

**HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DAN *SUBJECTIVE WELLBEING*  
PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN ORANGTUA  
DITINJAU DARI JENIS KELAMIN**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Program Studi Psikologi Jurusan  
Bimbingan dan Konseling sebagai Salah Satu Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi*



**Oleh:**

**ALZIRA NANSE MAHARANI  
NIM. 1300649**

Dosen Pembimbing :

Niken Hartati, S.Psi., M.A  
Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2017**

**PERSTUJUAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DAN *SUBJECTIVE WELLBEING*  
PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN ORANGTUA  
DITINJAU DARI JENIS KELAMIN**

Nama : Alzira Nanse Maharani  
NIM : 1300649  
Program Studi : Psikologi  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Bukittinggi, Agustus 2017

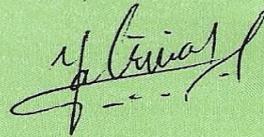
Disetujui Oleh

Pembimbing I



**Niken Hartati, S.Psi., M.A**  
NIP. 19800325 200501 2 002

Pembimbing II



**Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog**  
NIP. 19790326 200801 2 007

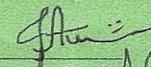
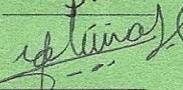
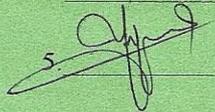
## PENGESAHAN

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Psikologi Jurusan Bimbingan Dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang**

Judul : Hubungan antara Pemaafan dan *Subjective Wellbeing* pada Remaja Korban Perceraian Orangtua ditinjau dari Jenis Kelamin  
Nama : Alzira Nanse Maharani  
NIM : 1300649  
Program Studi : Psikologi  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Bukittinggi, Agustus 2017

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Niken Hartati, S.Psi.,M.A	1. 
2. Sekretaris: Yolivia Inna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog	2. 
3. Anggota: TesiHermaleni, S.Psi.,M.Psi., Psikolog	3. 
4. Anggota: Yuninda Tria Ningsih S.Psi., M.Psi., Psikolog	4. 
5. Anggota: Yosi Molina, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog	5. 

## HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*(Dengan Menyebut nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang)*

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

*Diantara butir-butir keringat dan air mata*

*Alhamdulillah satu kewajiban berhasil kuselesaikan*

*Ini bukanlah akhir, namun merupakan awal*

*Awal dari kehidupan baru yang akan segera kutempuh*

*Karna sebuah gerbang baru, telah terbuka dan menunggu untukku*

*Dengan suka cita kunikmati pencapaian ini*

*Pada kesempatan ini*

**Senin, 18 September 2017**

*Kuucapkan rasa syukur yang begitu mendalam kepadaMu*

*Untuk kado terindah*

*Dan karya ini ku persembahkan kepada segenap yang kucintai dengan sepenuh hati dan kukasih dengan segenap jiwaku...*

### **Untuk Bunda dan Papa**

Bundo dan papa, darah, keringat dan air mata yang telah kau curahkan untuk hidupku, takkan mampu terbalaskan. Bahkan oleh sebungkah berlian pun. Sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terima kasih yang tiada terhingga, kupersembahkan karya kecil ini untuk bundo dan papa yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan dan cinta kasih yang tiada terhingga, yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan ini. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat bundo dan papa bahagia, karena kusadar selama ini belum bisa berbuat yang lebih. Untuk bundo dan papa yang selama ini membuat aku termotivasi dan selalu menyirami kasih sayang, selalu mendoakanku, dan selalu menasehatiku menjadi lebih baik.

### ***My only one sista and cousins***

Untuk @gabrixlaa uri dongsang, dan saudara-saudara sepupu-tercinta, bang Kevin, Varel, Azel, Ajai, Zizi, abang Pino, adek Evan, adek Yusuf, dan Nisa. Tiada yang mengharukan saat kumpul bersama kalian, walaupun sering bertengkar tapi hal itu selalu menjadi warna yang tak tergantikan. Semoga suatu hari nanti kita bisa berkumpul komplet ya. Terima kasih atas support dan dukungannya selama ini. Hanya karya kecil ini yang dapat aku persembahkan. Semoga ini dapat menjadi motivasi bagi kalian untuk melanjutkan pendidikan setinggi-tingginya dan mewujudkan cita-cita kalian. Amin ya Allah.

### ***Untuk Guci Anlersi Fam***

Terima kasih juga untuk ibuk dan om Ef yang selama ini telah menjadi sosok pengganti bunda dan papa selama di kampung, mengasihiku layaknya anak sendiri. Mulai dari aku remaja hingga kini usiaku sudah dewasa. Terima kasih ibuk, om. Zira tahu mungkin ra nggak akan bisa membalas jasa ibuk dan om. Hanya skripsi ini yang bisa ra persembahkan untuk pengobat lelah dan keringat. Untuk tachi dan om ls, yang sudah menganggap ra sebagai anak gadisnya, makdang, teta, nanang, om eki, dan tante, terima kasih untuk supportnya selama ini.

### ***My Dearest 'Zi' Zikrillah***

Sebagai tanda cinta kasihku, aku persembahkan karya kecil ini untukmu. Terima kasih telah menemani, membimbing, menasehati, menjadi pendengar setia keluh kesahku, dan memberikan support ketika aku lelah dengan keadaan yang aku hadapi. Terima kasih untuk cinta yang telah kau curahkan untukku. Semoga semua abadi cinta 😊.

### ***My Best Friend's***

Hidupku terlalu berat untuk mengandalkan diri sendiri tanpa melibatkan bantuan dari orang lain, tak ada tempat terbaik untuk berkeluh kesah selain bersama sahabat-sahabat terbaik. Terimakasih ku ucapkan kepada sahabat-sahabat Psikologi 013. Tanpamu sahabat, aku mungkin takkan pernah berarti, tanpamu sahabat, aku mungkin bukan siapa-siapa yang tak akan jadi apa-apa. Buat Tiara, Puput, Pujak, Ipat, Tina, Nifa dan yang lainnya yang tidak bisa kusebut satu per satu, semangat berjuang ya. Maret ceria harus ditangan, amin. Semoga segala urusannya dipermudah oleh-Nya.

### ***Untuk dosen Pembimbing dan Penguji***

Ibu Niken Hartati, S.Psi.,M.A dan ibu Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing tugas akhir saya, terima kasih banyak ibu saya

sudah dibantu selama ini, sudah dinasehati, sudah diajari, diperhatikan dan bahkan ibu seperti sosok orangtua kedua bagi saya. Saya tidak akan lupa atas bantuan dan kesabaran dari ibu. Terima kasih juga untuk Ibu Tesi Hermaleni, S.Psi., M.Psi, Psikolog, Ibu Yuninda Tria Ningsih, S.Psi., M.Psi, Psikolog dan Ibu Yosi Molina, S.Psi., M.Psi Psikolog yang sudah mau dengan sabar untuk menguji skripsi saya, dan memberikan kritik dan saran untuk skripsi saya.

Terima kasih untuk rekan seperjuangan di PLP UNP, Roy, Tina, Pujak, Desi dan Nisa. Maafkan jika selama bekerja sama ada sikap aku yang kurang menyenangkan, mohon kerendahan hatinya untuk memaafkan ya hehe. Untuk Pujak, Tina, Desi dan Nisa, semangat berjuang untuk skripsinya dan proyek-proyek PLP yang segudang. PLP tim Fighting!. Terima kasih untuk pengalaman yang sangat berharga 😊.

Terima kasih untuk Alif, Geboy dan teman-teman yang sudah membantu dalam penelitian ini. Tanpa kalian skripsi ini tidak ada artinya. Buat adik-adik 2016, Geby, Itub, Tio, Faiz, Nurul, Gembul, Deni, Ipit, Puput, Tiara, semangat kuliahnya. Jangan malas belajar ya. Semoga bisa S.Psi secepatnya juga ya. Dan terima kasih untuk semua orang yang telah terlibat dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini. Gomawoo 😊

*Jika kamu tidak mengejar apa yang kamu inginkan  
Maka kamu tidak akan mendapatkannya  
Jika kamu tidak bertanya  
Maka jawabannya adalah tidak ada  
Jika kamu tidak melangkah maju  
Kamu akan berada di tempat yang sama*  
(Nora Roberts)

*“Life is ten percent what happens to you  
and ninety percent how you respond to it”*  
(Charles Swindoll)

*“Bahkan di saat aku terjatuh dan menyakiti diri sendiri  
Aku tetap terus berlari mengejar impianku”*

(Bangtan Sonyeondan, Young Forever)

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Bukittinggi, Agustus 2017

Yang menyatakan,

Alzira Nanse Maharani

## ABSTRAK

Judul : Hubungan Antara Pemaafan dan Subjective Wellbeing pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua Ditinjau dari Jenis Kelamin  
Nama : Alzira Nanse Maharani  
Pembimbing : 1. Niken Hartati, S.Psi., M.A  
2. Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua ditinjau dari jenis kelamin. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional komparatif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja korban perceraian orangtua yang ada di Kota Bukittinggi dan sampel sebanyak 62 orang yang dipilih dengan menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan skala pemaafan yang berjumlah 33 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,912 dan skala *subjective wellbeing* yang berjumlah 34 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,872. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan *pearson product moment* dan *uji t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,513,  $p=0,000$  ( $p<0,01$ ). Pada remaja laki-laki hubungan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* memiliki koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,733  $p=0,000$  ( $p<0,01$ ) sedangkan pada remaja perempuan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,371  $p=0,036$  ( $p<0,05$ ). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian ditinjau dari jenis kelamin dan tidak terdapat perbedaan pemaafan pada remaja korban perceraian ditinjau dari jenis kelamin. Remaja laki-laki memiliki tingkat *subjective wellbeing* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

Kata Kunci : Pemaafan, *Subjective Wellbeing*

## ABSTRACT

Title : Relationship between Forgiveness and Subjective Wellbeing through Gender  
Name : Alzira Nanse Maharani  
Supervisors : 1. Niken Hartati, S.Psi., M.A  
2. Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog

This study aimed to examine the relationship between forgiveness and subjective wellbeing through Gender. The research design used quantitative method which was correlational comparative study. The population of this study was all teenagers from divorced families in Bukittinggi and the sample of this study was 62 people which was chosen by *purposive sampling*. This study used scale of forgiveness that has 33 items of statement with 0,912 of reliability value and scale of subjective wellbeing that has 34 items of statement with 0,9872 of reliability value. Technique of analysis data in this research used *pearson product moment* and *t-test*.

The results showed that there was a significant correlation between forgiveness and subjective wellbeing with correlation coefficient value ( $r$ ) 0,3513,  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). For male adolescents, the relationship between forgiveness and subjective wellbeing has a correlation coefficient ( $r$ ) of 0.733  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) whereas for female adolescents, the correlation coefficient ( $r$ ) is 0.371  $p = 0,036$  ( $P < 0.05$ ). This study also showed that there was a difference between subjective wellbeing between female adolescents and male adolescent and there was no difference between forgiveness between female adolescents and male adolescents. Male adolescents have high levels of subjective wellbeing than female adolescents.

Keywords: Forgiveness, Subjective Wellbeing

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT penguasa alam semesta. Dengan rahmat serta hidayah yang dilimpahkan-Nya serta kemampuan dan kekuatan yang diberikan-Nya, akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Pemaafan dan *Subjective Wellbeing* pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua ditinjau dari Jenis Kelamin”. Skripsi ini merupakan kewajiban yang harus ditempuh untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan program sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Padang.

Selama menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, baik berupa bimbingan pengarahan dan dorongan. Untuk itu dengan segala kerendahan hati dalam kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri, M.Pd., Ph. D., selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Alwen Bentri, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Mardianto, S.Ag., M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Padang

5. Ibu Niken Hartati, S.Psi., M.A, selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan waktu, petunjuk, saran, dan pengarahan dalam pelaksanaan penelitian sampai penyusunan skripsi.
6. Ibu Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan waktu, petunjuk, saran, dan pengarahan dalam pelaksanaan penelitian sampai penyusunan skripsi.
7. Bapak Mardianto, S.Ag., M.Si, selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing penulis selama menuntut ilmu di Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Padang.
8. Bapak Mardianto, S.Ag., M.Si., Ibu Tesi Hermaleni, , S.Psi., M.Psi., Psikolog dan Ibu Yuninda Tria Ningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku tim penguji skripsi yang telah memberikan arahan dan bimbingan untuk penyempurnaan skripsi.
9. Bapak dan Ibu dosen psikologi beserta staf administrasi Program Studi Psikologi yang telah memberikan bantuan baik dalam pengajaran, perkuliahan dan ilmu pengetahuan bagi penulis selama dalam perkuliahan.
10. Teruntuk yang teristimewa kedua orangtuaku tercinta, bundo dan papa yang telah mendoakan, menyemangati, memperjuangkan dan mengasihi hingga akhirnya Zira sampai pada titik ini.
11. Teruntuk yang terkasih adik kecilku, terimakasih banyak untuk segala motivasi, doa dan semangatnya selama ini.
12. Teruntuk rekan-rekan seperjuangan psikologi angkatan 2013, terimakasih karna sudah ada dan menjadi bagian cerita yang tidak akan pernah terlupakan.

13. Teruntuk semua pihak yang telah membantu dan telah ikut serta direpotkan selama masa-masa penyelesaian skripsi ini. Terima kasih banyak telah menjadi bagian dari saksi perjuangan. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang lebih atas segala perbuatan baik yang telah diberikan. Amin.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi ilmu pengetahuan serta dapat memeberikan informasi bagi pembaca.

Bukittinggi, Juli 2017

Peneliti

Alzira Nanse Maharani

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>ABSTRACT</b> .....	ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	viii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I     PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Batasan Masalah .....	9
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	10
F. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II    KAJIAN TEORI</b>	
A. <i>Subjective Wellbeing</i> .....	12
1. Pengertian <i>Subjective Wellbeing</i> .....	12
2. Komponen-komponen <i>Subjective Wellbeing</i> .....	13
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Subjective Wellbeing</i> ...	14
B. Pemaafan .....	19
1. Pengertian Pemaafan .....	19
2. Aspek-aspek Pemaafan .....	21
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Pemaafan ...	23
4. Perbedaan Pemaafan pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua ditinjau dari Jenis Kelamin .....	24
C. Dinamika Hubungan Pemaafan dan <i>Subjective Wellbeing</i> pada Remaja Korban Perceraian ditinjau dari Jenis Kelamin .....	28

	D. Kerangka Konseptual .....	29
	E. Hipotesis.....	30
<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN</b>	
	A. Desain Penelitian.....	31
	B. Defenisi Operasional.....	31
	C. Populasi dan Sampel .....	32
	D. Teknik Pengumpulan Data.....	33
	E. Validitas dan Reliabilitas .....	35
	F. Prosedur Penelitian.....	37
	G. Teknik Analisis Data.....	38
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN</b>	
	A. Deskripsi Subjek penelitian.....	40
	B. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	40
	C. Analisis Data Hubungan Antara Pemaafan dan <i>Subjective Wellbeing</i> pada Remaja Korban Perceraian.....	50
	D. Analisis Data Hubungan Antara Pemaafan dan <i>Subjective Wellbeing</i> pada Remaja Korban Perceraian Laki-laki .....	52
	E. Analisis Data Hubungan Antara Pemaafan dan <i>Subjective Wellbeing</i> pada Remaja Korban Perceraian Perempuan.....	53
	F. Perbedaan <i>Subjective Wellbeing</i> pada Remaja Korban Perceraian ditinjau dari Jenis Kelamin .....	54
	G. Perbedaan Pemaafan pada Remaja Korban Perceraian ditinjau dari Jenis Kelamin.....	55
	H. Pembahasan.....	56
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan .....	65
	B. Saran.....	66

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>66</b>
-----------------------------	-----------

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Blueprint Skala <i>Subjective Wellbeing</i> .....	34
2. Blueprint Skala Pemaafan .....	35
3. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Skala <i>Subjective Wellbeing</i> .....	41
4. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Berdasarkan Komponen-komponen <i>Subjective Wellbeing</i> .....	42
5. Kategorisasi Skor Skala <i>Subjective Wellbeing</i> .....	43
6. Kategori Skor Subjek Berdasarkan Komponen-komponen <i>Subjective Wellbeing</i> .....	44
7. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Skala Pemaafan .....	45
8. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Aspek Pemaafan.....	46
9. Kategorisasi Skor Skala Pemaafan .....	48
10. Kategori Skor Subjek Berdasarkan Aspek Pemaafan.....	49
11. Hasil Uji Hipotesis Hubungan Antara Variabel <i>Subjective Wellbeing</i> dan Pemaafan .....	51
12. Hasil Uji Hipotesis Perbedaan <i>Subjective Wellbeing</i> Pada Remaja Korban Perceraian Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
13. Hasil Uji Hipotesis Perbedaan Pemaafan Pada Remaja Korban Perceraian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	56

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	30
2. Perbedaan <i>Subjective Wellbeing</i> Remaja Laki-laki dan Remaja Perempuan Korban Perceraian.....	55
3. Perbedaan Pemaafan Remaja Laki-laki dan Remaja Perempuan Korban Perceraian.....	57

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
LAMPIRAN 1 : Skala Uji Coba Pemaafan.....	70
LAMPIRAN 2 : Data Uji Coba Skala Pemaafan .....	74
LAMPIRAN 3 : Validitas Skala Pemaafan.....	78
LAMPIRAN 4 : Reliabilitas Skala Pemaafan.....	80
LAMPIRAN 5 : Skala Penelitian Pemaafan .....	81
LAMPIRAN 6 : Data Penelitian Pemaafan .....	85
LAMPIRAN 7 : Skala Uji Coba <i>Subjective Wellbeing</i> .....	92
LAMPIRAN 8 : Data Uji Coba <i>Subjective Wellbeing</i> .....	96
LAMPIRAN 9 : Validitas Skala <i>Subjective Wellbeing</i> .....	102
LAMPIRAN 10 : Reliabilitas Skala <i>Subjective Wellbeing</i> .....	104
LAMPIRAN 11 : Skala Penelitian <i>Subjective Wellbeing</i> .....	105
LAMPIRAN 12 : Data Penelitian <i>Subjective Wellbeing</i> .....	109
LAMPIRAN 13 : Deskripsi Statistik Skala Pemaafan Dan <i>Subjective Wellbeing</i> .....	115
LAMPIRAN 14 : Uji Normalitas Skala Pemaafan Dan Skala <i>Subjective Wellbeing</i> .....	116
LAMPIRAN 15 : Uji Linearitas Skala Pemaafan Dan Skala <i>Subjective Wellbeing</i> .....	117
LAMPIRAN 16 : Uji Korelasi Hubungan Antara Pemaafan Dan <i>Subjective Wellbeing</i> .....	118
LAMPIRAN 17 : Uji Normalitas Remaja Laki-Laki.....	119

LAMPIRAN 18 : Uji Linearitas Remaja Laki-Laki .....	120
LAMPIRAN 19 : Uji Korelasi Hubungan Antara Pemaafan dan <i>Subjective Wellbeing</i> Pada Remaja Laki-Laki Korban Perceraian.....	121
LAMPIRAN 20 : Uji Normalitas Remaja Perempuan.....	122
LAMPIRAN 21 : Uji Linearitas Remaja Perempuan .....	123
LAMPIRAN 22 : Uji Korelasi Hubungan Antara Pemaafan dan <i>Subjective Wellbeing</i> Pada Remaja Perempuan Korban Perceraian.....	124
LAMPIRAN 23 : Uji Normalitas Perbedaan <i>Subjective Wellbeing</i> Pada Remaja Korban Perceraian Ditinjau Dari Jenis Kelamin.....	125
LAMPIRAN 24 : Uji Homogenitas Perbedaan <i>Subjective Wellbeing</i> Pada Remaja Korban Perceraian Ditinjau Dari Jenis Kelamin.....	126
LAMPIRAN 25 : Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Perbedaan <i>Subjective Wellbeing</i> Pada Remaja Korban Perceraian Ditinjau Dari Jenis Kelamin.....	127
LAMPIRAN 26 : Uji Normalitas Perbedaan Pemaafan Pada Remaja Korban Perceraian Ditinjau Dari Jenis Kelamin.....	128
LAMPIRAN 27 : Uji Homogenitas Perbedaan Pemaafan Pada Remaja Korban Perceraian Ditinjau Dari Jenis Kelamin.....	129
LAMPIRAN 28 : Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Perbedaan Pemaafan Pada Remaja Korban Perceraian Ditinjau Dari Jenis Kelamin.....	130

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perkawinan yang bahagia adalah dambaan bagi setiap keluarga. Sesuai dengan tujuan perkawinan di dalam Undang-Undang Perkawinan No 1 Tahun 1974 yang menjelaskan bahwa perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (Syahrizal, 2011). Gunarsa (2002) menyatakan keluarga bahagia/ideal adalah keluarga yang seluruh anggotanya merasa bahagia. Kebahagiaan itu ditandai oleh rendahnya ketegangan, kekacauan dan tingginya perasaan puas terhadap seluruh keadaan dan keberadaan dirinya (eksistensi dan aktualisasi diri) yang meliputi aspek fisik, mental, emosi dan sosial.

Dalam perjalanan hidup pernikahan, kadang-kadang timbul masalah yang harus diatasi, baik di luar lingkungan keluarga maupun di dalam lingkungan keluarga, yang tidak jarang menimbulkan kesulitan dalam hubungan suami-istri (Gunarsa, 2002). Hasil penelitian Bainah (2013) menyatakan permasalahan-permasalahan tersebut seperti terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, kurangnya kedewasaan pasangan suami istri, masalah ekonomi, kehadiran orang ketiga, perbedaan pendidikan dan sebagainya. Saat keluarga sudah tidak mampu lagi menyelesaikan persoalan-persoalan, bercerai menjadi salah satu pilihan untuk kedua pasangan.

Perceraian menurut Dariyo (2003) merupakan titik puncak dari pengumpulan berbagai permasalahan yang menumpuk beberapa waktu sebelumnya dan jalan terakhir yang harus ditempuh ketika hubungan perkawinan sudah tidak dapat dipertahankan lagi. Banyak kasus perceraian terjadi khususnya di Kota Bukittinggi. Berdasarkan data Pengadilan Agama Bukittinggi, jumlah perkara perceraian yang terjadi dari tahun 2014 hingga 2016 mengalami peningkatan. Pada tahun 2014 tercatat sebanyak 562 kasus cerai, meningkat di tahun 2015 menjadi 588 kasus cerai, dan pada tahun 2016 tercatat sebanyak 668 kasus cerai di kota Bukittinggi.

Hasil penelitian Sarbini (2014) menyatakan perceraian seringkali berakhir menyakitkan bagi pihak-pihak yang terlibat, termasuk di dalamnya adalah anak-anak. Pada umumnya orang tua yang bercerai akan lebih siap menghadapi perceraian tersebut dibandingkan anak-anak mereka. Hal tersebut karena sebelum mereka bercerai biasanya didahului proses berpikir dan pertimbangan yang panjang, sehingga sudah ada suatu persiapan mental dan fisik. Namun tidak demikian halnya dengan anak, ia tiba-tiba saja harus menerima keputusan yang telah dibuat oleh orang tua, tanpa sebelumnya punya ide atau bayangan bahwa hidup mereka akan berubah.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan terhadap seorang remaja laki-laki dengan inisial F pada tanggal 12 Agustus 2016, orang tuanya bercerai saat ia berusia delapan belas tahun. Berdasarkan perspektif penulis ia mengungkapkan bahwa ia kecewa atas perceraian orang tuanya, namun apa yang dapat dilakukannya jika itu adalah keputusan dari kedua orang tuanya.

*“Yaa pastinya kecewa, habis gimana gitu ya. Pas aku udah besar gini mereka malah pisah. Kalo marah sih enggak. Tapi aneh aja gitu rasanya. Suasana rumah jadi beda. Pokoknya anehlah. Tapi aku bisa apa, udah itu keputusan mereka”.*

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara terhadap Tuti (bukan nama sebenarnya), salah seorang remaja perempuan pada tanggal 21 Oktober 2016 yang menuturkan jika ia tidak dendam dengan ayahnya. Namun ia marah karena ayah tidak menafkahnya. Setiap ia meminta uang jajan, ayahnya selalu mengatakan jika ayah tidak punya uang.

*“Ti ndak ado dendam ka apa tu do kak. Tapi sia sih kak yang ndak berang. Tiok minta pitih wak, ndak ado pitih taruih se kecekyo. Tu ti jawek se lai. Iyoo mah anak apa ko kan ndak paralu makan do mah. Kalau dendam lai ndak ado do kak, cuman yo itu se nyo, berang dek ndak maagiah lanjo kak”.*

Berbagai penelitian menyebutkan bahwa perceraian pada umumnya membawa dampak negatif bagi anak. Penelitian Motataianu (2015) mengemukakan perceraian mengakibatkan anak memiliki kinerja yang buruk di sekolah, masalah perilaku seperti kenakalan, kesulitan penyesuaian diri, perasaan bersalah, dan kemarahan. Hasil penelitian Sarbini (2014) menemukan dampak yang dirasakan anak korban perceraian secara psikologis meliputi perasaan tidak aman (*insecurity*) menyangkut aspek *financial* dan masa depan, adanya rasa penolakan dari keluarga, merasa sedih karena orang tua sudah tidak lagi menghiraukan anak, merasa kesepian tanpa ada belaian kasih sayang dari kedua orang tua dan menyalahkan diri sendiri atas perceraian yang terjadi.

Dewi dan Utami (2006) juga melakukan pengamatan dan wawancara terhadap anak dari orang tua yang bercerai menemukan bahwa anak merasakan

berbagai afek negatif dan tidak merasakan kepuasan dalam hidupnya akibat perceraian yang terjadi pada orang tuanya. Senada dengan penelitian Sarbini (2014) yang menemukan anak korban perceraian seringkali emosinya tidak terkontrol dengan baik sehingga marah tidak karuan.

Hal ini juga serupa dengan pengamatan dan wawancara yang peneliti temukan di lapangan pada tanggal 24-27 Februari 2017, bahwa tiga dari lima remaja korban perceraian orang tua merasakan emosi negatif seperti sedih, kecewa, merasa kesepian, perasaan tidak aman, marah dan tidak ingin menjalin hubungan dengan salah satu orang tua setelah terjadi perceraian. Berbeda dengan dua orang lainnya yang menyatakan tidak marah dan dendam terhadap kejadian perceraian maupun kepada kedua orang tuanya, dan masih ingin menjalin hubungan dengan kedua orang tuanya.

Masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dan masa dewasa (Santrock, 2002). Masa remaja juga merupakan suatu masa dimana ketegangan emosi meningkat, terutama karena berada dibawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru sehingga sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan emosi dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru (Hurlock, 1993). Salah satu bentuk tekanan sosial yang dialami remaja adalah perceraian kedua orang tua. Hasil penelitian Maryanti dan Rosmiani (2007) menemukan perceraian dapat menjadi salah satu bentuk tekanan sosial bagi remaja, sebab pasca perceraian anak akan kehilangan salah satu figur orang tua, berkurangnya interaksi dengan keluarga dari

ayah/ibu, mengalami kecemasan terhadap perubahan sikap teman-temannya, dan perasaan marah, tertekan, frustrasi, serta tidak nyaman dengan kondisi yang terjadi di rumahnya pasca perceraian kedua orang tua.

Perasaan-perasaan negatif yang dirasakan oleh remaja menyebabkan remaja mengalami pengalaman transgresi yaitu pengalaman disakiti atau mendapat perlakuan tidak adil dari diri sendiri ataupun orang lain seperti remaja korban perceraian memilih untuk mengisolasi diri dari lingkungan pertemanannya sebagai bentuk kebencian terhadap dirinya yang menjadi korban perceraian kedua orang tua. Ketika remaja terlalu menghayati perasaan sakit yang timbul akibat perceraian, ia akan mengembangkan kebencian pada kejadian ataupun pihak-pihak yang menimbulkan rasa sakit tersebut (Setyawan, 2007). Situasi-situasi yang dialami anak tersebut berpotensi menurunkan tingkat kesejahteraan subjektifnya, atau yang dikenal sebagai *subjective well-being*.

*Subjective well-being* adalah evaluasi yang dilakukan seseorang terhadap kehidupannya yang ditandai dengan tingginya afek positif dan rendahnya afek negatif serta mengalami kepuasan hidup (Diener, Suh, dan Oishi, dalam Eid dan Larsen, 2008). Hasil penelitian Diener, Lucas, dan Oishi (2000) mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan coping yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik.

Penelitian yang dilakukan Sun (2001) mengungkapkan bahwa, perceraian dapat berdampak positif dan meningkatkan *well-being* anak jika perceraian tersebut dapat menyelesaikan konflik yang terjadi pada orang tua sehingga anak terhindar dari suasana keluarga yang penuh ketegangan. Suasana yang penuh ketegangan dapat menimbulkan emosi-emosi negatif, sehingga salah satu cara untuk menghindari hal tersebut melalui memberikan pemaafan.

Ketika seorang anak mampu untuk memaafkan, anak mulai merasa nyaman dengan kondisi perceraian orang tuanya karena adanya pemahaman anak mengenai perceraian yang terjadi dan orang tua berusaha untuk memahami anak. Perasaan nyaman yang dirasakan juga membuat anak dapat mengendalikan emosinya dalam menghadapi keadaan perceraian orang tuanya serta dapat membuat anak untuk berpikir positif sehingga menggunakan *problem focused coping* dalam menghadapi permasalahannya. *Problem focused coping* yang dilakukan anak seperti melakukan diskusi dengan orang tua untuk menjalin keterbukaan dan kedekatan anak dengan orang tua, dapat menambah rasa kenyamanan yang dirasakan anak karena tereduksinya sumber tekanan sehingga anak merasakan kepuasan dan afek positif. Hal ini membuat anak mengalami peningkatan kualitas *subjective well-being* (Dewi dan Utami, 2006). Dapat disimpulkan bahwa salah satu cara untuk dapat meningkatkan kualitas *subjective well-being* pada remaja korban perceraian orang tua adalah melalui peningkatan kemampuan memaafkan pihak-pihak atau kejadian yang menimbulkan rasa sakit.

McCulloch (2001; Snyder, 2007) melihat pemaafan sebagai cermin perubahan motivasi prososial terhadap orang lain yang dicirikan dengan

rendahnya hasrat untuk menghindari pesalah maupun mencelakai atau menuntut balas dan meningkatkan hasrat untuk berperilaku positif terhadap pesalah. Dalam memaafkan, memerlukan rentang waktu yang berbeda-beda pada masing-masing individu. Seperti halnya ada yang bisa memaafkan, ada pula yang tidak bisa. Maka, ada yang sangat cepat memaafkan, ada pula yang perlu waktu lama untuk memaafkan (Dewi, 2006).

Proses memaafkan itu sendiri menurut Carrol (dalam Ransley, 2004) terdiri dari 4 langkah yaitu membangun empati terhadap orang yang bersalah, memperoleh kembali pandangan yang lebih seimbang, tidak melakukan pembalasan, dan membiarkan proses hukum yang menanganinya. Dalam hal ini proses memaafkan yang harus dilakukan oleh remaja korban perceraian adalah (1) mengetahui kenyataan mengenai perpecahan dalam pernikahan orang tua; (2) melepaskan diri dari konflik orang tua dan stres serta melanjutkan kembali aktivitas sehari-hari; (3) mengatasi masalah kehilangan; (4) mengatasi kemarahan dan berhenti menyalahkan diri sendiri; (5) menerima kenyataan bahwa perceraian orang tua adalah selamanya; dan (6) mencapai harapan realistis atas hubungan yang dimilikinya (Dewi, 2006).

Kemampuan memaafkan ternyata berbeda antara laki-laki dan perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Kathleen, Row, dan Piferi (2006) menunjukkan bahwa pemaafan laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan yang signifikan. Pemaafan perempuan lebih tinggi daripada pemaafan laki-laki. Namun, berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2006) terhadap remaja korban perceraian orang tua menunjukkan bahwa laki-laki cenderung membiasakan

(mereka biasa) terhadap perceraian orang tua mereka, kurang menghayati perasaan sakit sehingga mereka lebih mudah untuk memaafkan. Sedangkan perempuan cenderung lebih mampu menghayati perasaan sakit mereka terhadap perceraian orang tua mereka sehingga lebih sulit untuk memberikan pemaafan terhadap orang tua mereka. Peneliti menyimpulkan dari beberapa penelitian di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pemaafan pada laki-laki dan perempuan. Penelitian yang akan peneliti lakukan berbeda dengan penelitian sebelumnya. Peneliti sebelumnya hanya melihat perbedaan atau hubungan antara dua variabel. Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat hubungan sekaligus perbedaan yang disebut sebagai penelitian korelasional komparatif.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* dibedakan berdasarkan jenis kelamin pada remaja korban perceraian orang tua di Kota Bukittinggi. Sehingga judul penelitian ini adalah “Hubungan antara Pemaafan dan *Subjective Wellbeing* pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua Ditinjau dari Jenis Kelamin”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan permasalahan di atas, maka ditemukan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Angka perceraian di Kota Bukittinggi pada tahun 2014 mengalami peningkatan hingga tahun 2016
2. Umumnya perceraian akan membawa resiko yang besar pada anak

3. Proses perceraian bagi remaja merupakan masa dimana dia mengalami pengalaman transgresi yang berdampak pada timbulnya perasaan tertekan dan emosi negatif
4. Emosi negatif dapat menurunkan *subjective well-being* remaja
5. *Subjective well-being* dapat ditingkatkan melalui pemaafan
6. Pemaafan berbeda antara laki-laki dan perempuan

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan masalah yang ditemukan di atas, masalah penelitian ini dibatasi pada hubungan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua dibedakan berdasarkan jenis kelamin.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka masalah pada penelitian ini dirumuskan pada:

1. Bagaimana gambaran pemaafan remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi?
2. Bagaimana perbedaan pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin?
3. Bagaimana gambaran *subjective wellbeing* remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi?
4. Apakah terdapat hubungan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mendeskripsikan pemaafan remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi.
2. Untuk mengetahui perbedaan pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin
3. Untuk mendeskripsikan *subjective wellbeing* remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi.
4. Untuk mengetahui hubungan pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi ilmuan psikologi untuk memahami pemaafan dan *subjective wellbeing*, khususnya pada remaja putra dan putri korban perceraian orang tua. Selain itu juga menambah wacana mengenai psikologi positif sehingga ilmu psikologi menjadi semakin luas dan tidak hanya terfokus pada persoalan gangguan psikologis pada individu.

## 2. Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat dan masukan antara lain:

### a. Subjek penelitian

Penelitian ini bermanfaat sebagai media untuk subjek agar dapat lebih menyesuaikan diri terhadap perceraian yang terjadi pada kedua orang tuanya, melepaskan diri dari stres dan emosi-emosi negatif lainnya sehingga akan tercapai *subjective wellbeing*.

### b. Orang tua

Bagi para orang tua yang telah bercerai, penelitian ini bermanfaat sebagai media sehingga orang tua dapat memahami perasaan anak sebagai korban dari perceraian.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### ***A. Subjective Wellbeing***

#### **1. Pengertian *Subjective Wellbeing***

*Subjective wellbeing* menurut Diener adalah menilai kehidupan positif dan merasa baik: “Jadi seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif tinggi jika dia atau ia mengalami kepuasan hidup dan sering bersuka cita, dan jarang mengalami pengalaman emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Seseorang dikatakan memiliki *subjective wellbeing* rendah jika ia tidak puas dengan kehidupan, sedikit pengalaman suka cita dan kasih sayang dan sering merasa emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan” (Diener, Suh, dan Oishi, dalam Eid & Larsen, 2008).

Definisi Veenhoven (dalam Eid dan Larsen, 2008) mengenai *subjective wellbeing* senada dengan Diener, namun ia membuat sebuah perbedaan diantara kognitif dan afektif dari penilaian hidup. Ia tidak melihat kepuasan hidup sebagai penilaian kognitif belaka tetapi sebagai penilaian menyeluruh dari hidup yang tergambar dari dua sumber: perbandingan kognitif dengan standar kehidupan yang baik (kepuasan) dan informasi afektif dari perasaan apa yang menguasai seseorang pada saat itu (*hedonic level of affect*).

Orem mendefinisikan *subjective wellbeing* sebagai gambaran persepsi individual terhadap kondisi mereka. *Subjective wellbeing* merupakan integrasi dari fisik, mental, emosi, spiritual dan karakteristik sosial. Orem mendefinisikan

*subjective wellbeing* sebagai konstruk internal yang mungkin terpisah dari kondisi eksternal (Hartweg dalam Law, Steinwender, dan Leclair, 1998).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa *subjective wellbeing* sebagai evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupannya, yang mencakup kepuasan terhadap hidupnya, tingginya afek positif dan rendahnya afek negatif (Diener dkk, 2008).

## **2. Komponen-komponen *Subjective Wellbeing***

*Subjective wellbeing* berfokus pada bagaimana orang menilai hidup mereka. Kebanyakan peneliti setuju bahwa ada tiga komponen spesifik *subjective wellbeing*, yang dapat diukur dan dioperasionalkan. Dua komponen ini berada dalam domain afektif dan lainnya dalam domain kognitif (Diener, Pavot dan Diener dalam Neto, 2012).

### **1) Domain Afektif**

#### **a. *Positive Affect***

Afek positif termasuk adanya pengaruh positif seperti kebahagiaan atau perasaan yang baik dan tidak adanya dampak negatif (Neto, 2012). Emosi positif atau perasaan menyenangkan adalah bagian dari *subjective wellbeing* karena merefleksikan reaksi individual terhadap kejadian yang menunjukkan kepada seseorang bahwa hidup adalah sebuah proses dengan cara yang diinginkan. Kategori utama dari emosi positif atau perasaan menyenangkan termasuk ke dalamnya orang-orang dengan gairah rendah (*contentment*), gairah moderat (*pleasure*), dan gairah tinggi (*euphoria*). Termasuk ke dalamnya reaksi positif terhadap orang lain (*afecction*),

reaksi positif terhadap aktivitas (*interest and engagement*), dan suasana hati positif (*joy*) (Diener, 2005).

*b. Negative Affect*

Afek negatif mengacu pada perasaan tidak menyenangkan seperti rasa takut atau amarah (Argyle dalam Neto, 2012). Diener (2005) menambahkan afek negatif juga mewakili respon negatif seseorang terhadap reaksi mereka terhadap hidup, kesehatan, kejadian, dan keadaan. Kategori utama dari afek negatif atau perasaan tidak menyenangkan termasuk ke dalamnya marah, sedih, cemas dan khawatir, stres, frustrasi, rasa bersalah dan malu, serta iri.

2) Domain Kognitif

Komponen kognitif *subjective wellbeing* dikonseptualisasikan sebagai evaluasi intelektual seseorang terhadap kepuasan hidup secara global atau sehubungan dengan domain kehidupan tertentu (Neto, 2012) seperti rekreasi, cinta, pernikahan, dan persahabatan (Utami, 2009).

Berdasarkan komponen *subjective wellbeing* di atas, dapat disimpulkan komponen-komponen *subjective wellbeing* terdiri dari afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup secara global (Diener, Pavot dan Diener dalam Neto, 2012; Diener, 2005).

**3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Subjective Wellbeing***

Weiten (2014) menyebutkan ada beberapa faktor yang diketahui mempengaruhi *subjective wellbeing*. Dalam bukunya beberapa faktor tersebut dibagi menjadi dua, yaitu yang mempengaruhi secara sedang dan yang

mempengaruhi dengan kuat. Faktor yang mempengaruhi *subjective wellbeing* secara sedang, antara lain:

a. Kesehatan

Kesehatan fisik yang bagus akan nampak menjadi sebuah syarat dasar dari kebahagiaan, namun manusia mampu untuk beradaptasi dengan masalah kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan penyakit serius, keterbatasan fisik bukan berarti tidak bahagia sebagai seorang manusia (Myers dalam Weiten, 2014).

b. Aktivitas sosial

Manusia adalah makhluk sosial dan hubungan interpersonalnya akan nampak berkontribusi untuk kebahagiaan seseorang. Seseorang yang puas dengan dukungan sosialnya, jaringan pertemanannya dan mereka yang aktif dalam berhubungan sosial akan mempengaruhi kebahagiaan (Diener, Seligman, dan Myers dalam Weiten, 2014).

c. Agama

Hubungan antara agama dan kesejahteraan subjektif adalah sangat sederhana tetapi sebuah penelitian yang besar menyebutkan bahwa orang yang beragama dengan sepenuh hati akan terlihat bahagia jika dibandingkan dengan karakter orang yang di dalam dirinya tidak mempunyai agama.

Faktor kuat yang mempengaruhi *subjective wellbeing* menurut Weiten (2014) antara lain:

a. Cinta dan pernikahan

Hubungan yang romantis dapat menjadikan penuh dengan ketegangan tetapi orang tetap menjadikan cinta sebagai salah satu bahan dasar dari kesejahteraan subjektif. Orang yang sudah menikah cenderung lebih bahagia jika dibandingkan dengan orang yang *single* atau cerai (Myers dalam Weiten, 2014).

b. Pekerjaan

Manusia sering komplain dengan pekerjaan mereka. Karenanya, pekerjaan yang tidak diharapkan bukan menjadi kunci dari kebahagiaan. Sebaliknya, pekerjaan yang memuaskan telah menjadi faktor yang kokoh yang mempengaruhi kebahagiaan pada umumnya (Judge, Klinger, dan Warr dalam Weiten, 2014).

c. Kepribadian dan Genetik

Yang paling mempengaruhi dari kebahagiaan individu di masa depan adalah kebahagiaan di masa lalunya. Kemudian fakta-fakta menyebutkan bahwa kebahagiaan tidak bergantung pada keadaan luar saja melainkan juga dari dalam diri individu tersebut seperti ekstraversi, *self-esteem* dan optimis. Adapun faktor kepribadian yang mempengaruhi *subjective well-being* menurut Sapmaz dkk (2016):

a) Rasa bersyukur

Beberapa penelitian mengindikasikan rasa bersyukur mempengaruhi *subjective well-being*. Konsep rasa bersyukur merupakan pengetahuan dari situasi positif dalam hidup, pengembangan respon positif terhadap

situasi positif dan merasa bersyukur secara natural. Dari pandangan ini, terdapat sebuah lingkaran yang kuat antara rasa bersyukur dan emosi positif yaitu komponen SWB dan dua konsep yang saling mempengaruhi secara berkesinambungan satu sama lain.

b) Pemaafan

Pemaafan terhadap situasi dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Pemaafan terhadap situasi diartikan sebagai perubahan pikiran negatif tentang kejadian buruk menjadi pikiran positif, ketika hal-hal menjadi buruk untuk alasan-alasan yang tidak dapat dikontrol dan menjadi empati terhadap kejadian buruk dalam hidup. Pemaafan terhadap diri sendiri juga mempengaruhi SWB. Penelitian menunjukkan semakin tinggi pemaafan seseorang maka *subjective well-beingnya* juga akan semakin tinggi.

c) Rendah hati

Exline dan Geyer (dalam Sapmaz dkk, 2016) mengindikasikan orang yang rendah hati tidak memiliki kebutuhan-kebutuhan pengetahuan dan tidak membutuhkan pertahanan untuk melawan kritikan. Oleh karena itu, mereka tidak merasa berbahaya terhadap hubungan interpersonal dan dirinya tidak merasa terganggu karena mereka tidak melihat kritikan sebagai sebuah ancaman terhadap kepribadian mereka. Kebahagiaan mereka tidak akan menurun, sebaliknya, ini akan meningkat karena mereka dapat menjelaskan diri mereka sendiri dengan baik.

Perbedaan jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*. Eddington dan Shuman (2005) menemukan bahwa wanita lebih banyak mengungkapkan afek negatif dan depresi dibandingkan dengan pria, dan lebih banyak mencari bantuan terapi untuk mengatasi gangguan ini, namun pria dan wanita mengungkapkan tingkat kebahagiaan global yang sama.

Adapun beberapa kondisi yang dapat meningkatkan dan menurunkan *subjective well-being* anak dari orang tua yang bercerai. Kondisi-kondisi yang dapat meningkatkan *subjective well-being* anak dari orang tua yang bercerai, antara lain sikap orang tua yang memahami anak, adanya pemahaman anak terhadap perceraian orang tuanya, adanya dukungan emosional yang dirasakan anak dari lingkungan sekitarnya, serta strategi *coping* yang lebih bersifat *problem focused coping* (Dewi dan Utami, 2006).

Adapun kondisi-kondisi yang dapat menurunkan *subjective well-being* anak dari orang tua yang bercerai, antara lain adanya konflik orang tua, situasi keluarga yang jarang berkumpul dan jarang beraktivitas bersama, perceraian orang tua, sikap orang tua yang tidak memberikan pemahaman kepada anak atas perceraian yang terjadi, hubungan orang tua yang memburuk pasca terjadinya perceraian, serta adanya kondisi pembanding yang lebih baik dari lingkungan sekitar (Dewi dan Utami, 2006).

Berdasarkan beberapa faktor-faktor di atas menunjukkan bahwa pemaafan dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being*.

## **B. Pemaafan**

### **1. Pengertian Pemaafan**

Nashori (dalam Angraini dan Cucuani, 2014) mendefinisikan pemaafan sebagai kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan menumbuhkembangkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil. Pemaafan menurut *Webster's Universal Unabridged Dictionary* (dalam McCullough, 2001) adalah menyerah terhadap resiko kebencian atau keinginan untuk menghukum; untuk berhenti menjadi marah; untuk mengampuni. Thompson (dalam Snyder, 2007) mendefinisikan pemaafan sebagai bebasnya diri dari perasaan negatif terhadap sumber-sumber yang memunculkannya (peristiwa yang tidak menyenangkan). Menurut Thompson, sumber-sumber tersebut tidak hanya terbatas pada orang lain, melainkan juga diri sendiri maupun situasi yang di luar kendali. Pengendalian emosi terlihat sebagai inti dari pemaafan.

Penulis lain, McCulloch (dalam Snyder, 2007) melihat pemaafan sebagai cermin perubahan motivasi prososial terhadap orang lain yang dicirikan dengan rendahnya hasrat untuk menghindari pesalah maupun mencelakai atau menuntut balas dan meningkatkan hasrat untuk berperilaku positif terhadap pesalah. Didasari oleh teori klasik *avoidance-revenge* (menghindar-membalas) yang biasa digunakan seseorang untuk menghadapi orang yang telah menyakitinya (pesalah), menjadi titik tolak perubahan motivasi yang dimaksud oleh McCulloch. Alih-alih

menghindar/membalas yang berujung pada konsekuensi rusaknya suatu hubungan, pemaafan merupakan solusi yang lebih produktif (McCulloch, 2001).

Enright (dalam Snyder, 2007) mendefinisikan pemaafan sebagai niat untuk, alih-alih, menggunakan kesempatan menghukum dan memberikan penilaian negatif terhadap pesalah, menjadi perilaku yang menunjukkan belas kasih, kedermawanan, dan bahkan cinta terhadap mereka. Berbeda dengan Thompson, memaafkan hanya bisa diberikan kepada orang lain, bukan diri sendiri maupun situasi karena tujuan utama dari memaafkan adalah menjalin hubungan baik dengan orang lain. Dalam hal ini, Enright menekankan pemaafan sebagai perilaku mempertahankan hubungan baik. Hal ini senada dengan definisi pemaafan yang diungkapkan DiBlasio dan Proctor (dalam Ransley, 2004) pemaafan sebagai usaha mempertahankan hubungan dan menyembuhkan luka emosi di dalam diri.

Tangney (dalam Snyder, 2007) menyatakan bahwa pemaafan harus mencerminkan transformasi kognitif-afektif terhadap pelanggaran (peristiwa yang tidak menyenangkan) dimana korban membuat pengukuran realistis terhadap dampak yang diderita dan memahami bahwa pelanggaran merupakan tanggung jawab pesalah, namun secara bebas memilih untuk “membatalkan hutang” merelakan keinginan balas dendam atau pemberian hukuman dan ganti rugi apapun. Pembatalan ini juga melibatkan menghilangkan emosi negatif terhadap pesalah. Sebagian, dalam pemaafan, korban merasakan kemarahan dan keinginan membalas, namun dengan memaafkan, individu yang dilukai memindahkan dirinya dari peran sebagai korban. Definisi ini menekankan pemaafan sebagai

proses perubahan pikiran dan perasaan terhadap pelanggaran sekaligus perilaku untuk tidak menggunakan kekerasan sebagai cara untuk menghukum pesalah. Hal ini senada dengan pendapat Hargreve (dalam Ransley, 2004) yang mendefinisikan pemaafan sebagai kesediaan melepaskan (merelakan untuk tidak melakukan) pembalasan terhadap pesalah.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa pemaafan adalah keputusan individu untuk tidak membalas ataupun menghindari pesalah dengan melakukan tranformasi kognitif-afektif untuk menyembuhkan luka emosional (menghilangkan perasaan negatif) dan memperbaiki hubungan dengan pesalah (McCullogh dalam Snyder 2007; Tangney dalam Snyder, 2007; DiBlasio dan Proctor dalam Ransley, 2004).

## **2. Aspek-aspek Pemaafan**

Menurut Ransley (2004) dalam pemaafan memiliki tiga aspek yaitu:

### *a. Intersubjective process*

Meliputi partisipasi yang utuh dari dua pihak secara aktif mencari dan disambut baik oleh kedua pihak.

### *b. The choice to give the gift of letting go*

Pilihan untuk melepaskan dan mengarahkan energi jauh dari dendam.

### *c. The giving up of resentment*

Meskipun sebenarnya korban punya hak untuk melakukan balas dendam tetapi korban memiliki hak untuk memberikan hadiah berupa belas kasihan yang sebenarnya tidak berhak diterima pesalah.

McCullough (2000) juga menjelaskan aspek pemaafan sebagai berikut:

a. *Revenge Motivation* (Motivasi membalas dendam)

Seorang individu merasa diperlakukan secara tidak adil sehingga memunculkan motivasi untuk membalas dendam. Hal ini ditandai dengan dorongan individu untuk membalas dendam atau mendatangkan kerugian terhadap si pelanggar. Dalam kondisi ini, individu tersebut marah dan berkeinginan untuk membalas dendam terhadap pelanggar.

b. *Avoidance Motivation* (Motivasi menghindari orang yang berbuat salah)

Seorang individu yang merasa tersakiti, ditandai dengan motivasi untuk menghindari dari pribadi dan kontak psikologis dengan pelanggar.

c. *Benevolence Motivation* (Motivasi berbuat baik)

Mengurangi dan membatasi kebencian dan dendam yang mengarah pada pembalasan, sehingga termotivasi untuk mencari jalan keluar guna mencapai kedamaian. Ditandai dengan adanya dorongan untuk berbuat baik pada si pelanggar. Dengan adanya kehadiran *benevolence*, berarti juga menghilangkan dua dimensi sebelumnya. Artinya, individu yang memaafkan memiliki *benevolence motivation* yang tinggi, sedangkan *avoidance motivation* dan *revenge motivation* yang dimiliki adalah rendah.

Berdasarkan beberapa aspek pemaafan di atas, dapat disimpulkan aspek pemaafan terdiri dari *avoidance motivation* dan *revenge motivation* yang dimiliki adalah rendah dan memiliki *benevolence motivation* yang tinggi (McCullough, 2000).

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemaafan

Menurut McCullough (2000) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pemaafan pada seseorang. Faktor-faktor tersebut dikategorikan ke dalam tiga kategori, yaitu:

#### a. *Cognitive and emotional process*

Adapun hal yang termasuk dalam proses emosional dan kognitif adalah empati, perspektif saling menerima, ruminasi dan supresi. Empati dan perspektif saling menerima cukup berperan dalam kualitas prososial seseorang seperti keinginan untuk menolong orang lain, hal ini akan tampak jelas dalam memaafkan. Perasaan empati yang berdampak kepada orang yang telah menyakiti kita dan memahami perspektif kognitifnya mempunyai korelasi yang tinggi dalam pengukuran memaafkan yang dilakukan oleh McCullough secara umum. Ruminasi diartikan sebagai sulitnya untuk melupakan orang yang telah menyakiti. Karena pikiran, perasaan, dan gambaran buruk tentangnya selalu muncul dan mengganggu diri individu. Hal-hal tersebut muncul karena peristiwa buruk yang pernah dialami karena kesalahan orang lain tersebut ditekan, dan dalam hal ini individu melakukan supresi.

#### b. *Relationship qualities*

Faktor-faktor hubungan seperti kedekatan, komitmen dan kepuasan juga merupakan faktor yang menentukan dalam memaafkan. Orang-orang yang cenderung lebih bisa memaafkan dalam suatu hubungan dikarakteristikan dengan adanya kedekatan, komitmen dan kepuasan. Banyak penelitian

yang dilakukan oleh para ahli. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan terhadap 100 pasangan, baik itu sebagai orang yang memaafkan maupun sebagai orang yang sudah menyakiti pasangannya. Kedua-duanya melaporkan adanya tingkatan kedekatan, komitmen maupun kepuasan yang dihubungkan dengan tingkatan memaafkan.

*c. Situational factors*

Variabel lainnya yang memiliki pengaruh terhadap memaafkan adalah keberadaan *apology*. Faktor ini sering dihubungkan dengan negosiasi. Kemunculan *apology* ini dianggap sebagai faktor yang berpotensi bagi kontrol orang yang menyakiti individu dan bagaimana hubungan akan terus berlanjut ketika pemaafan sudah dilakukan.

#### **4. Perbedaan Pemaafan pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua Ditinjau dari Jenis Kelamin**

Menurut Hurlock (dalam Asriandari, 2015) remaja merupakan fase yang penting bagi individu untuk pembentukan kepribadiannya. Ketika orang tua dan anak memiliki hubungan yang positif dan adaptif maka akan membantu remaja dalam pencapaian tugas perkembangan yang optimal. Sebaliknya hubungan yang tidak harmonis antara anak dengan orang tua dapat berpengaruh negatif bagi kehidupan remaja. Salah satu bentuk hubungan yang negatif dapat berasal dari perceraian yang terjadi dalam sebuah keluarga.

Menurut Dariyo (2003), perceraian merupakan titik puncak dari pengumpulan berbagai permasalahan yang menumpuk beberapa waktu sebelumnya dan jalan terakhir yang harus ditempuh ketika hubungan perkawinan

itu sudah tidak dapat dipertahankan lagi. Terdapat beberapa faktor penyebab perceraian menurut Dariyo, antara lain ketidaksetiaan, tekanan kebutuhan ekonomi keluarga, tidak mempunyai keturunan dan perbedaan prinsip hidup dan agama.

Menurut Save M. Dagun (dalam Asriandari, 2015) perceraian akan berdampak mendalam bagi setiap anggota keluarga. Kejadian ini akan menimbulkan banyak perubahan, baik dari fisik, mental, maupun komunikasi dalam keluarga. Salah satu individu yang terkena dampak perceraian yaitu anak dalam keluarga. Dariyo (2003) menjelaskan perceraian membawa dampak traumatis pada anak. Anak-anak yang ditinggalkan orang tua yang bercerai mempunyai pandangan yang negatif terhadap pernikahan, mereka akan merasa takut mencari pasangan hidupnya, takut menikah sebab merasa dibayang-bayangi kekhawatiran jika perceraian itu juga terjadi pada dirinya.

Berbagai penelitian menyebutkan bahwa perceraian pada umumnya membawa dampak negatif bagi anak. Penelitian Motataianu (2015) mengemukakan perceraian mengakibatkan anak memiliki kinerja yang buruk di sekolah, masalah perilaku seperti kenakalan, kesulitan penyesuaian diri, perasaan bersalah, dan kemarahan. Studi deskriptif yang dilakukan oleh Sarbini (2014) mengenai kondisi psikologis anak keluarga petani yang bercerai didapatkan kesimpulan, antara lain anak merasa tidak aman setelah ditinggal bercerai, anak merasa semacam adanya penolakan dari keluarga orang tua, anak sering marah-marah, emosinya tidak terkontrol, selalu bersedih karena merasa kehilangan, merasa kecewa, kesepian dan menyalahkan diri sendiri.

Dewi dan Utami (2006) juga melakukan pengamatan dan wawancara terhadap anak dari orang tua yang bercerai menemukan bahwa anak merasakan berbagai afek negatif dan tidak merasakan kepuasan dalam hidupnya akibat perceraian yang terjadi pada orang tuanya. Senada dengan penelitian Sarbini (2014) yang menemukan anak korban perceraian seringkali emosinya tidak terkontrol dengan baik sehingga marah tidak karuan.

Umumnya orang tua yang bercerai lebih siap menghadapi perceraian dibandingkan dengan anak-anak. Berapapun usia anak-anak ketika orang tua bercerai, mereka akan menjadi tertekan. Jika anak-anak itu dewasa, penderitaan mereka akan lebih sedikit berbeda dengan anak yang memasuki remaja. Mereka akan sulit menerima keadaan yang sesungguhnya bahwa keluarganya telah bercerai (Sarbini, 2014). Mereka tidak mendapatkan rasa aman, nyaman dan stabilitas yang mereka butuhkan. Seperti dikemukakan Psikolog Rieny Hassan dalam *Koran Harian Kompas* (dalam Dewi, 2006), "*Harus diakui, perceraian membawa dampak pada anak. Paling tidak rasa aman mereka terbelah*".

Perceraian orang tua dimaknai anak-anak terutama remaja sebagai kejadian yang tidak menyenangkan dan menyakitkan mereka, bahkan seringkali mereka merasa lebih sakit daripada orang tua atau orang lain ketahui. Ketika seseorang merasa disakiti, dirugikan atau diperlakukan tidak adil oleh orang lain, maka kesejahteraan emosinya terganggu. Oleh karena itu, bisa jadi pula ia menjadi marah dan benci terhadap kejadian yang ia alami ataupun orang yang menyebabkan kejadian yang ia alami tersebut. Selain berbagai aspek

kehidupannya terganggu, hubungannya dengan orang lain pun terganggu karena ia enggan berhubungan dengan orang yang telah menyakitinya (Dewi, 2006).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal ini adalah melalui memaafkan, dalam hal ini adalah orang tua. Studi yang dilakukan oleh Dewi (2006) yang meneliti tentang gambaran memaafkan pada remaja yang orang tuanya bercerai ditemukan bahwa laki-laki cenderung membiasakan (merasa biasa) terhadap perceraian orang tua mereka, kurang menghayati perasaan sakit; sedangkan perempuan cenderung lebih mampu menghayati perasaan sakit mereka terhadap perceraian orang tua mereka.

Dewi (2006) menjelaskan lebih lanjut bahwa semua subjek tetap masih dalam usaha memaafkan. Masing-masing subjek memiliki alasan tersendiri berkaitan dengan penghayatan rasa sakitnya. Pada subjek laki-laki, rasa sakit yang dialami disebabkan karena keluarganya menjadi tidak utuh dan mengalami kesulitan uang; sedangkan pada subjek perempuan rasa sakit yang dirasakan disebabkan karena kehilangan *moment* bersama keluarga dan merasa kehidupannya hancur.

Penelitian yang dilakukan oleh Kathleen, Row, dan Piferi (2006) menunjukkan hal yang bertolak belakang bahwa pemaafan perempuan lebih tinggi daripada pemaafan laki-laki. Hal ini senada dengan Kostam dkk (dalam Nancy, 2013) yang menyatakan bahwa perempuan cenderung memberikan pemaafan lebih daripada pria. Ia menjelaskan 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. Pendapat ini juga didukung oleh Sianturi (2010) yang menyatakan bahwa bagi seorang wanita mempertahankan hubungan yang dahulu sudah terjadi dengan baik, lebih menjadi prioritas dibandingkan dengan mencari keadilan.

### **C. Hubungan Antara Pemaafan dan *Subjective Wellbeing* pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua**

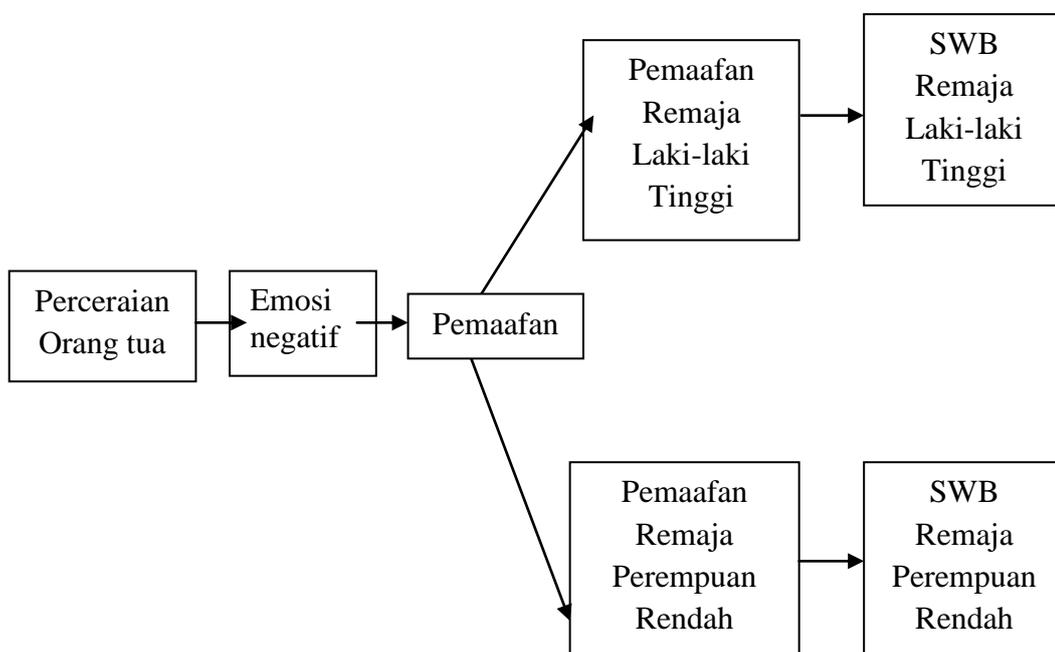
Peristiwa perceraian dalam keluarga senantiasa membawa dampak yang mendalam. Keadaan ini dialami oleh semua anggota keluarga, terutama anak sebagai korban. Menurut Adrian (dalam Ningrum, 2013) perceraian bagi anak adalah tanda kematian keutuhan keluarganya, rasanya separuh diri anak telah hilang, hidup tak akan sama lagi setelah orang tua mereka bercerai dan mereka harus menerima kesedihan dan perasaan kehilangan yang mendalam, penolakan dan ditinggalkan akan merusak kemampuan anak berkonsentrasi di sekolah. Dampak yang sering terjadi pada remaja dari pasangan bercerai adalah dari segi psikis seperti perasaan malu, sensitif, dan rendah diri. Sehingga perasaan tersebut dapat membuat remaja menarik diri dari lingkungan (Asih dalam Ningrum, 2013).

Disisi lain, penelitian yang dilakukan Sun (2001) mengungkapkan bahwa, perceraian dapat berdampak positif dan meningkatkan *well-being* anak jika perceraian tersebut dapat menyelesaikan konflik yang terjadi pada orang tua sehingga anak terhindar dari suasana keluarga yang penuh ketegangan. *Subjective well-being* adalah evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupannya, yang mencakup kepuasan terhadap hidupnya, tingginya afek positif dan rendahnya afek negatif.

*Subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu karena *subjective well-being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan (Pavot dan Diener dalam Dewi dan Utami, 2006). Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener, Lucas, dan Oishi, 2000).

#### D. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori yang telah dikemukakan, maka kerangka konseptual dari hubungan antara pemaafan (*forgiveness*) dan *subjective well-being* pada remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin adalah sebagai berikut:



*Gambar 1 : Kerangka konseptual hubungan antara pemaafan dan subjective well-being pada remaja korban perceraian orang tua ditinjau dari jenis kelamin.*

### **E. Hipotesis Penelitian**

Ha:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin
2. Terdapat perbedaan yang signifikan pemaafan remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin
3. Terdapat perbedaan yang signifikan *subjective wellbeing* remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin

Ho:

1. Tidak terdapat hubungan antara pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin.
2. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pemaafan remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin
3. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan *subjective wellbeing* remaja korban perceraian orang tua di Bukittinggi ditinjau dari jenis kelamin

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai hubungan pemaafan dan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian ditinjau berdasarkan jenis kelamin, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Remaja korban perceraian di kota Bukittinggi memiliki pemaafan yang tinggi.
2. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pemaafan remaja laki-laki dan remaja perempuan korban perceraian orangtua. Namun skor pemaafan remaja perempuan lebih rendah dari pada remaja laki-laki. Terdapat perbedaan yang signifikan antara *subjective wellbeing* pada remaja laki-laki dan remaja perempuan korban perceraian. Remaja laki-laki memiliki tingkat konformitas yang lebih tinggi dari pada remaja perempuan.
3. Remaja korban perceraian di kota Bukittinggi memiliki *subjective wellbeing* yang tinggi.
4. Terdapat hubungan yang signifikan positif antara pemaafan dengan *subjective wellbeing* pada remaja korban perceraian di kota Bukittinggi

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan, berikut ini disampaikan beberapa saran yang dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak yang terkait:

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Subjek penelitian baik remaja korban perceraian laki-laki maupun perempuan, disarankan untuk lebih meningkatkan *subjective wellbeing*nya dengan cara mengurangi afek-afek negatif dan meningkatkan afek positif, agar tercipta kehidupan yang lebih bahagia lagi dengan cara membaca buku tentang perceraian dan kebahagiaan, penelitian dan referensi yang mendukung.

### 2. Bagi Orangtua

Bagi orang tua yang telah bercerai agar dapat memahami perasaan anak sebagai korban dari perceraian sehingga anak terhindar dari konflik dan dapat meningkatkan *subjective wellbeing*nya.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penulis menyarankan agar peneliti selanjutnya dapat memilih subjek yang orangtuanya bercerai saat usianya remaja, sehingga hasilnya nanti dapat dibandingkan dengan subjek yang orangtuanya bercerai saat anak-anak. Dan untuk pemilihan metode pengumpulan data sebaiknya peneliti selanjutnya menggabungkan dengan metode wawancara agar hasil penelitiannya lebih akurat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, D., & Cucuani, H. (2014). Hubungan Kualitas Persahabatan Dan Empati Pada Pemaafan Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 18-24.
- Asriandari, E. (2015). Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orangtua. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(4), 1-8.
- Azwar, S. (2007). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bainah, N. (2013). Faktor-Faktor Penyebab Perceraian Di Kelurahan Long Ikis Kabupaten Paser. *Ejournal Sosiatri-Sosiologi*, 1(1), 74-83.
- Chraif, M. & Dumitru D. (2015). Gender Differences Of Well-Being And Quality Of Life At Young Students At Psychology. *Procedia Sosial And Behavioral Science*, 1579-1583
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Dewi, M. (2006). Gambaran Proses Memaafkan Pada Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai. *Jurnal Psikologi*, IV(1), 1-13.
- Dewi, P. S., & Utami, M. S. (2006). Subjective Well-Being Anak Dari Orang Tua Yang Bercerai. *Jurnal Psikologi*, 35(2), 194-212.
- Diener, E. (2005). Guidelines For National Indicators Of Subjective Well-Being And Ill-Being. *Guidelines For National Indicators*, 1-7.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2000). Subjective Well-Being The Science Of Happiness And Life Satisfaction. 5, 63-73.
- Eddington, N. & Shuman, R. (2005). Subjective Wellbeing (Happiness). *Continuing Psychology Education*, 1-18
- Eid, M., & Larsen, R. (2008). *The Science Of Subjective Well-Being: A Tribute To Ed Diener*. New York: Guilford Publications.
- Gunarsa, Y. S. (2002). *Asas-Asas Psikologi Keluarga Idaman*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hurlock, E. B. (1993). *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- Israwanda, D. dkk (2016) *Subjective Wellbeing Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Self Efficacy Pada Mahasiswa Baru*
- Kathleen, A., Row, L., & Piferi, R. L. (2006). The Forgiving Personality: Describing A Life Well Lived? *Personality And Individual Differences*, 41(6), 1009-1020.