

## Penyesuaian Perkawinan, *Subjective Well Being* dan Konflik Perkawinan

**Dessy Christina**  
Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Andik Matulesy**  
andikmatulesy@untag-sby.ac.id  
Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Abstract.** *The purpose of this study was to examine the relationship between marital adjustment and subjective well being with marital conflicts. Research retrieve data through a questionnaire given to 40 couples (80 subjects) with the marriage between 5-10 years of age, have children and live together without any other family in the household, such as parents or in-laws, or other relatives who are also factors that intervene in the conflict. The result of multiple regression analysis found the value of  $F = 7.422$ ;  $R = 0.402$ ;  $p = 0.001$  ( $p < 0.01$ ), yang membuktikan that marital adjustment and subjective well-being memiliki significant correlation with marital conflicts. It found that the marital adjustment and subjective well-being able to contribute negatively to the marital conflicts of 16.2%. Results of correlation between marital adjustment with marital conflict obtained by  $t = -3.122$ ;  $r = -0.334$ ;  $p = 0.003$  ( $p < 0.05$ ), which showed a significant negative correlation between marital adjustment with marital conflicts. Factor subjective well being with marital conflict obtained value  $t = -2.636$ ;  $r = -0.288$ ;  $p = 0.010$  ( $p < 0.05$ ), which means it has proved the existence of a significant negative correlation between subjective well being with marital conflicts.*

**Keywords :** *marital adjustment, subjective well-being, marital conflict*

**Intisari.** Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara penyesuaian perkawinan dan *subjective well being* dengan konflik perkawinan. Penelitian yang mengambil data melalui angket yang diberikan pada 40 pasangan suami-istri (80 subjek) dengan usia pernikahan antara 5-10 tahun, memiliki anak, dan tinggal bersama tanpa ada keluarga yang lain dalam rumah tangganya, seperti orangtua atau mertua, atau saudara yang lain yang menjadi faktor yang mengintervensi munculnya konflik. Hasil uji analisis regresi ganda ditemukan nilai  $F=7,422$ ;  $R= 0,402$ ;  $p= 0,001$  ( $p<0,01$ ), yang membuktikan bahwa penyesuaian perkawinan dan *subjective well being* memiliki korelasi yang signifikan dengan konflik perkawinan. Diketahui pula bahwa penyesuaian perkawinan dan *subjective well being* mampu memberikan kontribusi negatif terhadap konflik perkawinan sebesar 16,2 %. Hasil uji korelasi antara penyesuaian perkawinan dengan konflik perkawinan diperoleh  $t= -3,122$ ;  $r=-0,334$ ;  $p=0,003$  ( $p<0,05$ ), yang menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara penyesuaian perkawinan dengan konflik perkawinan. Faktor *subjective well being* dengan konflik perkawinan diperoleh nilai  $t= -2,636$ ;  $r=-0,288$ ;  $p=0,010$  ( $p<0,05$ ), yang berarti telah terbukti adanya korelasi negatif yang signifikan antara *subjective well being* dengan konflik perkawinan.

**Kata kunci :** penyesuaian perkawinan, *subjective well being*, konflik perkawinan



## PENDAHULUAN

Perkawinan merupakan landasan natural bagi berkembangnya konflik, karena setiap individu memiliki pengamatan dan harapan yang berbeda (Sadarjoen, 2005). Meskipun ada kalanya suami atau istri telah memilih untuk mengalah daripada berkonfrontasi, namun konflik akan tetap hadir dalam perkawinan (Hammarskjold dalam Sriningsih, 2005). Hal ini disebabkan oleh konflik yang tetap hadir dalam hati dan mendasari iklim relasi yang diciptakan selanjutnya.

Efek negatif konflik perkawinan berdasarkan penelitian di Amerika (Bloom dalam Sadarjoen, 2005), antara lain peningkatan risiko psikopatologi, kecelakaan, bunuh diri, kekerasan antar pasangan, rentan berpenyakit, dan ketegangan psikis yang mengakibatkan kematian. Apabila perselisihan atau konflik berkelanjutan, hal itu dapat mengarah pada perceraian. Seperti hasil penelitian yang diperlihatkan Greer (Rakhmawati, 2004) bahwa dari 27.000 istri terdapat 78% yang merasakan keberhasilan berkeluarga dan 22% yang gagal dalam berumah tangga dan memilih perceraian sebagai cara penyelesaian konflik yang terjadi dalam perkawinan, dengan kata lain pasangan yang memilih bercerai berarti telah gagal melakukan penyesuaian diri terhadap konflik yang hadir di tengah-tengah bahtera perkawinan.

Munculnya konflik perkawinan membawa individu pada suatu pilihan untuk menyesuaikan diri. Apabila suami-istri menemui konflik tipe *personality based* dan *situational conflict*, penyesuaian diri dapat dilakukan dengan memulai aksi, memahami sebab-sebab terjadinya konflik, atau dengan berusaha mengerti keadaan pasangan (Sadarjoen, 2005). Pada tipe konflik yang lain, bilamana bertemu dengan *beneficial conflict*, suami-istri dapat menyesuaikan diri dengan

berusaha mengikuti kebiasaan dan pola hidup pasangannya, sedangkan pada *destructive conflict* penyesuaian diri yang diambil mengarah pada perlawanan terhadap pasangan, suami atau istri berperan sebagai penentang aksi pasangan (Sadarjoen, 2005). Selain faktor kemampuan penyesuaian diri dalam perkawinan, konflik perkawinan terutama pada pasangan usia muda ini dapat mengarah pada ketidakpuasan (*dissatisfaction*) dan ketidaknyamanan (*distress*) dalam area pekerjaan dan keluarga serta mempunyai dampak negatif terhadap pola pengasuhan (Schabracq et al., 2003). Tingkat keberhasilan individu dalam memecahkan masalah penting di masa dewasanya yang menyangkut kehidupan pekerjaan dan keluarga ini akan menentukan kepuasannya dan mempengaruhi kebahagiaannya (Hurlock, 2005).

Duval & Miller (dalam Maher, 2005) dan hasil penelitian Sriningsih (2005), menjelaskan bahwa ketidakkebahagiaan merupakan sumber utama penyebab timbulnya suatu konflik dalam perkawinan. Penelitian Pradipta dan Prihanto (2011), memaparkan bahwa pasangan suami-istri mengharapkan kebahagiaan (*subjective well being*) dalam perkawinan. Usaha untuk mencapai kebahagiaan (*subjective well being*) dalam perkawinan diantaranya adalah meningkatkan komunikasi, kebutuhan seksual dan keadaan sosial ekonomi (dalam Diener dan Chan, 2010), serta hubungan dengan keluarga pasangan (dalam Wrosch, Amir, dan Miller, 2011). Nulty, Neff dan Karney (2008); dan Schmidt dan Welsh (2010), menjelaskan bahwa *subjective well being* (SWB) sebagai bagian dari proses resolusi konflik, yang menggambarkan bagaimana proses modifikasi, adaptasi dan mengubah pola tingkah laku individu maupun pasangan serta interaksi untuk mencapai kepuasan maksimum dalam suatu hubungan.

Berdasarkan deskripsi permasalahan yang telah dikemukakan, maka penelitian ini ingin membuktikan dan memperoleh gambaran tentang keterkaitan penyesuaian perkawinan dengan konflik perkawinan, serta keterkaitan *subjective well-being* dengan konflik perkawinan.

### **Konflik Perkawinan**

Finchman (Giudici, Widmer, dan Ghisletta, 2011), mendefinisikan konflik perkawinan sebagai keadaan suami istri yang sedang menghadapi masalah dalam perkawinannya dan hal tersebut nampak dalam perilaku mereka yang cenderung kurang harmonis ketika sedang menghadapi konflik. Sprey (dalam Gottman dan Driver, 2005), menyatakan bahwa konflik dalam perkawinan terjadi dikarenakan masing-masing individu membawa kebutuhan, keinginan dan latar belakang yang unik dan berbeda. Papalia and Old's (dalam Heffner, Kiecolt-Glaser, Loving, Glaser, & Malarkey, 2004), menyatakan bahwa konflik perkawinan adalah konflik yang melibatkan pasangan suami istri di mana konflik tersebut memberikan efek atau pengaruh yang signifikan terhadap relasi kedua pasangan. Sadarjoen (2005); dan Hawadi (2010), menyatakan bahwa konflik tersebut muncul karena adanya persepsi, harapan yang berbeda serta ditunjang oleh keberadaan latar belakang, kebutuhan dan nilai-nilai yang mereka anut sebelum memutuskan untuk menjalin ikatan perkawinan.

Chaerani (2005); dan Maramis dan Yuwana (2003), menyatakan bahwa masalah sering timbul dalam kehidupan perkawinan akan mempengaruhi tingkat konflik perkawinan, di antaranya adalah masalah komunikasi, pembagian peran, dan perbedaan individual. Berdasarkan definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa konflik perkawinan adalah pergumulan mental antara suami istri

yang disebabkan oleh keberadaan dua pribadi yang memiliki pandangan, temperamen, kepribadian dan tata nilai yang berbeda dalam memandang sesuatu dan menyebabkan pertentangan sebagai akibat dari adanya kebutuhan, usaha, keinginan atau tuntunan dari luar dalam yang tidak sesuai atau bertentangan.

Skala konflik perkawinan mengacu pada aspek-aspek konflik perkawinan yang dikemukakan oleh Gottman dan Declaire (dalam Miga, Gdula, dan Allen, 2011); dan aspek yang digunakan dalam penelitian Dewi dan Basti, (2008); dan Driver dan Gottman (2004), yaitu:

- a. *Partner violence*, yakni kekerasan fisik pada pasangan, yang ditandai dengan adanya perilaku yang menunjukkan kekerasan fisik dari salah satu pasangan kepada pasangannya; atau kedua pasangan tersebut menunjukkan kekerasan fisik.
- b. *Verbal aggression*, yakni kekerasan secara verbal ditandai dengan adanya perilaku yang menunjukkan penghinaan, kecaman atau ancaman yang dilontarkan oleh salah satu pasangan kepada pasangannya.
- c. *Unbending stance*, yaitu sikap bertahan sebagai bentuk upaya membela diri saat konflik terjadi atau upaya mempertahankan diri atas serangan umpatan dari pasangannya.
- d. *Withdraw from partner*, yakni menarik diri dari interaksi pasangannya, yaitu perilaku yang menunjukkan penghindaran dengan pasangannya dan biasanya pasangannya menunjukkan perilaku diam seribu bahasa.

Menurut Mubarok (2004), dan penelitian Sriningsih (2005), bahwa munculnya konflik perkawinan membawa individu pada suatu pilihan untuk menyesuaikan diri. Apabila suami-istri menemui konflik tipe *personality based* dan *situational conflict*, yaitu konflik

yang didasari oleh situasi dan latar belakang kepribadian, sehingga penyesuaian diri dapat dilakukan dengan memulai aksi, memahami sebab-sebab terjadinya konflik, atau dengan berusaha mengerti keadaan pasangan.

### Penyesuaian Perkawinan

Hurlock (dalam German, 2008), mendefinisikan penyesuaian perkawinan sebagai proses adaptasi antara suami dan istri, dimana suami dan istri tersebut dapat mencegah terjadinya konflik dan menyelesaikan konflik dengan baik melalui proses penyesuaian diri. Lasswel & Lasswel (dalam Desmita, 2009), mengatakan bahwa penyesuaian perkawinan juga merupakan suatu proses memodifikasi, mengadaptasi dan mengubah individu dan pola perilaku pasangan serta adanya interaksi untuk mencapai kepuasan yang maksimum dalam perkawinan (DeGenova, 2008). Atwater (dalam Koerner and Fitzpatrick, 2002), menambahkan penyesuaian perkawinan merupakan perubahan dan penyesuaian dalam kehidupan perkawinan yang meliputi beberapa aspek dalam kehidupan perkawinan, seperti penyesuaian terhadap hidup bersama, penyesuaian peran baru, penyesuaian terhadap komunikasi dan penyelesaian konflik, serta penyesuaian terhadap hubungan seksual dalam perkawinan dan penyesuaian terhadap kewarganegaraan. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian perkawinan adalah suatu proses dimana dua orang yang memasuki tahap perkawinan dan mulai membiasakan diri dengan situasi baru sebagai suami istri yang saling menyesuaikan dengan kepribadian, lingkungan, kehidupan keluarga, dan saling mengakomodasikan kebutuhan, keinginan dan harapan, serta saling menyesuaikan diri di beberapa aspek perkawinan untuk mencapai kepuasan maksimum dalam perkawinan.

Kurdek dan Smith (Indrawati dan Fauziah, 2012); dan Atwater dan Duffy (dalam Machaty, 2013), serta Jamabo dan Ordu (2012), menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan, yaitu: persiapan yang terbatas untuk perkawinan; peran dalam perkawinan; kawin muda; konsep yang tidak realistis tentang; perkawinan campur; dan masa pacaran yang singkat; serta konsep perkawinan yang romantis. Menurut Santrock (2003), dan Willson (dalam Lawrence, Brock, Barry, dan Langer, 2008); dan Lawrence (dalam Gerard, Krishnakumar, dan Buehler, 2006); Woothward (dalam Graber, Laurenceau, Chango, dan Coan, 2011), meliputi: konsep pasangan yang ideal, pemenuhan kebutuhan, kesamaan latar belakang, minat dan kepentingan bersama, kesamaan nilai, konsep peran, dan perubahan dalam pola hidup. Kriteria keberhasilan penyesuaian perkawinan dari Hurlock (dalam Pradipta dan Prihanto, 2011), dan Smith (dalam Parker, Olsen, dan Dyches, 2011), dan German (2008), untuk mengungkapkan gambaran penyesuaian perkawinan pada pasangan yaitu :

- a. *Dyadic consensus* atau kesepakatan hubungan adalah kesepakatan atau kesepakatan antar pasangan dalam berbagai masalah dalam perkawinan seperti keuangan, rekreasi, keagamaan.
- b. *Dyadic cohesion* atau kedekatan hubungan adalah kebersamaan atau kedekatan, yang menunjukkan seberapa banyak pasangan melakukan berbagai kegiatan secara bersama-sama dan menikmati kebersamaan yang ada (Miller dalam Hurlock, 2005).
- c. *Satisfaction* atau kepuasan hubungan adalah derajat kepuasan dalam hubungan.
- d. *Affectional expression* atau ekspresi afeksi adalah kesepakatan dalam menyatakan perasaan dan hubungan

seks maupun masalah yang ada mengenai hal-hal tersebut.

Aspek dari Smith (dalam Parker, Olsen, dan Dyches, 2011), akan dijadikan sebagai indikator dari alat ukur penyesuaian perkawinan.

### **Subjective Well Being**

Schwartz & Strack (dalam Hida, 2013), mendefinisikan, *subjective well-being can be simply defined as the individual's current evaluation of her happiness. Such an evaluation is often expressed in affective terms; when asked about subjective well-being, participants will often say, "I feel good". Subjective well-being is thus, at least in part, a proxy for a global affective evaluation* atau dapat dikatakan bahwa *Subjective Well-being* adalah suatu keadaan seorang individu mempersepsi dan mengevaluasi segala hal yang terjadi didalam kehidupan mereka, baik evaluasi kognitif maupun evaluasi afektif (dalam (Diener.*et.al*, dalam Hida, 2013).

*Subjective well-being* adalah bagaimana seseorang mengevaluasi kehidupan yang dijalani. Hal ini berhubungan dengan kepuasan hidup dan kepuasan perkawinan, pengalaman yang berhubungan dengan depresi dan kecemasan, serta mood atau suasana hati dan emosi yang positif (Diener, Suh & Oishi, dalam Hida, 2013). Ini artinya *subjective well-being* merupakan evaluasi diri mengenai kehidupan yang dijalani yang mencakup aspek kognitif yaitu evaluasi tentang kepuasan hidup yang dirasakan dan aspek afektif berupa afeksi positif dan afeksi negatif. Snyder dan Lopez (dalam Schmidt dan Welsh, 2010) juga menjelaskan bahwa kebahagiaan (*happiness*) atau *subjective well-being* (*subjective well-being*) merupakan suatu keadaan yang di dalamnya terdapat fungsi kognitif dan afektif. Fungsi kognitif yaitu adanya suatu evaluasi

oleh individu termasuk dalam membuat suatu keputusan tentang kepuasan dan keutuhan hidup. Fungsi afektif terdiri dari reaksi emosi yang bisa dalam bentuk positif ataupun negatif. Diener (dalam Hida, 2013) juga memiliki pendapat yang maknanya kurang lebih sama, bahwa *subjective well-being* dan *happiness* terdiri oleh dua komponen yaitu afektif dan kognitif. Dijelaskan lebih lanjut bahwa yang dimaksudkan sebagai komponen kognitif merupakan seberapa sering seseorang melaporkan pengalaman-pengalaman dari afeksi positif dan negatif yang dirasakan, sedangkan komponen negatif terdiri dari evaluasi dan pembuatan keputusan atas kepuasan hidup seseorang.

Berdasarkan beberapa definisi tentang *subjective well being* maka dapat disimpulkan bahwa *Subjective Well-being* merupakan suatu keadaan dimana seseorang mempersepsi dan mengevaluasi segala hal yang terjadi di dalam kehidupan mereka, baik evaluasi secara kognitif maupun afektif dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. *Subjective well being* merupakan kerangka pengalaman internal seseorang yang tidak terkait oleh referensi atau pengalaman eksternal, yang dapat diukur dari perspektif individu berdasarkan kerangka berpikir seseorang.

Beberapa faktor yang mempengaruhi SWB menurut Diener *et al*, (dalam Hida, 2013); Kashdan (dalam Schmidt dan Welsh, 2010); dan Kahneman dan Krueger (2006); adalah; temperamen; faktor biososial atau demografik; faktor psikososial; dan faktor budaya. Dalam penelitian ini indikator yang akan dijadikan pengukuran SWB mengacu pada konsep Diener, Suh & Oishi (dalam Hida, 2013), Kahneman dan Krueger (2006), serta Schmidt dan Welsh (2010), yang menyatakan bahwa *subjective Well-Being* terdiri atas tiga buah komponen umum. Ketiga komponen tersebut merupakan faktor global dari variabel-

variabel yang saling berinterelasi, yaitu: a) afek positif (*pleasant affect*), b) afek negatif (*unpleasant affect*), dan c) kepuasan Hidup (*life satisfaction*).

Afek positif (*Pleasant Affect*), merupakan afek yang meliputi emosi positif yang dialami oleh setiap individu dalam menjalani kehidupannya. Afek ini dapat terdiri atas emosi-emosi spesifik seperti sukacita, kasih sayang, harga diri dan sebagainya. *Subjective well-being* juga terdiri atas afeksi-afeksi positif (Chaplin, dalam Schmidt dan Welsh, 2010). Pengalaman afektif dapat menentukan emosi yang muncul (Atkinson., Atkinson & Hilgard, dalam Hida, 2013).

Afek negatif (*Unpleasant Affect*), merupakan afek yang meliputi emosi negatif yang dialami oleh setiap individu dalam menjalani kehidupannya. Afek ini terdiri atas emosi-emosi spesifik seperti rasa malu, rasa bersalah, kesedihan, kemarahan, kecemasan, dan sebagainya. Afeksi negatif merupakan kebalikan dari reaksi emosi positif. Reaksi-reaksi emosi negatif terlihat dalam bentuk ketakutan, rasa bermusuhan, rasa bersalah, dan kesedihan (Watson, dalam Hida, 2013). Rasa bermusuhan secara lebih kompleks terwujud dalam bentuk perilaku mudah tersinggung, marah, muak, jijik dan benci.

Kepuasan hidup (*Life Satisfaction*), merupakan kepuasan atas berbagai area kehidupan. Area kehidupan antara lain area rekreasi, cinta, perkawinan, persahabatan, kekeluargaan dan sebagainya. *Subjective well-being* seperti yang telah dijelaskan mempunyai hubungan yang erat dengan kepuasan hidup (*life satisfaction*).

## HIPOTESIS

Berdasarkan kerangka berpikir dan kajian pustaka yang telah dikemukakan, serta permasalahan yang dipaparkan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

- a. Secara bersama-sama ada hubungan antara penyesuaian perkawinan (*marital adjustment*) dan *subjective well being* dengan konflik perkawinan pada pasangan suami-istri.
- b. Ada hubungan antara penyesuaian perkawinan (*marital adjustment*) dengan konflik perkawinan pada pasangan suami-istri.
- c. Ada hubungan antara *subjective well being* dengan konflik perkawinan pada pasangan suami-istri.

## METODE

### Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *incidental purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel pada populasi yang secara kebetulan dapat dijumpai di area penelitian pada subjek-subjek yang memenuhi syarat atau karakter yang ditentukan (Hadi, 2000), yaitu: laki-laki dan perempuan yang telah menikah dengan usia pernikahan antara 5-10 tahun (periode awal); memiliki anak; dan tinggal bersama atau tidak ada keluarga yang lain dalam rumah tangganya, seperti orangtua atau mertua, atau saudara yang lain. Dalam penelitian ini akan diambil 80 sampel dengan komposisi yang cukup seimbang, yaitu 40 orang perempuan atau istri dan 40 orang laki-laki, yang berdomisili di Surabaya.

### Pengambilan Data

Pengambilan data penelitian dilakukan menggunakan angket dalam bentuk skala Likert. Uji Kesahihan dapat diartikan sebagai ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukuran (tes) dalam melakukan fungsi ukurannya, karena itu setiap alat ukur yang digunakan sebagai skala pengukuran harus diuji validitasnya (Azwar, 2010). Menurut Azwar (2010), aitem dapat diuji dengan

membandingkan antara koefisien korelasi aitem total 0,30, namun apabila tidak dapat memenuhi koefisien sebesar 0,300 dapat diturunkan menjadi 0,250 (Azwar, 2010).

Pengujian reliabilitas, yang artinya alat ukur dapat dinyatakan reliabel, jika hasil pengukuran dan nilai-nilainya bersifat konsisten seperti halnya pengukuran awal. Uji reliabilitas (keandalan) kedua skala penelitian ini menggunakan tehnik reliabilitas alpha Cronbach's. Hasil uji reliabilitas pada skala konflik perkawinan diperoleh nilai = 0,763. Menurut Santoso (2000), Ghazali (2005), dan Azwar (2010), alat ukur dinyatakan reliabel (andal) jika memiliki nilai mendekati nilai 1,00. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa skala konflik perkawinan yang digunakan dalam penelitian ini tergolong handal.

Hasil uji reliabilitas pada skala penyesuaian perkawinan diperoleh nilai =

0,903. Menurut Santoso (2000), Ghazali (2005), dan Azwar (2010), alat ukur dinyatakan reliabel (andal) jika memiliki nilai mendekati nilai 1,00. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa skala penyesuaian perkawinan yang digunakan dalam penelitian ini tergolong handal.

Skala *subjective well-being* akan diukur melalui skala Likert dengan indikator yang dikemukakan oleh Diener et al, (dalam Hida, 2013). Hasil uji reliabilitas pada skala *subjective well-being* diperoleh nilai = 0,871. Menurut Santoso (2000), Ghazali (2005), dan Azwar (2010), alat ukur dinyatakan reliabel (andal) jika memiliki nilai mendekati nilai 1,00. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa skala *subjective well-being* yang digunakan dalam penelitian ini tergolong handal.

**HASIL**

Data yang telah terkumpul dianalisa dengan menggunakan teknik analisis regresi ganda. Analisa ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel independent (penyesuaian perkawinan) dan *subjective well-being* dengan variabel dependent (konflik perkawinan). Peneliti menggunakan regresi

ganda karena ada dua varibel independent dengan satu variabel tergantung. Pengujian akan dilakukan dengan melihat korelasi secara serentak dan korelasi parsial.

Hasil pengujian hipotesis dapat diketahui sebagaimana rangkuman tabel berikut :

Tabel 1

Pengujian korelasisimultan

R	R <sup>2</sup>	F	p
0,402	0,162	7,422	0,001

Hasil uji korelasi secara simultan untuk menjawab hipotesis yang menyatakan ada korelasi antara penyesuaian perkawinandan *subjective well-being* dengan konflik perkawinan diperoleh nilai probabilitas sebesar 0,001 (p<0,01), yang berarti bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima.

*being* dengan konflik perkawinan tergolong lemah (rxy < 0,50). Demikian pula besarnya koefisien determinasi sebesar 0,162 yang menunjukkan bahwa penyesuaian perkawinan dan *subjective well-being* mampu memberikan kontribusi negatif terhadap konflik perkawinan sebesar 16,2 %.

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,402 menunjukkan bahwa rentang hubungan antara penyesuaian perkawinan dan *subjective well-*

Hasil pengujian hipotesis parsial yang dilakukan untuk mengetahui korelasi antara variabel penyesuaian perkawinan dengan

konflik perkawinan serta *subjective well-being* pada rangkuman tabel berikut :  
dengan konflik perkawinan dapat diketahui

Tabel 2  
Pengujian korelasi parsial

Variabel	T test	r partial	p
Penyesuaian perkawinan	-3,122	-0,334	0,003
<i>Subjective well-being</i>	-2,636	-0,288	0,010

Hasil uji korelasi parsial diketahui bahwa pada variabel penyesuaian perkawinan dengan konflik perkawinan memperoleh nilai t negatif dan nilai korelasi parsial negatif, dengan nilai probabilitas kurang dari 5% ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan negatif antara penyesuaian perkawinan dengan konflik perkawinan pada pasangan suami istri dapat diterima.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis sebagaimana telah dipaparkan, bahwa penyesuaian perkawinan dan *subjective well-being* secara simultan memiliki hubungan yang signifikan dengan konflik perkawinan pada pasangan suami istri. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa apabila penyesuaian perkawinan dan *subjective well-being* semakin meningkat maka konflik perkawinan akan cenderung menurun.

Hasil penelitian ini telah membuktikan bahwa adanya hubungan secara simultan antara penyesuaian perkawinan dan *subjective well-being* dengan konflik perkawinan, sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya seperti yang dikemukakan oleh Askari, dkk (2012); dan Driver dan Gottman (2004) yang menyebutkan bahwa kemampuan penyesuaian perkawinan yang didukung oleh suasana kebahagiaan dalam kehidupan perkawinan adalah faktor kunci menurunkan intensitas

Hasil uji korelasi parsial pada bahwa pada variabel *subjective well-being* dengan konflik perkawinan memperoleh nilai t negatif dan nilai korelasi parsial negatif, dengan nilai probabilitas kurang dari 5% ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan negatif antara *subjective well-being* dengan konflik perkawinan pada pasangan suami istri dapat diterima.

konflik dalam kehidupan keluarga atau perkawinan.

Adanya korelasi antara penyesuaian perkawinan dan *subjective well-being* tersebut dapat digambarkan bahwa adanya penyesuaian perkawinan yang baik dan diikuti dengan suasana kejiwaan yang relatif bahagia pada tiap pasangan, maka akan terjalin suatu upaya membangun komunikasi yang lebih baik lagi sebagai cara menyelesaikan setiap permasalahan yang menimbulkan konflik, terutama pada pasangan suami istri. Hal ini juga dapat terjadi sebaliknya, bahwa munculnya konflik perkawinan membawa individu pada suatu pilihan untuk, yaitu menyesuaikan diri dalam kehidupan rumah tangga. Apabila suami-istri menemui konflik *personality based* dan *situational conflict*, penyesuaian diri dapat dilakukan dengan memulai aksi, memahami sebab-sebab terjadinya konflik, atau dengan berusaha mengerti keadaan pasangan (Sadarjoen, 2005).

Demikian pula hasil penelitian Dania (2010); dan Rahadi (2011), yang menyimpulkan bahwa bilamana pasangan suami-istri mengalami *beneficial conflict*, maka suami-istri dapat menyesuaikan diri dengan berusaha mengikuti kebiasaan dan pola hidup pasangannya, sedangkan pada *destructive conflict* penyesuaian diri yang diambil mengarah pada perlawanan terhadap pasangan, suami atau istri berperan sebagai penentang aksi pasangan dengan upaya membangun *subjective well-being* dengan pendekatan rekreatif.

Adanya korelasi secara simultan tersebut juga memberikan gambaran dari besarnya koefisien determinasi sebesar 0,162 yang berarti bahwa kemampuan penyesuaian perkawinan pada subjek yang disertai dengan kondisi *subjective well-being* mampu menurunkan intensitas konflik hingga 16,2%, yang berarti bahwa masih terdapat variabel atau faktor lain yang dapat menurunkan intensitas konflik selain kemampuan penyesuaian perkawinan dan *subjective well-being*.

Terbuktinya hipotesis secara simultan tersebut dapat menggambarkan bahwa kepuasan perkawinan yang diukur melalui aspek *partner violence - Assault*, yang ditandai dengan adanya perilaku kekerasan fisik dari salah satu pasangan kepada pasangannya; atau kedua pasangan menunjukkan kekerasan fisik, relatif menurun ketika masing-masing pihak baik suami ataupun istri mampu menyesuaikan diri dengan pasangannya, serta mengupayakan kebahagiaan dengan cara meningkatkan komunikasi untuk mencegah munculnya konflik, meningkatkan keintiman seksualitas, memanfaatkan waktu senggang dengan melakukan kegiatan bersama, serta usaha-usaha yang masuk dalam kategori penyesuaian perkawinan dan penerimaan diri.

Adanya korelasi secara simultan juga menggambarkan bahwa naik dan turunnya konflik berupa *verbal aggression* yang ditandai

dengan adanya perilaku yang menunjukkan penghinaan, kecaman atau ancaman yang dilontarkan oleh salah satu pasangan kepada pasangannya relatif seiring berbalik dengan usaha masing-masing pihak untuk menyesuaikan perkawinan dan mengupayakan peningkatan taraf *subjective well being* dalam kehidupan rumah tangga. Artinya masing-masing pihak belajar untuk meningkatkan kemampuan untuk bersikap toleran terhadap pasangannya, rela untuk berkorban demi keutuhan rumah tangga, dan adanya usaha untuk menyelami karakteristik pasangannya.

Selain itu hasil uji korelasi parsial, antara kemampuan penyesuaian perkawinan dengan konflik perkawinan yang dibuktikan dengan uji parsial dan t test yang memiliki nilai probabilitas sebesar 0,003 ( $p < 0,05$ ) juga menunjukkan bahwa penyesuaian perkawinan memiliki korelasi negatif dengan konflik perkawinan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Gerard, Krishnakumar, and Buehler (2006); Robila dan Krishnakumar (2005); Pujiastuti dan Retnowati (2004); dan bahwa faktor penyesuaian perkawinan menjadi pilihan bagi suami atau istri, terutama apabila istri memiliki aktivitas di luar rumah, seperti bekerja, ketika terjadi suatu konflik perkawinan. Suami atau istri dapat memilih bentuk penyesuaian perkawinan yang bersifat memulai aksi (*a mover*), menentang, tanpa kompromi (*an opposer*), mendukung, menyetujui, berpartisipasi dan melanjutkan aksi (*a follower*), atau diam saja atau menekan keinginan (*a bystander*). Demikian pula penelitian Yanuarti dan Sriningsih (2012) dan German (2008), menyimpulkan bahwa apabila pilihan penyesuaian diri berdampak positif, maka perkawinan akan dapat bertahan dan selanjutnya berakibat baik bagi suami atau istri dan keluarganya.

Terbuktinya korelasi secara parsial antara penyesuaian perkawinan dengan konflik perkawinan, serta hasil penelitian terdahulu

menggambarkan suatu kondisi yang menunjukkan bahwa apabila kemampuan penyesuaian perkawinan meningkat maka konflik perkawinan akan menurun, demikian pula sebaliknya. Kondisi ini dapat dicontohkan melalui perilaku yang tergolong *unbending stance*, yaitu upaya membela diri saat konflik terjadi atau upaya mempertahankan diri atas serangan umpatan dari pasangannya ketika terjadi suatu perselisihan. Pihak yang mampu menyesuaikan perkawinan akan berusaha memahami pasangannya, berusaha untuk meredam emosi, dan menahan diri dengan menunggu waktu yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan tanpa merespon umpatan ataupun cacian dari pasangannya. Pada satu sisi, salah satu pihak akan berusaha untuk meminta pasangannya untuk mengurangi kebiasaan mencela, mencaci, dan mengumpat dengan kata-kata yang kotor. Upaya tersebut merupakan bagian dari pengenalan terhadap pasangannya sebagai bentuk penyesuaian perkawinan yang baik agar menurunkan kadar konflik dalam kehidupan rumah tangga.

Penyesuaian diri yang positif ditandai oleh adanya kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada diri sendiri, pada pasangan atau pada lingkungan perkawinan (dalam Gottman, dan Driver, 2005; dan Pradipta dan Prihanto, 2011). Tanda-tanda positif lainnya adalah persetujuan di antara pasangan atau kesepakatan dalam bernegosiasi, kelekatan atau keterikatan dan saling ketergantungan di antara pasangan, kepuasan terhadap pasangan, dan ungkapan perasaan dengan cara yang baik. Sebaliknya jika suami atau istri mengambil bentuk penyesuaian diri yang berdampak negatif, maka kemungkinan besar terjadi perceraian yang berakibat buruk bagi yang bersangkutan maupun seluruh keluarganya.

Pada hipotesis kedua juga telah diketahui bahwa antara *subjective well-being* dengan konflik perkawinan memiliki nilai

probabilitas sebesar 0,010 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa antara *subjective well-being* dengan konflik perkawinan memiliki korelasi negatif yang signifikan. Terbuktinya hipotesis tersebut melengkapi beberapa penelitian sebelumnya seperti yang dilakukan Graber, dkk (2011); Moen (2011); Wrosch, Amir, dan Miller (2011); dan Heffner, dkk (2004), yang menyimpulkan bahwa *subjective well-being* yang tinggi dalam kehidupan seseorang mampu menurunkan intensitas konflik dalam kehidupan rumah tangga perkawinan. Demikian pula penelitian yang dilakukan Parks dan Dinners (2012); Rözer (2011); dan Schmidt dan Welsh (2010), yang menyimpulkan bahwa kondisi konflik dalam keluarga ataupun dalam kehidupan rumah tangga efektif menurun bilamana setiap pasangan menyadari pentingnya meningkatkan kebahagiaan dalam diri sendiri sebagai suatu visi yang harus dicapai bersama-sama. Rözer (2011); dan McNulty dan Fincham (2011) menjelaskan bahwa suasana yang gembira dalam kehidupan keluarga akan memperlihatkan, bahwa di dalam sebuah hubungan berbentuk perkawinan, untuk menjaga kualitas interaksi ada kecenderungan meminimalkan pemakaian komunikasi nonverbal, yang berarti berbicara secara lisan lebih diutamakan. Menurut McNulty dan Fincham (2011) bahwa dengan berbicara secara langsung maka kedua pasangan dapat saling bertukar pikiran dan mempertemukan ide masing-masing, sehingga reaksi terhadap pesan-pesan yang disampaikan komunikasi dapat diberikan dengan tepat, dan mengurangi efek salah paham.

Beberapa hasil penelitian sebelumnya yang mendukung atau sesuai dengan pembuktian hipotesis ini, bahwa antara *subjective well-being* dengan konflik perkawinan memiliki korelasi negatif. Hal ini menunjukkan bahwa masing-masing pihak ketika memiliki konflik atau menyadari bahwa dalam hubungan rumah tangganya terdapat

potensi konflik maka salah satu atau masing-masing pihak akan berusaha mengatasinya dengan meningkatkan hubungan melalui aspek-aspek *subjective well being* sebagai salah satu tujuan membangun rumah tangga. Upaya ini merupakan usaha menurunkan kecenderungan perilaku *withdraw from partner*, yaitu perilaku menarik diri dari interaksi pasangannya, dan sebaliknya masing-masing pihak justru meningkatkan komunikasi secara lebih mendalam.

Hal tersebut juga dapat digambarkan kondisi psikologis pasangan suami-istri yang menyadari bahwa dalam suatu perkawinan terkadang apa yang diharapkan oleh masing-masing individu tidak sesuai dengan kenyataannya setelah individu tersebut menjalani bahtera rumah tangga. Perkawinan menuntut adanya perubahan gaya hidup, menuntut adanya penyesuaian diri terhadap tuntutan peran dan tanggung jawab baru baik dari suami maupun istri. Ketidakmampuan untuk melakukan tuntutan-tuntutan tersebut tidak jarang menimbulkan pertentangan, perselisihan dan bahkan berakhir dengan perceraian. Hal tersebut diartikan bahwa setiap perselisihan, pertentangan dan konflik dalam suatu rumah tangga merupakan sesuatu yang

terkadang tidak bisa dihindari, tetapi harus dihadapi dan diselesaikan dengan cara-cara yang benar dan efektif menurunkan konflik demi suatu tujuan bersama membangun rumah tangga.

Penelitian Ellison (dalam Hida, 2013), Kashdan (2004), Schmidt dan Welsh (2010), bahwa hubungan yang positif dengan orang lain berkaitan dengan *subjective well-being*, karena dengan adanya hubungan positif tersebut akan mendapat dukungan sosial dan kedekatan emosional. Pada dasarnya kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain merupakan suatu kebutuhan bawaan, dimana kemampuan ini merupakan gambaran kemampuan penyesuaian diri (*adjustment*). Demikian halnya yang terjadi dalam kehidupan perkawinan, bahwa tanpa adanya keintiman emosional dengan orang lain (pasangan), maka seseorang akan merasakan keterasingan yang berdampak pada kesepian dan depresi. Kemudian Schmidt dan Welsh (2010), menjelaskan bahwa hubungan yang positif dengan orang lain (*good relationship*) juga akan meningkatkan dampak variabel-variabel lain terhadap *subjective well-being*, yang mampu menjadi bagian dari penurunan potensi konflik dalam keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- An-Nuaimin, T.K. (2006) *Psikologi suami istri: Memahami perbedaan tabiat dan karakter seks laki-laki dan perempuan demi membangun keharmonisan hidup berkeluarga*. Yogyakarta: Mitra pustaka
- Askari, M., Abbas, B., Noah, S.B.N., Hassan, SA., & Baba, M (2012). Comparison the Effects of Communication and Conflict Resolution Skills Training on Marital Satisfaction. *International Journal of Psychological Studies*. Vol. 4, No. 1; p: 182-195
- Chaerani, L. (2005). *Psikologi Perempuan & Konseling keluarga*. Yogyakarta: penerbit Liberty
- Dagun, M. (2002). *Psikologi Keluarga*, Jakarta: Rineka Citra
- Desmita, EI (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Penerbit Remaja Rosda Karya
- Dewi, E.M.P., & Basti, (2008). Marriage Conflict And Resolution Model Married Couples. *Jurnal Psikologi*, Volume 2, No, hal: 42-51
- Diener, ED and Chan, M (2010). *Happy People Live Longer: Subjective Well-Being*

- Contributes to Health and Longevity. *Health Benefits of Happiness Journal of Personality*, Vol. 71, pg: 1-50
- Donna, Debby Faura dan Lengkong, Felix, (2012). Penyesuaian Perkawinan Pada Pasangan yang Menikah Tanpa Proses Pacaran (ta'aruf). *Thesis*, Fakultas Psikologi, Diambil tanggal 4 Januari 2015, dari [http://www.gunadarma.ac.id/library/artic/es/graduate/./Artikel 10503039.pdf](http://www.gunadarma.ac.id/library/artic/es/graduate/./Artikel%2010503039.pdf)
- Driver, J.L., &Gottman, JM (2004). Daily Marital Interactions and Positive Affect During Marital Conflict Among Newlywed Couples. *Family Process Journal*, Vol. 43, No. 3, p: 301-314
- Farida, A. (2007). Perempuan dalam Cerai Gugat di Tangerang, Perempuan dalam Sistem Perkawinan dan Perceraian di Berbagai Komunitas dan Adat. Jakarta: Balai Litbang Agama Depag RI.
- Fatmawati, E (2012). Pernikahan Dini Pada Komunitas Muslim Madura Di Kabupaten Jember. *Jurnal Edu Islamika*, Vol.3 No.1 Maret 2012
- Gerard, J.M., Krishnakumar, A., and Buehler, C (2006). Marital Conflict, Parent-Child Relations, and Youth Maladjustment: A Longitudinal Investigation of Spillover Effects. *Journal of Family Issues*, Volume: 27, Number 7, p: 951-975
- German, N.M (2008). Depression and Marital Adjustment. *University of Tennessee Honors Thesis Projects*. Diambil dari: [http://trace.tennessee.edu/utk\\_chanhonoproj/1182](http://trace.tennessee.edu/utk_chanhonoproj/1182)
- Ghazali, I. (2005). *Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro.
- Giudici, F., Widmer, E., and Ghisletta, P, (2011), A sociological assessment of conjugal conflict. *Sociologia, Problemas E Práticas Journal*. No. 67, pp: 9-21
- Gottman, J.M., &Driver, JL, (2005). Dysfunctional Marital Conflict and Everyday Marital Interaction. *Journal of Divorce & Remarriage*, Vol. 43, p: 63-77
- Graber, E.C., Laurenceau, JP., Chango, EMJ., and Coan, J (2011), Conflict and Love: Predicting Newlywed Marital Outcomes From Two Interaction Contexts. *Journal of Family Psychology*, Vol. 25, No. 4, p: 541-550
- Gunarsa, S (2003). *Sosiologi Keluarga*. Cetakan ke-15. Bandung : Penerbit PT. Rosdakarya.
- Gunarsa, S dan Gunarsa, (2000). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. BPK Jakarta: Penerbit PT. Gunung Mulia
- Hashmi, HA., Khurshid, M., and Hassan, I (2007). Marital Adjustment, Stress and Depression among Working and Non-Working Married Women. *Internet Journal of Medical Update*, Vol. 2, No. 1, p: 19-26
- Hawadi, L.F (2010). Perkawinan dan keluarga. *Artikel ilmiah*. Diambil dari <http://www.reni-akbar./2010/05/psikologi-perkawinan-dan-keluarga.html>
- Heffner, K.L., Kiecolt-Glaser, J.K., Loving, J.L., Glaser, R., & Malarkey, W.B, (2004). Spousal Support Satisfaction as a Modifier of Physiological Responses to Marital Conflict in Younger and Older Couples. *Journal of Behavioral Medicine*, Vol. 27, No. 3, p: 233-254
- Hurllock, B. E., (2005). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi keenam. (Pengalih bahasa : Istiwidayanti dan Soejarwo). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Indrawati, ES., dan Fauziah, N, (2012), Attachment dan Penyesuaian Diri dalam Perkawinan. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 11, No.1, Hal: 40-49

- Jamabo, T and Ordu, SN (2012). Marital adjustment of working class and non-working class women in Port Harcourt metropolis, Nigeria. *International Journal of Psychology and Counselling*, Vol. 4(10), pp. 123-126,
- Kartono, K. (2003). *Psikologi Wanita: Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung : Mandar Madu.
- Koerner, A .F ., and Fitzpatrick, MA (2002). Non Verbal Communication and Marital Adjustment and Satisfaction: The Role of Decoding Relationship Relevant and Relationship Irrelevant Affect. *Communication Monographs, Journal*. Vol. 69, No.1, pp: 33–51
- Kuntaraf, J dan Kuntaraf, L (1999). *Komunikasi Keluarga: Kunci Kebahagiaan Anda*. Bandung: Indonesia Publishing House.
- Laura C.F., Skibbe, LE., Bowles, PR., Blow, JA., and Gerde, KA., (2013). Marital Satisfaction, Family Emotional Expressiveness, Home Learning Environments, and Children’s Emergent Literacy. *Journal of Marriage and Family*, Vol. 75, p: 42 – 55
- Lawrence, E., Brock, R.L., Barry, AR., & Langer, A (2008), Assessing Relationship Quality: Development Of An Interview And Implications For Couple Assessment And Intervention. *Assessing Relationship Quality Journal*, p:1-17
- Lucas, Richard E. (2007). Adaptation and the Set-Point Model of Subjective Well-Being: Does Happiness Change after Major Life Events? *Current Directions in Psychological Science*, diambil dari <http://www.psychologicalscience.org>.
- Machaty, A (2013). Dispositional Optimism and Marital Adjustment. *Family Sciences. Paper 7*. University of Kentucky, Knowledge diambil dari: [http://uknowledge.uky.edu/hes\\_etds/7](http://uknowledge.uky.edu/hes_etds/7)
- Maramis, W.F. & Yuwana, T.A. (2003). *Dinamika Perkawinan Masa Kini*. Malang: Penerbit Diana
- McNulty, J.K & Fincham, F.D (2011). Beyond Positive Psychology? Toward a Contextual View of Psychological Processes and Well-Being. *American Psychological Association*, Vol. 67, No. 2, p: 101–110
- Miga, EM, Gdula, JA & Allen, JP (2011). Fighting Fair: Adaptive Marital Conflict Strategies as Predictors of Future Adolescent Peer and Romantic Relationship Quality. *Social Development Journal*. Vol.4, issue:8, p: 1-19
- Moen, D.A (2011). Newlywed to Established Marriage: A Longitudinal Study of Early Risk and Protective Factors that Influence Marital Satisfaction. All Graduate Theses and Dissertations. Paper 1127, diambil dari: Utah State University, diambil dari: <http://digitalcommons.usu.edu/etd/1127>
- Mubarok, Ahmad. (2004). *Psikologi Keluarga: Dari Keluarga Sakinah Hingga Keluarga Bangsa*, Jakarta: PT Bina Rena Pariwana
- Ngozi, O-Peter, N & Stella, A (2013). The Impact of Marital Conflicts on the Psychosocial Adjustment of Adolescents in Lagos Metropolis, Nigeria. *Journal of Emerging Trends in Educational Research and Policy Studies (JETERAPS)*, Vol: 4(2), p: 320-326
- Papalia, D. E., S. W., & Feldman, R.D. (2004). *Human development*. (9th ed). USA: Mc Graw-Hill Companies, Inc.
- [Parker . JA](#), [Mandleco, B](#), [Olsen.](#), [Roper S](#), [Freeborn D](#), & [Dyches TT](#). (2011). Religiosity, spirituality, and marital relationships of parents raising a typically developing child or a child with a disability. *Journal of Family Nursing February 2011 17:82-104*

- Parks, AC., & Dinners, RB (2012). Past, Present, and Future To appear in "Bridging Acceptance and Commitment Therapy and Positive Psychology: A Practitioners's Guide to a Unifying Framework. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, Vol. 5, p:1-26.
- Pradipta, M dan Prihanto, S (2011). Newlywed Couples' Marital Adjustment. *Anima, Indonesian Psychological Journal*. Vol. 26, No. 3, 214-219
- Pujiastuti, E., dan Retnowati, S (2004). Kepuasan Pernikahan dengan Depresi pada Kelompok Wanita Menikah yang Bekerja dan yang Tidak Bekerja. *Humanitas Indonesian Psychological Journal*. Vol. p: 1: 1-9.
- Robila, M & Krishnakumar, K (2005). Effects of Economic Pressure on Marital Conflict in Romania. *Journal of Family Psychology*. Vol. 19, No. 2, p: 246-251
- Rowatt, G.W. & Rowatt, M.J. (1992). *Bila suami-istri bekerja*. Yogyakarta: Kanisius
- Rözer, J (2011). Subjective well-being and national income inequality: Who are hurt and when?. Research Master Social and Cultural Science, *Thesis*. Radboud University Nijmegen.
- Sadarjoen, S.S (2005). *Konflik marital. Pemahaman konseptual, aktual, dan alternatif solusinya*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Edisi 5, Jilid 1, alih bahasa, Juda Damanik & Ahmad Chusairi. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Schmidt, C.K., dan Welsh, A.C. (2010). College Adjustment and Subjective Well-Being When Coping with a Family Member's Illness. *Journal of Counseling and Development*. Vol. 88, No. 4
- Suryabrata, S (2005). *Pengembangan alat ukur Psikologis*. Yogyakarta: penerbit Andi
- Waite, L.J. & Gallagher, M. (2003). Selamat menempuh hidup baru: Manfaat perkawinan dari segi kesehatan, psikologi, seksual, dan keuangan. (alih bahasa: Eva Yulia Nukman). Bandung: Mizan Media Utama.
- Wrosch, C., Amir, E, dan Miller, G.E. (2011). Goal adjustment capacities, coping, and subjective well-being: the sample case of caregiving for a family member with mental illness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2011 May;100(5):934-46.
- Yanuarti, D & Sriningsih (2012), Penyesuaian diri terhadap konflik perkawinan pada suami atau istri bekerja. *Insight Psychology Journal*, Vol. 2, hal: 142-152