
- d. Domisili Desa Mukti, Kabupaten Rokan Hilir

Sampel yang digunakan didalam penelitian ini berjumlah 123 orang..

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengumpulan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini, misalnya orang tersebut dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan mempermudah peneliti menjelajahi obyek/situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2008).

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Riduwan, 2010). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa skala. Skala adalah suatu alat pengumpulan data kuantitatif berupa sejumlah pernyataan (Azwar, 2014). Bentuk skala yang digunakan adalah skala *Likert* karena ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang terhadap fenomenal sosial. Skala dalam penelitian ini terdiri dari 5 respon jawaban yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua macam skala, yaitu sebagai berikut :

1. Skala Kepuasan Pernikahan

Skala yang digunakan peneliti merupakan skala kepuasan pernikahan yang disusun oleh Olson dan Olson (2000) dan diadaptasi oleh Lestari (2012) dan kemudian dimodifikasi oleh peneliti. Skala ini digunakan untuk mengukur kepuasan pernikahan berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Olson dan Olson (2000) yaitu komunikasi, fleksibilitas, kedekatan, kecocokan kepribadian, resolusi konflik, relasi seksual, kegiatan diwaktu luang, keluarga dan teman, pengolahan keuangan, dan keyakinan spiritual.

Skala ini terdiri dari 40 item yang disusun dengan model skala *Likert*. Jumlah item dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu *favorable* sebanyak 20 dan item *unfavorable* sebanyak 20 item. Masing-masing jawaban memiliki skor yang berbeda, dimulai dari 1 sampai 5. Skor untuk respon pernyataan atau pernyataan *favorable* Sangat Sesuai = 5, Sesuai = 4, Netral = 3, Tidak Sesuai = 2, dan Sangat Tidak Sesuai 1. Sebaliknya untuk respon pernyataan *unfavorable* Sangat Tidak Sesuai = 1, Tidak Sesuai = 2, Netral = 3, Sesuai = 4, dan Sangat Sesuai = 5. Deskripsi aitem dapat dilihat pada tabel 3.1 dibawah ini.

Tabel 3.1
Blue-Print* Skala Kepuasan Pernikahan Sebelum *Try Out

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
1	Komunikasi	Keterampilan dalam berkomunikasi.	1	10	4 item
		Kesediaan dan kemampuan mengungkapkan diri.	3	12	
2	Fleksibilitas	Tugas dan peran yang muncul dalam suami istri	14, 19	2, 6	4 item
3	Kedekatan	Kesadaran untuk saling membantu.	4	20	4 item
		Pemanfaatan waktu bersama.	7	25	

Sambungan

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
4	Kecocokan Kepribadian	Penerimaan dan pengertian masing-masing pasangan terhadap faktor kepribadian	5	21	2 item
5	Relasi Konflik	Keterbukaan pasangan untuk mengenali dan menyelesaikan masalah	8, 32	9, 30	4 item
6	Relasi Seksual	Adanya perasaan bahagia yang berkaitan dengan hubungan seksual	11 24	13 31	4 item
7	Kegiatan Diwaktu Luang	Pemanfaatan waktu luang dapat dilakukan sendiri, bersama anggota keluarga yang lain atau bersama sahabat	15 16	32, 35	4 aitem
8	Keluarga dan Teman	Keterlibatan orangtua dan teman dalam relasi pasangan	18, 33	17, 38	4 aitem
9	Pengelolaan Keuangan	Pembelanjaan dan penghematan uang	34	23	4 aitem
		Perencanaan untuk menabung	37	27	

Dokumen ini adalah Arsip Miilik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
10	Keyakinan Spiritual	Keyakinan spiritual sebagai landasan bagi nilai-nilai yang dipegang dan perilaku sebagai individu dan pasangan	26, 28, 29	36, 39, 40	6 item
TOTAL			20	20	40 aitem

2. Skala Pemaafan

Skala pemaafan digunakan untuk mengungkap seberapa besar tingkat pemaafan pada istri. Skala ini berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh McCullough (1997) yaitu motivasi tetap menjaga hubungan baik, motivasi menghilangkan balas dendam, dan motivasi melakukan niat baik. Skala ini terdiri dari 40 item yang disusun dengan model skala *Likert*. Jumlah item dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu *favorable* sebanyak 20 dan item *unfavorable* sebanyak 20 item.

Masing-masing jawaban memiliki skor yang berbeda, dimulai dari 1 sampai 5. Skor untuk respon pernyataan atau pernyataan *favorable* Sangat Sesuai = 5, Sesuai = 4, Netral = 3, Tidak Sesuai = 2, dan Sangat Tidak Sesuai 1. Sebaliknya untuk respon pernyataan *unfavorable* Sangat Tidak Sesuai = 1, Tidak Sesuai = 2, Netral = 3,

Sesuai = 4, dan Sangat Sesuai = 5. Deskripsi aitem dapat dilihat pada tabel 3.2 dibawah ini.

Tabel 3.2
Blue-Print Skala Pemaafan Sebelum Try Out

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
1	Motivasi tetap menjaga hubungan baik	Tidak Menjaga Jarak	1,2,3,1	8,11,22	14 item
		Menjaga Hubungan Baik	5,16,30,32	,23,29,31,40	
2	Motivasi menghilangkan balas dendam	Tidak melakukan balas dendam	6,17,34,35,37	13,18,25,33,39	10 item
3	Motivasi melakukan niat baik	Melakukan niat baik	7,9,10,14,24,2	4,5,12,19,20,2	16 item
		Berdamai	6,27,28	1,36,38	
Total			20	20	40 item

E. Validitas dan Reliabilitas Alat Pengumpulan Data

1. Validitas Alat Ukur

Bungin (2005) menjelaskan validitas alat ukur adalah akurasi alat ukur terhadap yang diukur walaupun dilakukan berkali-kali dan dimana-mana. Validitas dalam penelitian yang paling umum adalah ketepatan dan kecermatan skala dalam menjelaskan fungsi ukurnya. Artinya, sejauh mana skala itu mampu mengukur atribut yang dirancang untuk diukurnya (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini, validitas skala dilakukan dengan menggunakan validitas isi (*content validity*).

Validitas isi yaitu relevansi aitem dengan indikator berperilaku dan dengan tujuan ukur sebenarnya sudah dapat di evaluasi lewat nalar dan akal sehat (*common sense*) yang mampu menilai apakah isi skala memang mendukung konstruk teoritik yang diukur (Azwar, 2012).

2. Reliabilitas Alat ukur

Reliabilitas merupakan terjemahan dari kata *reliability* yang berasal dari kata *rely* dan *ability*. Walaupun *reliability* memiliki berbagai macam nama lain seperti keterpercayaan, keandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2013).

Tujuan dari reliabilitas adalah untuk mengetahui sejauh mana alat ukur mempunyai konsistensi yang relatif tetap jika dilakukan pengukuran terhadap kelompok subjek yang berbeda, selama aspek-aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Dalam hal ini relatif sama berarti tetap ada toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil pengukuran. Bila perbedaan itu sangat besar dari waktu ke waktu, maka hasil pengukuran tersebut tidak dapat dipercaya dan dikatakan sebagai alat tidak reliabel (Azwar, 2013).

Penelitian ini melakukan perhitungan reliabilitas menggunakan pendekatan konsistensi internal dengan teknik reliabilitas *alpha cronbach* dibantu dengan menggunakan program SPSS (*Software statistical package for the social sciences*) versi 20. Reliabilitas dalam

aplikasi dinyatakan dalam koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1,0. Skala yang memiliki reliabilitas tinggi jika nilai koefisien reliabilitasnya mendekati angka 1,0, sebaliknya jika nilai koefisien reliabilitasnya mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya.

F. Persiapan alat ukur penelitian

Persiapan peneliti sebelum melakukan penelitian adalah mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan peneliti melalui beberapa tahapan. Dikarenakan skala yang digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini merupakan skala modifikasi, maka tahapan pertama dilakukan dengan mengubah aitem-aitem yang kurang tepat, serta mengurangi beberapa aitem tanpa mengubah dasar konstruk teoritis semula. Artinya, peneliti hanya mengubah aitem dan mengurangi beberapa aitem tanpa mengubah aspek dan indikator.

Tahapan kedua adalah validasi isi. Skala yang dimodifikasi membutuhkan validasi ulang. Validasi isi dilakukan dengan meminta judgment kepada profesional untuk menilai kesesuaian aitem dengan konstruk teori yang digunakan. Setelah mendapatkan penilaian dari ahli dan aitem yang diubah dinyatakan sesuai, maka peneliti melakukan tahapan ketiga yaitu melakukan uji coba (*try out*).

Uji coba dilakukan pada hari Rabu tanggal 30 oktober 2019. Penyebaran skala uji coba dilakukan dengan menemui dan memberikan skala langsung kepada subjek kemudian skala diambil pada hari yang

sama. Subjek uji coba adalah sebanyak 70 orang. Pemilihan sampel ditentukan berdasarkan karakteristik yang sudah ditentukan oleh peneliti. Uji coba dilakukan dengan meminta waktu dan kesediaan subjek untuk mengisi skala uji coba. Selanjutnya subjek ditanya terlebih dahulu, apakah subjek merasa tidak terpaksa untuk membantu mengisi skala uji coba. Kemudian peneliti memberikan penjelasan prosedur pengisian skala uji coba. Selama pengisian skala tersebut, peneliti menunggu subjek sampai selesai dan kuisioner uji coba dikembalikan pada peneliti sesuai dengan jumlah skala yang di sebar. Berikut adalah blue print setelah *try out*.

Tabel 3.3
Blue-Print Skala Kepuasan Pernikahan Setelah Try Out

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
1	Komunikasi	Keterampilan dalam berkomunikasi.			2 item
		Kesediaan dan kemampuan mengungkapkan diri.	3	12	
2	Fleksibilitas	Tugas dan peran yang muncul dalam suami istri	14	2	2 item
3	Kedekatan	Kesadaran untuk saling membantu.			2 aitem
		Pemanfaatan waktu bersama.	7	25	

4	Kecocokan Kepribadian	Penerimaan dan pengertian masing-masing pasangan terhadap faktor kepribadian	5	21	2 item
No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
5	Relasi Konflik	Keterbukaan pasangan untuk mengenali dan menyelesaikan masalah	8, 32	30	3 item
6	Relasi Seksual	Adanya perasaan bahagia yang berkaitan dengan hubungan seksual	24	13	2 item
7	Kegiatan Diwaktu Luang	Pemanfaat waktu luang dapat dilakukan sendiri, bersama anggota keluarga lain atau bersama sahabat	15, 16	32, 35	4 aitem
8	Keluarga dan teman	Keterlibatan orangtua dan teman dalam relasi pasangan	33	17, 38	3 item
9	Pengelolaan Keuangan	Pembelanjaan dan penghematan uang Perencanaan untuk menabung	34	23	2 aitem
10	Keyakinan Spiritual	Keyakinan spiritual sebagai landasan bagi nilai-nilai yang dipegang dan perilaku sebagai individu dan pasangan	26, 28, 29	36,39,40	6 aitem

TOTAL	11	14	25 aitem
--------------	-----------	-----------	-----------------

Tabel 3.4
Blue-Print Skala Pemaafan Setelah Try Out

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
1	Motivasi tetap menjaga hubungan baik	Tidak Menjaga Jarak Menjaga Hubungan Baik	3,15,32	8,11,23,29 ,40	8 item
2	Motivasi menghilangkan balas dendam	Tidak melakukan balas dendam	6,34	13,18,33	5 item
3	Motivasi melakukan niat baik	Melakukan niat baik Berdamai	14,24,26, 27,28	4,5,12,19, 20,21,36	12 item
Total			10	15	25 item

G. Metode Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah skor variabel yang diteliti mengikuti distribusi normal atau tidak. Menurut Sugiyono (2011), apabila data tidak normal, maka teknik statistik parametris tidak dapat digunakan untuk alat analisis. Suatu data yang membentuk distribusi normal bila jumlah diatas dan dibawah rata-rata adalah sama, demikian juga simpangan bakunya. Peneliti dalam penelitian ini melakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk memastikan bahwa data terdistribusi normal. Jika sebaran normal, artinya tidak ada perbedaan

signifikan antara frekuensi yang di amati dengan frekuensi teoritis kurva sehingga analisis data dapat dilanjutkan ketahapan berikutnya. Kaidah yang dipakai, bila p dari Z (*kilmogrov-smirnov*) $> 0,05$ maka sebaran normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebaran tidak normal.

2. Uji linieritas

Uji linieritas untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Untuk melihat liniealitas hubungan antara kepuasan pernikahan ditinjau dari pemaafan, maka digunakan uji liniealitas. Hubungan yang linier menggambarkan bahwa perubahan pada variabel bebas akan cenderung diikuti oleh perubahan variabel terikat. Kaidah pengujian dengan melihat p atau nilai F (*deviation from linearity*). Jika $p > 0,05$ maka hubungan linier, tetapi jika $p < 0,05$ maka hubungan antara variabel tidak linier.

3. Uji hipotesis

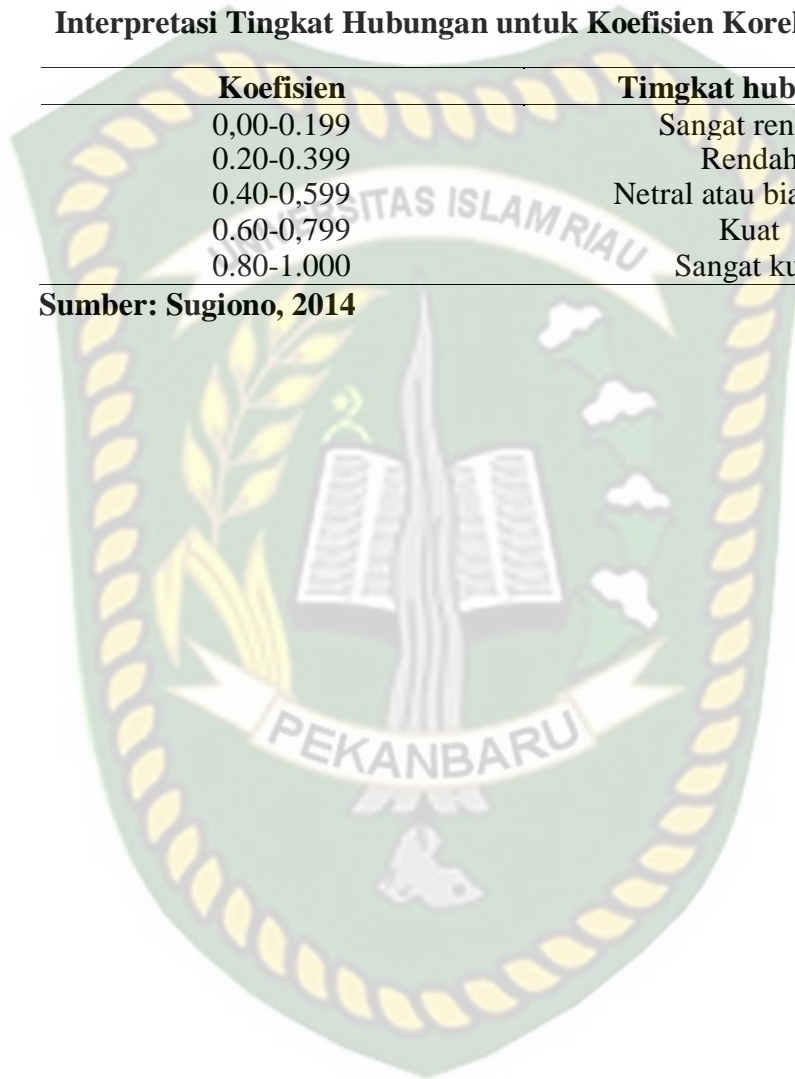
Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Korelasi Product Momen. Dimana nilai "r" terbesar adalah + 1 dan r terkecil adalah -1. $r = +1$ menunjukkan hubungan positif sempurna, sedangkan $r = -1$ menunjukkan hubungan negatif sempurna. Tidak mempunyai satuan atau dimensi. Tanda + atau - hanya menunjukkan arah. Kriteria Interpretasi koefisien korelasi adalah sebagai berikut: (Sugiyono, 2011).

Tabel 3.5

Interpretasi Tingkat Hubungan untuk Koefisien Korelasi

Koefisien	Tingkat hubungan
0,00-0.199	Sangat rendah
0.20-0.399	Rendah
0.40-0,599	Netral atau biasa saja
0.60-0,799	Kuat
0.80-1.000	Sangat kuat

Sumber: Sugiono, 2014



BAB IV

PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Tahapan awal yang harus dilakukan adalah mengajukan tempat dimana penelitian ini akan dilakukan serta mempersiapkan segala keperluan penelitian. Peneliti mengambil subyek penelitian dengan karakteristik subyek yaitu wanita yang sudah menikah diatas 10 tahun dan beragama islam. Tempat penelitian yang menjadi sasaran peneliti adalah desa Bangko Mukti, kabupaten Rokan Hilir, Riau. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan oleh peneliti yaitu *purposive sampling*. Dimana peneliti menentukan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian. Sehingga terpilih jumlah sampel sebanyak 123 orang.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan hari kamis, 14 November 2019 dengan jumlah sampel 123 orang yang tersebar di desa bangko mukti. Peneliti memberikan pengarahan mengenai tatacara pengisian skala kepada subyek yang akan diteliti. Skala diberikan kepada subjek dan diambil pada hari yang sama.

C. Hasil Analisis Data

Hasil analisis data pada penelitian ini terdiri dari hasil analisis deskriptif, hasil uji asumsi, dan hasil uji hipotesis.

1. Hasil Uji Deskriptif

Deskriptif data penelitian kepuasan pernikahan ditinjau dari pemaafan pada pasangan yang sudah menikah diatas 10 tahun setelah dilakukan skoring dan diolah dengan *statistic product* dan *service solution* (SPSS) 20.0 *for windows*. Diperoleh gambaran seperti yang disajikan dalam tabel 4.1 berikut :

Tabel 4.1
Deskriptif Hasil Penelitian

	Skor X yang dimungkinkan (Hipotetik)				Skor X yang diperoleh (Empirik)			
	X_{max}	X_{min}	Mean	SD	X_{max}	X_{min}	Mean	SD
Kepuasan	150	30	90	20	117	85	98,54	6,0
Pernikahan								86
Pemaafan	125	25	75	16,6	88	72	79,72	4,5
				7				63

Sumber: Olahan Data Penelitian 2019

Tabel 4.1 diatas secara umum menggambarkan bahwa kepuasan pernikahan dan pemaafan sangat bervariasi berdasarkan skor yang diperoleh (*empirik*). Pada variabel kepuasan pernikahan rentang skor yang diperoleh bergerak dari 30 hingga 150. Pada variabel pemaafan rentang

skor yang diperoleh bergerak 25 hingga 125. Hasil deskriptif data penelitian tersebut selanjutnya digunakan untuk kategorisasi skala, kategorisasi ditetapkan berdasarkan nilai mean dan standar deviasi empirik dari masing-masing skala.

Hasil deskriptif juga memberikan perbandingan antara skor yang diperoleh (*empirik*) subjek dan skor yang dimungkinkan diperoleh (*hipotetik*). Pada variabel kepuasan pernikahan rerata 98,54 dibawah rerata empirik 90 dan variabel pemaafan 79,72 dibawah rerata empirik 75.

Berdasarkan deskriptif statistik tersebut, selanjutnya dibuat kategorisasi untuk masing-masing variabel penelitian. Kategorisasi yang dibuat berdasarkan rerata empirik. Kategorisasi dibagi menjadi lima kategori, yaitu sebagai berikut:

1. Sangat tinggi : $X \geq M + 1,5 SD$
2. Tinggi : $M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
3. Sedang : $M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
4. Rendah : $M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
5. Sangat Rendah : $X \leq M - 1,5 SD$

Keterangan : M = Mean empiric

SD = Standar Deviasi

Berdasarkan deskriptif data menggunakan rumus diatas maka untuk skala dalam penelitian ini terbagi atas lima bagian yaitu sangat

tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Kategori skor skala kinerja dapat dilihat pada tabel 4.2 dibawah ini.

Tabel 4.2
Skor Tingkat Kepuasan Pernikahan

No	Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$X \geq 107,68$	5	4,06
2	Tinggi	$101,58 \leq X < 107,68$	34	27,64
3	Sedang	$95,50 \leq X < 101,58$	50	40,65
4	Rendah	$89,40 \leq X < 95,50$	24	19,51
5	Sangat Rendah	$X \leq 89,40$	9	7,32
TOTAL			123	100%

Sumber: Olahan Data Penelitian 2019

Berdasarkan kategori tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kepuasan pernikahan dalam kategori sedang, terlihat dari persentase 40,65 ini berarti dari 123 subjek, 50 orang yang memiliki kepuasan pernikahan. Sementara itu, kategori skor pemaafan dapat dilihat pada tabel 4.3 dibawah ini.

Tabel 4.3
Skor Tingkat Pemaafan

No	Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$X \geq 86,56$	11	8,94
2	Tinggi	$82,00 \leq X < 86,56$	26	21,14

3	Sedang	$77,44 \leq X < 82$	43	34,96
4	Rendah	$72,88 \leq X < 77,44$	36	29,27
5	Sangat Rendah	$X \leq 72,88$	7	5,69
TOTAL			123	100%

Sumber: Olahan Data Penelitian 2019

Berdasarkan kategori tersebut, dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat pemaafan dalam kategori sedang, terlihat dari persentase 34,96 ini berarti dari 123 subjek, 43 orang yang memiliki pemaafan sedang.

2. Hasil uji Asumsi

Data yang diperoleh terlebih dahulu dilakukan uji asumsi untuk memenuhi syarat-syarat korelasi. Uji asumsi meliputi normalitas dan uji linearitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan pada masing-masing yaitu variabel kepuasan pernikahan dan pemaafan yang dianalisa menggunakan *SPSS 20.0 for windows*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidak sebaran data adalah jika $p > 0,05$ maka sebaran normal. Jika sebaliknya $p < 0,05$ maka sebaran tidak normal (Azwar, 2012).

Uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan ketentuan yang telah digunakan adalah Jika $\text{sig} < 0,05$ maka

data tidak berdistribusi normal, sebaliknya jika $\text{sig} > 0,05$ maka data berdistribusi normal (Sugiyono, 2011). Untuk hasil pengujian normalitas dapat dilihat seperti berikut:

Tabel 4.4
Hasil Uji Asumsi Normalitas

Variabel Keterangan	<i>Kolmogrov-Smirnow</i>				Taraf
	Rata-rata	SD	K-Z	Signifikansi	
Kepuasan Pernikahan	98,54	6,086	0,827	($p > 0,05$)	Normal
Pemaafan	79,72	4,563	0,866	($p > 0,05$)	Normal

Sumber: Olahan Data Penelitian 2019

Dari hasil uji normalitas *kolmogorov-smirnor* di atas didapat bahwa data kedua variabel tersebut dalam distribusi telah memenuhi distribusi normal. Syarat suatu variabel dikatakan normal dalam distribusi datanya adalah memiliki signifikan $> 0,05$. Uji normalitas kepuasan pernikahan menunjukkan distribusi normal dengan angka K-SZ sebesar 0,827 dengan $p=0,089$ ($p > 0,05$) yang berarti sebarannya normal, sedangkan untuk variabel pemaafan menunjukkan distribusi normal dengan angka K-SZ sebesar 0,866 dengan $p=0,063$ ($p > 0,05$) yang berarti sebarannya normal. Dapat disimpulkan bahwa untuk variabel terikat yaitu Kepuasan Pernikahan (Y) dan variabel bebas

Pemaafan (X) berasal dari populasi normal pada taraf signifikansi 0,05, maka variabel secara statistik telah berdistribusi secara normal dan layak digunakan sebagai data penelitian.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, yaitu kepuasan pernikahan dan pemaafan. Uji linearitas menggunakan kaidah signifikan (p) dari nilai F (*Linearity*) > 0,05, maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah *linier*. Tetapi jika signifikan (p) dari nilai F (*Linearity*) < 0,05 maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah tidak linier. Hasil uji linear dapat dilihat pada tabel 4.5 dibawah ini :

Tabel 4.5
Hasil Uji Linearitas

Variabel	<i>Deviation from linearity (F)</i>	P	Keterangan
Kepuasan Pernikahan	1,384	0,000	Linear
Pemaafan			

Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan linier apabila $P < 0,05$. Berdasarkan tabel di atas, analisis data menghasilkan nilai F 1,384 dengan signifikansi *linierity* 0,000, karena $P < 0,05$ dengan nilai signifikansi variabel bernilai 5% atau 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa garis antara kepuasan pernikahan dengan

pemaafan mempunyai hubungan linier. Karena hasil analisis menunjukkan bahwa $\text{Sig } 0,000 < 0,05$, sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan kedua variabel tersebut adalah linier.

3. Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis merupakan pernyataan sementara yang masih lemah kebenarannya sehingga perlu diuji kebenarannya (Azwar, 2012). Uji Hipotesis dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan. Untuk itu dibuat hipotesis sebagai berikut:

Ha : Terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan.

Ho : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan.

Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data yang terkumpul memenuhi syarat untuk dianalisis. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan *Pearson Product Moment* untuk mengetahui jenis hubungan antara dua variabel dalam penelitian ini. Berdasarkan perhitungan *Pearson Product Moment* antara kepuasan pernikahan (Y) dengan pemaafan (X) dengan menggunakan bantuan program *SPSS* maka dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.6
Uji Hipotesis

		Kepuasan Pernikahan	Pemaafan
Kepuasan Pernikahan	Pearson Correlation	1	,530**

	Sig. (2-tailed)		,000
	N	123	123
Pemaafan	Pearson Correlation	,530**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	123	123

Sebagai kriteria penilaian, apabila probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima, sedangkan apabila probabilitas $< 0,05$ maka H_0 ditolak (Sugiyono, 2011). Pada hasil uji *Pearson Product Moment* diperoleh angka Sig. sebesar 0,000, dimana 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka H_0 ditolak artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan. Koefisien korelasi yang dihasilkan adalah sebesar 0,530 yang terletak pada rentang 0,40-0,599 dengan kategori netral atau biasa saja (lihat tabel 3.5). Artinya terdapat hubungan yang netral antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan.

Tabel. 4.7
Uji Determinasi
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,530 ^a	,281	,275	5,182

a. Predictors: (Constant), Pemaafan

Berdasarkan tabel 4.7 dapat diketahui bahwa nilai koefisien determinasi sebesar 0,281, artinya hal ini menunjukkan bahwa pemaafan (X1) memberikan sumbangan terhadap kepuasan pernikahan (Y) sebesar 28,1%, dan sisanya (71,9%) dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak terdapat dalam penelitian.

D. Pembahasan

Hipotesis yang diajukan yang menyatakan terdapat hubungan yang positif antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan. Hasil perhitungan dengan menggunakan teknik analisis korelasi diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,530 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menjelaskan hipotesis dapat diterima yakni ada hubungan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan. Hal ini menunjukkan semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kepuasan pernikahan dan sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah pula kepuasan pernikahan. Hubungan antara kedua variabel ini menunjukkan pemaafan dapat digunakan untuk memprediksi munculnya kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri tersebut.

Deskriptif data penelitian ini menunjukkan bahwa dari 123 sampel yang diambil, pada variabel kepuasan pernikahan diketahui bahwa sebanyak 50 subjek atau 40,65% subjek berada pada kategorisasi sedang, kategorisasi tinggi sebanyak 34 subjek atau 27,64%, kategorisasi rendah sebanyak 24 subjek atau 19,51%, kategorisasi sangat rendah sebanyak 9 subjek atau 7,32%, sedangkan pada kategorisasi sangat tinggi sebanyak 5 subjek atau 4,06 %. Sementara pada variabel pemaafan diketahui bahwa sebanyak 43 subjek atau 34,96% berada pada kategorisasi sedang, kategorisasi rendah sebanyak 36 subjek atau 29,27%, kategorisasi tinggi sebanyak 26 subjek atau 21,14%, kategorisasi sangat tinggi sebanyak 11

subjek atau 8,94%, dan pada kategorisasi sangat rendah sebanyak 7 subjek atau 5,69%.

Menurut Fincham dkk (2004), pemaafan dipandang dapat membantu pasangan suami istri untuk mempertahankan hubungan jangka panjang maupun pola interaksi jangka pendek. Fincham dkk (2004) menjelaskan bahwa pemaafan terbukti menjadi elemen penting dalam transaksi pernikahan justru karena pasangan sering menyakiti satu sama lain dan dengan tidak adanya pemaafan akan berpengaruh terhadap upaya selanjutnya dalam penyelesaian masalah. Ada banyak hal yang mempengaruhi seseorang dalam proses pemaafan, salah satunya empati. Lebih tingginya tingkat pemaafan istri dibanding suami dapat dijelaskan bahwa istri pada umumnya lebih berempati dengan penyelesaian masalah dan pemberian maaf. Perempuan dinilai lebih tinggi dalam sifat empati emosional. Empati memainkan peran besar dalam pemaafan.

Fincham dkk (2006) menemukan bahwa empati adalah prediktor pemaafan yang baik pada istri dibanding suami karena cenderung kurang empatik dalam hubungan. Hal ini didukung oleh Kostam, dkk (dalam Kimie, 2009) yang menyatakan bahwa perempuan cenderung memberikan pemaafan lebih dari pada pria. Pemaafan biasanya terlihat pada perempuan sebagai kebajikan dan fitur penting dalam hubungan dengan orang lain, sedangkan laki-laki menempatkan pemaafan sebagai hal yang kurang penting bahkan dapat terlihat secara lahiriah sebagai tanda kelemahan.

Fincham, dkk (2008) juga menegaskan bahwa suami diprediksi lebih sedikit memberi maaf pada istri dan sebaliknya istri diprediksi lebih banyak memberi maaf pada suami. Beberapa penelitian yang telah dijalankan menemukan bahwa pemaafan ialah gejala yang penting dalam pernikahan yang menjelaskan bagaimana pasangan mengatasi konflik antar pasangan (Mathias, Amberg & Zimprich, 2007), mengatasi konflik dimasa depan (Fincham, Beach, & Davila, 2004), berpengaruh terhadap kesehatan batin (Seif & Bahari, 2003), serta efektif dalam pikiran, perasaan, dan meningkatkan hubungan (Kachadourian, Fincham, & Davila, 2005).

Berdasarkan kajian yang dilakukan oleh Askari (2016) yang melakukan kajian terhadap 80 pasangan penduduk di Tehran, Iran menggunakan *Marital Forgiveness Scale* (MOFS) oleh Paleari, Regalia, dan Fincham (2009) dan *Enrich Couple Measure*. Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemaafan dengan kepuasan pernikahan. Penelitian ini juga mendapatkan bahwa memaafkan dapat merubah perasaan tersinggung dan pikiran negatif terhadap pasangan.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh para ahli. McCullough (2000) menyatakan bahwa memberi maaf bisa mewujudkan kesejahteraan psikologis dan kesehatan fisik melalui dua mekanisme. Pertama, memberi maaf dapat menciptakan pembentukan kembali hubungan yang mendukung, penuh kepedulian antara orang yang

disakiti dan yang menyakiti. Kedua, mempertahankan perilaku memberi maaf dapat membantu mengendalikan kemarahan sehingga menjadi lebih stabil.

Memaafkan secara emosi, individu lebih dapat menerima dan berempati dengan kesalahan yang dilakukan oleh pihak lain. Individu tidak memiliki pemikiran negatif terhadap perilaku pihak lain, dan memandang konflik yang terjadi sebagai hal yang harus dilakukan. Dalam konteks perkawinan, memaafkan ini dapat menguatkan ikatan perkawinan itu sendiri yang pada akhirnya individu lebih dapat merasakan kepuasan dalam pernikahannya (Worthington, 2012).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Halberstadt, dkk (1995) menunjukkan bahwa istri yang merasa puas dengan pernikahannya maka ia akan meningkatkan *emotional expressivity* positifnya, misalnya ia sering memberikan pelukan spontan, mengekspresikan betapa bahagianya ia sehingga hal ini juga berdampak atau memberikan peran terhadap peningkatan kepuasan pernikahan suami.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Kumala dan Trihandayani (2015) yang menyebutkan bahwa memaafkan mempengaruhi kesehatan mental dan merupakan cara yang alamiah untuk meningkatkan dukungan sosial dan menjaga kualitas hubungan pernikahan.

Penelitian yang dilakukan oleh Herawati dan Farradina (2017) mengenai “Kepuasan Perkawinan Ditinjau dari Kebersyukuran dan

Pemaafan pada Pasangan Bekerja” dengan hasil analisis menunjukkan bahwa kebersyukuran berkorelasi sangat signifikan ($p < 0.01$) dengan pemaafan, kepuasan perkawinan, gender, umur, dan periode perkawinan. Sementara itu, pemaafan berkorelasi dengan kepuasan perkawinan secara signifikan dengan $p < 0.05$. Dari hasil analisis regresinya menunjukkan bahwa faktor kebersyukuran dan pemaafan berpengaruh terhadap kepuasan perkawinan.

Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa rasa syukur dapat meningkatkan kebahagiaan dan keintiman yang menghasilkan kepuasan perkawinan yang lebih baik (Gordon, Arnett & Smith, 2011). Apabila kebersyukuran diimbangi dengan pemaafan, hal tersebut selanjutnya akan menghasilkan energi positif yang lebih baik dalam mengurangi kesulitan dalam menghadapi masalah dengan pekerjaan. Individu yang pemaaf dilaporkan lebih menunjukkan hubungan interpersonal yang lebih baik dalam kebahagiaan dan kepuasan hubungan suami istri (Karremans, van Lange, Quwerkerk, & Kluwer, 2003).



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini yang berjudul Kepuasan pernikahan ditinjau dari pemaafan pada pasangan yang sudah menikah diatas 10 tahun. Hal ini menjelaskan hipotesis dapat diterima yakni ada hubungan antara kepuasan pernikahan dengan pemaafan. Hal ini menunjukkan semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kepuasan pernikahan dan sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah pula kepuasan pernikahan. Hubungan antara kedua variabel ini menunjukkan pemaafan dapat digunakan untuk memprediksi munculnya kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri tersebut.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat dikemukakan saran, yaitu :

1. Bagi Istri

Bagi pasangan suami istri khususnya (istri) apabila ingin mendapatkan kepuasan pernikahan hendaknya lebih meningkatkan pemaafan dalam diri individu dengan cara rendah hati dan selalu memaafkan setiap permasalahan yang terjadi didalam rumah tangga. Kemudian kepada pasangan suami istri diharapkan untuk lebih banyak menghabiskan waktu luang bersama untuk mencapai kepuasan pernikahan.

2. Kepada peneliti selanjutnya

Penulis berharap penelitian ini bisa menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan dalam meneliti hal yang sama, namun mempertimbangkan variabel yang sesuai dengan kepuasan pernikahan.



DAFTAR PUSTAKA

- Afif, A (2015). *Pemaafan, rekonsiliasi dan restorative justice*. Yogyakarta Pustaka Pelajar.
- Afiatin, T. (2018). *Psikologi Perkawinan dan Keluarga : Penguatan Keluarga di Era Digital Berbasis Kearifan Lokal*. Yogyakarta : Penerbit PT Kanisius.
- Al-Mabuk, R.H., Dedrick, C.V.L., & Vanderah, K.M. (1998). Attribution retraining in forgiveness therapy. *Journal of Family Psychotherapy*, 9, 11-30.
- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Askari, Z. (2016). Forgiveness and its relationship with marital satisfaction: a sectional study. *The International Journal of Indian Psychology*, 3 (10), 2349-3429.
- Aqmalia, R & Fakhrurrozi, 2009. Marriage Satisfaction in Commercial Sex Workers. *Journal Psikologi*.
- Azwar, S (2001). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. (Edisi II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* : Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Alih Bahasa: Ratna Djuwita Edisi kesepuluh. Jakarta: Erlangga.
- Barash, S.S. (2012). *The Nine Phases of Marriage : How to Make it, Break it, Keep it*. New York : St. Martin's Griffin.
- Britt, Sonya, L, Huston, and J, Sandra. 2012. *The Role Of Money Argument in Marriage*. Journal of Family Economic Issues, Vol.33, 464-476.
- Bee, Helen L. & Sandra K. Mitchell. (1984). *The Developing Person (A Life Span Approach)* USA : Publisher New York.
- Bungin, B. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Carandang, M. & Guda, I. (2015). Indicators of marital statisfaction of batangueno couple: components of love and the other external factors in marriage. *International journal of information and education technology*, vol. 5, no. 1, 60-67.
- Coyle, C.T., & Enright, R.D. (1997). Forgiveness intervention with post-abortion men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 1042-1046.
- Dajjan, Anto. 1998. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- De Vries, A. (2006). *Determinants of the cost of days open in dairy cattle*. Proceedings of the I Ith International Syimposium on Veterinary Epidemiology and Economics.
- Desmita, 2009. *Psikologi perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Duvall, E.M., & Miller, B.C. (1985). *Marriage and family development*. New York: Harper and Row.
- Enright, R.D., & Coyle, C.T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. In E. L. Worthington (Ed). *Dimensions of forvieness : Psychological research and theological perspectives* (pp. 139-161). Philadelphia: Templeton Press.

- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving. *Personal relationships*, 7,1-23.
- Fincham, F. D, Beach, S. R and Davila, J. (2004). Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Journal of Family Psychology*, 18, 72-81.
- Fincham, F.D., Hall, J., & Beach, S.R.H. 2006. *Forgiveness in marriage: Current status and future directions*. *Family Relation*, 55, 415-425.
- Fincham, F.D., Beach, S.R.H., & Davila, J. 2008. *Forgiveness and conflict resolution in marriage, forgiveness: A sampling of research result*. American Psychological Assosiation, Washington DC.
- Fauzia. (2008). Hubungan Kepercayaan Pada Pasangan dengan Kepuasan Pernikahan. Naskah Publikasi. Yogyakarta.
- Fowers & OlsoSn. (2001). ENRICH Marital Satisfaction Scale: A Brief Research and Clinical Tool. *Journal of Family Psychology*, 72, 176-185.
- Fower, B.J., & Olson, D. H. (1993). Enrich Marital Satisfaction Scale: A Brief Research and Clinical Tool. *journal of family psychology*, 2, 176-185.
- Gymnastiar, Abdullah. (2006). Sakinah, Manajemen Qolbu untuk Keluarga. Bandung : Khas MQ.
- Goldstein, Joshua R and Kenny, Catherine. T. 2001. *Marriage Delayed or Marriage for Gone? New Cohort Forecast of First Marriage for U.S. Women*. *American Sociological Review*, No. 66, 4.
- Goodwin, R and Duncan, C. 2000. *Marriage and Social Support in Britsh Asian Community*. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, No. 10, 49-62.
- Hadi, S. (2001). Metodologi research 2. Yogyakarta:Andi Offiset.
- Habibi, U.V. (2015). Kepuasan Perkawinan pada Wanita yang Dijodohkan oleh Orangtua. *E-Journal Psikologi*. 3(2),579-588.
- Halberstadt, A.G., Cassidy, J., Stifer, C.A., Parke, R.D., Fox, N.A. (1995). Self-expressiveness within the family Context : Psychometric support for a new measure. *Psychological Assesmen*, 7, 93-103.
- Halford, W. K., Lizzio, A., Wilson, K. L., & Occhipinti. (2007). Does working at your marriage help? Couple relationship self regulation and satisfaction in first 4 years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 21 (2), 185-194.

- Hurlock, B. (1994). Psikologi perkembangan : *suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*. Alih Bahasa : Isti Widayanti & Soedjarwo. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Herdina. (2011). *Pemenuhan Aspek-Aspek Kepuasan Pernikahan pada istri yang Menggugat Cerai*. Jakarta: INSAN.
- Hendrick, S. & Hendrick, C. (1992). *Liking, Loving and Relating*. Monterey, CA: Brooks/Cole Publishing Company.
- Hurlock, E. (2011). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Jakarta Erlangga.
- Hoffman, M. L.(2000). *Empathy and Moral Development*. Cambridge University Press.
- Iqbal, M. (2018). *Psikologi Pernikahan*. Jakarta : Gema Insani.
- Igbo, Grace A. 2015. *Relationship between Duration of Marriage, Personality Trait, Gender, and Conflict Resolution Strategies of Spouses*. Procedia Sosial and Behavior Science, No.190, 490-496.
- Johnson, H A, Zabriskie, R, and Hill, B. 2006. *The Contribution of Couple Leisure Involvement, Leisure Time, and Leisure Satisfaction to Marital Satisfaction*. Marriage and Family Review, 40, 69-91.
- Kachadourian, L. K., Fincham, F., & Davila, J. (2005). Attitudinal ambivalence, rumination, and forgiveness of partner transgressions in marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31 (3), 334-342.
- Karremans, J.C., Van Lange, P.A.M., & Ouwerkerk, J.W. 2003. When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (5), 1011-1026.
- Kusumowardhani, Retno. (2011). *Gambaran Kepuasan Pernikahan Pada Istri Bekerja*. Jurnal Psikologi Proyeksi. 06 : 1-15.
- Kumala, A., & Trihandayani, D. (2015). Peran memaafkan dan sabar dalam menciptakan kepuasan perkawinan. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 1 (1),39-44.
- Lavner, Justin A, Karney, B, and Bradbury, T. 2016. *Does Couple's Communication Predict Marital Satisfaction or Does Marital Satisfaction*

- Predict Communication*. Journal of Marriage and Family. Vol. 778,680-694.
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L., & Gottman, J. M. (1994). Long term marriage : Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8 (2), 301-313.
- Lestari, S. (2012). Psikologi keluarga : Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga edisi pertama. Jakarta : Kencana.
- Lestari, S. 2014. Psikologi keluarga: *penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Jakarta : kencana prenadamedia group.
- Lestari, D. I., & Agung, I. M. (2016). Empati dan Pemaafan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. *Journal Studia Insania*. Vol. 4 (2), hal. 137-146.Jakarta.
- Martin, A.D. (2003) Emotional Quality Management : *Refleksi, Revisi, dan Revitalisme Hidup Melalui Kekuatan Emosi*. Jakarta: Penerbit Arga.
- McCullough, M. E. (1997). Interpersonal Forgiving in Close Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 73 (2), 231-336.
- McCullough, M.E., Rachal, K.C., Sandage, S.J., Wortthington, W.L., Brown, S.W., & Hight, T.L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1586-1603.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: theory, measurment, and links to well-being. *Journal of Social Clinical Psychology*, 19 (1), 43-55.
- McCullough, M. E., Emmons, R.A., & Tsang, Jo-Ann. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of personality and Social Psychology*. Vol. 82, No. 1, 112-127.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*. 84 (3), 540-557.
- McCullough, M.E., Root, L. M., & Cohen, A. D. (2006). Writting About the Benefits of an Interpersonal Transgression Facilitates Forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 5, 887-897.

- Munandar, S. C. U. (2001). *Psikologi Perkembangan Pribadi dari Bayi Sampai Lanjut Usia*. Jakarta : Universitas Indonesia (UI-Press).
- Nashori, F. (2008). *Psikologi Sosial Islam*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Nicky, and Lee, S. 2000. *The Marriage Book*. Alpha International Publications : London.
- Olson, D.H. & Olson A.K. (2000). *Empowering Couple:Building on Your strengths*. Minneapolis, M.N : Life Innovations,Inc.
- Olson, D. H, (2003). *Marriage and Families Strengths 7 th ed*. New York : McGraw-Hill.
- Olson, David H., John Defrain & Linda Skogrand. (2010). *Marriage Family:Intimicy, Diversity, and Strengths*. Edisi ketujuh. New York: McGraw Hill.
- Papilia. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2009). Measuring offence-specific forgiveness in marriage: The Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS). *Psychological Assessment*, 21, 194-209.
- Pimentel, E. (2000). Just how do I Love thee? Marital relations in urban China *Journal of Marriage and the Family*, Vol. I, No. 62, Hal.32-47.
- Pennebaker, J. W. (2002). *Ketika Diam Bukan Emas*. Bandung : Mizan.
- Riduwan. 2010. *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rosen-Grandon, J., Myers, J., & Hattie, J. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of Counseling and Development*, 82, 58-68.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja* (11th ed). (Terj. B. Widiasinta). Jakarta : Erlangga.
- Seif, S. & Bahari, F. (2003). Relationship between forgiveness and mental health of couple. *Persian Journal of Psychological Studies*, 1 (1), 9-18.
- Sigelman, Carol K, and Rider, Elizabeth A. 2003. *Life Span Human Development* (Fourth Edision). Wadsworth Publishing Company: California.

- Shihab, M.Q. (2001) *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2005). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford : Oxford University Press.
- Strong, Bryan and Devault, Christine. 1989. *The Marriage and Family Experience*. St. Paul West.
- Strong, B. DeVault, C., & Cohen, T. F. (2008). *The marriage and family experience : intimate relationships in a changing society*. (10th ed). Minneapolis : West Publishing Company.
- Sugiyono, (2008). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung. Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sullivan. (2001). *Understanding the Relationship Between Religiosity Marriage: An Investigation of the Immediate and Longitudinal Effects of Religiosity on Newlywed Couples*. *Journal of Family Psychology*, 154, 610-626.
- Subiyanto, P. 2011. *The handbook of marriage: Menuju perkawinan langgeng*. PT. Elex Media Komputindo, Jakarta.
- Takaku, S. (2001). *The Affects of Apology and Perspective Taking on Interpersonal Forgiveness : A Dissonance-Attribution Model of Interpersonal Forgiveness*. *Journal of Social Psychology* : 141 (4), 494-508.
- Thompson, L.Y., Snyder, C.R., Hoffman, L., Michael, S.T., Rasmussen, H.N., Billings, L.S., Heinze, L., Neufeld, J.E., Shorey, H.S., Roberts, J.C., & Robert, D.E. (2005) "Dispositional Forgiveness of Self, Other, and Situations", dalam *Journal of Social and Personality Psychology*, Vol. 73 (2), 313-359.
- Wardhani. (2012). *Self Disclosure dan kepuasan perkawinan pada istri diawal perkawinan*. Naskah Publikasi. Yogyakarta.
- Walgito, B. (2000). *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. (ed-2). Yogyakarta : Penerbit ANDI.

Wardhati, L, T. & Faturochman. (2006). Psikologi Pemaafan (*The Psychology of Forgiveness*). Bulletin Psikologi.

Widyarini, M.N.N. 2009. *Menuju perkawinan harmonis*. PT. Elex Media Komputindo, Jakarta.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau