



PENGARUH FORGIVENESS DAN HAPPINESS TERHADAP GRATITUDE DALAM HUBUNGAN PERKAWINAN

Dinnisa Haura Zhafira Hidayat¹, Choirunnisa², Hidayati³, Teuku Nebrisa Zagladin Jacob⁴

^{1,2}UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

³Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA

⁴RSIA SamMarie Basra

dinnisa.hidayat20@mhs.uinjkt.ac.id

choirunnisa18@mhs.uinjkt.ac.id

hidayati@uhamka.ac.id

nebrisa.smhg@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian *cross-sectional study* dengan pendekatan kuantitatif tentang pengaruh pengaruh *forgiveness* dan *happiness* terhadap *gratitude* dalam hubungan pernikahan. Metode yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 199 orang. Teknik pengumpulan data mempergunakan kuesioner dengan model skala likert, dan teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda yang dibantu dengan program SPSS 22. Hasil penelitian menunjukkan; 1) Variabel *forgiveness* dan *happiness* berpengaruh secara simultan terhadap variabel *gratitude* dalam hubungan perkawinan. Adapun variabel *forgiveness* dan *happiness* secara bersama-sama mampu memberikan pengaruh terhadap variabel *gratitude* dalam hubungan perkawinan sebesar 64,3%. Sementara itu, 35,7% lainnya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain; 2) Variabel *fogiveness* mempunyai pengaruh secara parsial terhadap variabel *gratitude* dalam hubungan perkawinan; 3) Variabel *happiness* berpengaruh secara parsial terhadap *gratitude* dalam hubungan perkawinan.

Kata Kunci: *pemaafan, kebahagiaan, kebersyukuran, studi cross-sectional*

Abstract

This research is a cross-sectional study with a quantitative approach to the effect of forgiveness and happiness on gratitude in a marital relationship. The method used in sampling is purposive sampling. The sample in this study was 199 participants. The data collection technique was a questionnaire using a Likert scale model, and the data analysis technique in this study employed multiple regression analysis techniques assisted by the SPSS 22 program. The results showed; 1) The variables of forgiveness and happiness have a simultaneous effect on the variable of gratitude in the marital relationship. The forgiveness and happiness variables together influence the gratitude variable in the marital relationship by 64.3%. Meanwhile, the other 35.7% is influenced by other variables; 2) The forgiveness variable has a partial effect on the gratitude variable in the marital relationship; 3) The happiness variable has a partial effect on gratitude in marital relations.

Keywords: *forgiveness, happiness, gratitude, cross-sectional study*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2022

✉Corresponding author :

Address : Jl. Ir. H. Juanda No. 95 Jakarta

Email : dinnisa.hidayat20@mhs.uinjkt.ac.id

Phone : 087731490179

PENDAHULUAN

Dalam menjaga keharmonisan dari sebuah perkawinan, hendaknya pasangan suami istri senantiasa memberi kebahagiaan dan kesejahteraan, dengan kata lain menjaga kualitas perkawinannya (Herawati, et al, 2018). Keharmonisan hubungan antara suami istri merupakan salah satu indikator kualitas perkawinan dan mampu mencegah terjadinya perceraian (Puspitawati, 2012). Kondisi fisik dan psikologis merupakan cerminan kualitas perkawinan, disamping faktor lain seperti kebahagiaan dan kepuasan perkawinan dalam hal komunikasi, pengasuhan anak, ekonomi, hubungan intim, komitmen perkawinan dan pengasuhan anak (Bulanda, et al, 2016).

Kehidupan modern di kala ini, sudah terjalin pergeseran nilai-nilai dalam pola kehidupan di warga yaitu keluarga tradisional jadi keluarga modern. Keluarga modern membagikan peluang untuk istri buat bekerja di zona public (Puspitawati, 2012). Riset yang dilakukan Sunarti, Rizkillah, serta Muktiyah (2020) membuktikan kalau istri bekerja akan berakibat hadapi konflik yang mengacaukan keluarga daripada konflik keluarga mengganggu kerja. Untuk keluarga dengan suami serta istri bekerja, support sosial ialah salah satu sistem pendukung yang dibutuhkan buat melindungi keberfungsian keluarga (Herawati et al., 2018). Bersumber pada perihal tersebut membuktikan kalau perlunya support sosial suami terhadap istri buat melindungi keutuhan keluarganya.

Dalam ikatan perkawinan, rasa syukur (Gratitude) bisa membagikan ikatan yang positif dimana pendamping lebih sadar, bersyukur serta percaya atas perihal baik yang terdapat dalam perkawinan. Pemahaman ini hendak membolehkan pasangan buat mencermati watak positif yang dipunyai masing- masing, secara positif membangun perkawinan, saling peduli, serta faedah positif yang mereka dapatkan. Dengan demikian, aspek- aspek positif yang terjalin antar pendamping mempunyai ikatan yang positif pula dengan perkawinan (Gordon, Arnette & Smith, 2011).

Oleh sebab itu, rasa syukur bisa jadi mempunyai kapasitas buat menghasilkan pemahaman di dalam ikatan pribadi, mengenai gimana hal- hal yang baik dalam diri kita selaku pribadi, pendamping ataupun dalam hubungan. Dengan mengatakan rasa syukur serta trust kepada pendamping, kita bisa peduli, menghargai serta melindungi komitmen bersama dalam suatu perkawinan (Irwana, et al., 2021).

Rasa syukur yang dipunyai seorang erat kaitannya dengan kebahagiaan yang hendak diperoleh (Prabowo & Laksmiwati, 2020). Bersyukur membuat seorang hendak mempunyai

pemikiran yang lebih positif serta perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yakni pemikiran kalau hidup merupakan sesuatu anugerah (Listiyandini, 2015). Pada orang yang mempunyai tingkatan syukur yang besar, hendak mempunyai tingkatan kebahagiaan yang besar pula sebab terdapat kecenderungan untuk lebih puas serta optimis bila dibanding dengan orang yang tidak bersyukur (Sativa & Helmi 2013).

Forgiveness ataupun pemaafan merupakan masalah berarti yang butuh dititikberatkan dalam kehidupan individu buat memperoleh kebahagiaan dalam perkawinan. Pemaafan dalam suatu pernikahan bisa membuka konflik yang ada dalam kehidupan rumah tangga paling utama konflik pendamping yang bekerja. Oleh karena itu, pemaafan jadi sangat berarti untuk orang dalam mengamalkan kehidupan supaya tidak mengambil jalur perceraian dalam menanggulangi kasus yang ada. Riset kuantitatif yang mengaitkan 120 responden yang sudah menikah sudah diteliti oleh Wah (2013) serta menggunakan Heartland Forgiveness Scales serta Enrich Marital Satisfaction Scales dengan hasil yang menampilkan kalau aspek usia menampilkan perbandingan dengan tingkatan pemaafan. Terus menjadi muda umur terus menjadi rendah tingkatan pemaafan dibandingkan dengan umur yang lebih tua. Riset ini pula menampilkan kalau ada ikatan yang signifikan antara kepuasan perkawinan dengan pemaafan. Terus menjadi seorang dapat memaafkan hingga terus menjadi tinggi kecenderungan buat seorang bisa merasa berpuas hati terhadap pernikahannya.

Zechmeister serta Romero (2002) melaporkan kalau memaafkan kerap diberikan oleh korban sebab dituntut penuh kedudukan sosial dalam warga. Bagi Spring dan Spring (2006), memaafkan ialah bagian dari sesuatu proses diawali dari seorang menuturkan rasa sakit sehabis terjalin peristiwa menyakitkan, kemudian tumbuh hingga menempuh pengalaman-pengalaman korektif yang membangun kembali keyakinan serta keintiman. Bersumber pada sebagian uraian menimpa penafsiran memaafkan oleh tokoh pakar di atas hingga bisa disimpulkan kalau memaafkan merupakan pergantian perilaku orang yang sudah disakiti buat tidak membalas dengan perbuatan yang sama terhadap orang yang sudah menyakiti, sebab perihal ini lebih membagikan kedamaian di dalam hati. Dengan demikian, dari sebagian definisi yang sudah dipaparkan di atas, penafsiran pemaafan yang digunakan pada riset ini mengacu pada teori yang diungkapkan oleh McCullough (2001), ialah kesediaan menanggalkan kesalahan yang dicoba orang yang sudah menyakiti hati ataupun melaksanakan sesuatu perbuatan salah pada orang lain.

Tetapi forgiveness dalam sesuatu jalinan pernikahan merupakan perihal yang rumit. Banyak pertentangan kalau orang yang sangat kerap disakiti seorang merupakan orang yang dicintai (Fincham, Beach & Davila, 2004). Kesalahan yang dilakukan pendamping hendak dinilai selaku perlakuan yang disengaja serta wujud dari tidak menghargai pendampingnya, sehingga cedera yang ditorehkan oleh pendamping hendak terasa lebih sakit. Oleh karena itu, tidak gampang untuk pendamping yang tulus memaafkan serta melupakan kesalahan pendampingnya. Proses memaafkan membutuhkan kerja keras, keinginan kokoh serta latihan mental sebab terkait dengan emosi orang yang fluktuatif, dinamis serta sangat reaktif terhadap stimulus dari luar (Wardhati & Faturochman, 2006).

Kebahagiaan dalam perkawinan ialah idaman tiap pendamping. Kebahagiaan dalam perkawinan itu dibutuhkan supaya bebas dari perasaan tekanan pikiran serta tertekan, serta guna menghasilkan kebahagiaan tersebut hingga wajib ada rasa silih cinta serta komitmen dari kedua pasangan tersebut (Rauer & Volling, 2013). Kebahagiaan ialah sebutan yang lebih universal kita dengar dalam kehidupan tiap hari. Gejala seorang senang apabila merasakan puas dengan kehidupannya serta merasakan perasaan positif: bahagia, gembira, cinta, tenang, nyaman, lega, kasih sayang, serta sedikit perasaan negative: takut, khawatir, marah sakit hati, benci, pilu, stress, tertekan, iri hati (Prastuti, 2019).

Pada hakikatnya makna senang itu terdapat pada dalam diri manusia itu sendiri. Kebahagiaan Otentik bukan terletak pada harta, tahta, kenikmatan duniawi, ataupun dianugerahi raga yang sempurna, akan tapi kebahagiaan yang otentik itu merupakan gimana kita selaku manusia sanggup memaknai kehidupan dikala ini, mengambil hikmah dari masing-masing peristiwa yang sudah kita lakukan, serta mensyukuri apa yang kita memiliki, bukan mencari apa yang tidak dapat kita miliki dikala ini (Prabowo & Laksmiwati, 2020). Kebahagiaan bukan cuma berkisar pada fenomena perasaan bahagia. Baik ataupun luar biasa yang dirasakan, namun pula merasa baik secara totalitas ialah sosial, raga, emosional, serta psikologis (Froh, Bono & Emmons, 2010). Kebahagiaan merupakan salah satu bagian berarti dalam kehidupan orang serta ialah sesuatu keadaan yang sangat mau dicapai oleh seluruh orang dari bermacam usia serta lapisan warga (Argyle, 2013). Dalam suatu perkawinan, kebahagiaan ialah salah satu perihal yang jadi tujuan yang diharapkan, perkawinan menuntut terdapatnya pergantian gaya hidup, menuntut terdapatnya persiapan serta penyesuaian diri terhadap tuntutan kedudukan serta tanggung jawab yang baru baik dari suami ataupun istri (Fatma, 2015).

Kepuasan hidup merupakan salah satu wujud dari evaluasi diri secara merata oleh orang dalam memberi evaluasi puas ataupun tidak puas tentang kehidupannya (Hurlock, 2010). Wujud dari kepuasan orang atas karunia yang diterima merupakan selaku wujud rasa syukur orang atas apa yang diperoleh, sehingga rasa syukur ini bisa pengaruhi kepuasan orang dalam menempuh kehidupan (Sulastina & Rohmatun, 2018).

METODE

Desain penelitian ini termasuk ke dalam penelitian cross-sectional study dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah perempuan yang telah menikah, bekerja dan memiliki anak, pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik nonprobability sampling. Tehnik pengambilan sampel ini mengharuskan tidak semua populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi subjek penelitian. Sedangkan metode yang digunakan dalam pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dimana para penulis telah menentukan sampel dengan menetapkan ciri khusus sesuai dengan penelitian. Sampel pada penelitian ini berjumlah 199 orang. Adapun teknik pengumpulan datanya menggunakan instrument berupa kuesioner dengan model skala likert. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik analisis regresi berganda yang dibantu dengan program SPSS 22.

HASIL

Deskriptif Data Hasil Penelitian

Tabel 1. Statistik deskriptif data

	N	Min	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Forgiveness	199	31	70	10468	52.60	7.892
Happiness	199	48	78	9108	45.77	13.418
Gratitude	199	12	21	3207	16.12	2.545
Valid N (listwise)	199					

Tabel 1 merupakan tabel statistik deskriptif. Jumlah responden pada penelitian ini yaitu sebanyak 199 responden. Tabel diatas menunjukkan pada variabel forgiveness memiliki nilai minimum sebesar 31 dan nilai maksimum sebesar 70. Skor totalnya sebesar 10468 dan skor rata-ratanya sebesar 52,60. Adapun simpangan bakunya atau standar deviasi sebesar 7,892.

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
1 (Constant)		
Forgiveness	.868	1.152
Happiness	.868	1.152

Pada variabel happiness memiliki nilai minimum sebesar 48 dan nilai maksimum sebesar 78. Skor totalnya sebesar 9108 dan skor rata-ratanya sebesar 45,77. Adapun simpangan bakunya atau standar deviasi sebesar 13,418.

Pada variabel gratitude memiliki nilai minimum sebesar 12 dan nilai maksimum sebesar 21. Skor totalnya sebesar 3207 dan skor rata-ratanya sebesar 16,12. Adapun simpangan bakunya atau standar deviasi sebesar 2,545.

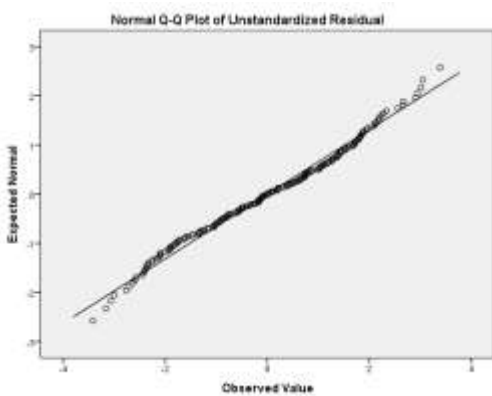
Uji Asumsi

Uji Normalitas Residual

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah nilai residual pada persamaan regresi berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji kolmogorov-smirnov dengan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Berikut adalah tabel dan gambar hasil analisis.

Tabel 2. Hasil uji normalitas residual

Asymp. Sig. (2-tailed)	Unstandardized Residual
.200	



Gambar 1. Q-Q plot normalitas residual

Tabel 2 di atas merupakan tabel hasil uji normalitas. Adapun data berdistribusi normal apabila nilai signifikansinya > 0,05. Tabel 2 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200, atau nilai sig > 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa data yang digunakan pada masing-masing variabel dalam penelitian ini telah berdistribusi dengan normal.

Selain dengan uji kolmogorov-smirnov, uji normalitas residual juga dapat dilihat melalui P-P Plot normalitas residual. Berdasarkan Gambar 1 diatas, dapat dilihat plot (titik) berada pada garis normal atau plot mendekati garis normal. Berdasarkan gambar tersebut dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan pada masing-masing

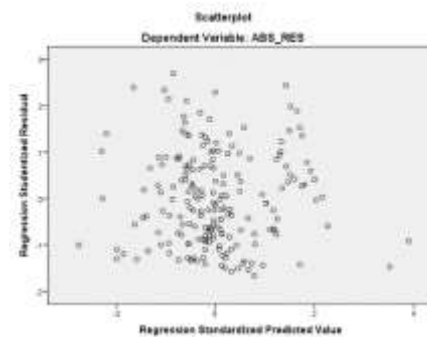
variabel dalam penelitian ini telah berdistribusi dengan normal.

Heteroskedesitas

Uji Prasyarat heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui apakah ada atau tidak kesamaan varian dari nilai residual untuk semua pengamatan pada model regresi. Uji heteroskedastisitas menggunakan menggunakan Uji Glejser dan dibantu dengan aplikasi SPSS versi 22. Selain dengan menggunakan Uji Glesjer, multikolinieritas dapat dilihat dengan menggunakan grafik screeplot, dan apabila plot-plot pada grafik tidak membentuk polpola tertentu maka tidak terjadi masalah multikolinieritas. Berikut adalah hasil dari uji multikolonieritas:

Tabel 3. Uji Glejser

Model		Sig.
1 (Constant)		.002
Forgiveness		.383
Happiness		.072



Gambar 2. Screeplot Heteroskedesitas

Tabel 3 diatas menunjukkan hasil dari uji heteroskededitas. Tabel 3 menunjukkan nilai signifikansi pada variabel *Forgiveness* sebesar 0,383 dan pada variabel *Happiness* 0,072. Adapun nilai signifikansi keduanya lebih dari 0,05 (sig > 0,05). Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedisitas pada data yang digunakan, atau telah memenuhi asumsi heteroskedistas. Selain itu, Gambar 2 juga menunjukkan sebaran plot yang tidak membentuk suatu pola tertentu, dan hal ini pun menunjukkan bahwa tidak adanya masalah heteroskedisitas pada data yang digunakan.

Multikolinieritas

Uji multikolinieritas digunakan untuk mengetahui apakah dalam model regresi ditemukan adanya kolerasi kedua variabel. Uji multikoleniaritas dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 22. Uji multikolinieritas dapat diketahui dari nilai *tolerance* > 0,1 atau nilai VIF <

10 maka tidak terjadi masalah multikolinieritas. Berikut adalah hasil dari uji multikolonieritas.

Tabel 4. Hasil uji multikolinieritas

Berdasarkan gambar diatas, menunjukkan nilai Tolerance pada variabel Forgiveness dan happiness sebesar 0,868, sedangkan nilai VIF masing-masing sebesar 1,152. Hal ini menunjukkan bahwa pada uji multikolonieritas tidak terjadi masalah multikolonieritas.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji regresi liner berganda. Adapaun analisis tersebut meliputi Uji F, Uji T, Uji determinasi dan persamaan regresi.

Uji F (Anova)

Uji F dilakukan untuk mengetahui apakah variabel independen yang ditambahkan dalam model regresi mempengaruhi secara simultan variabel dependen dengan kriteria pengambilan keputusan ketika H_0 diterima dan H_1 ditolak apabila nilai sig $F > 0,05$ yang berarti bahwa variabel independen tidak berpengaruh terhadap variabel dependen. Kemudian, ketika H_0 ditolak dan H_1 diterima apabila nilai sig $> 0,05$ maka secara simultan variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen. Pada penelitian ini uji F dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 22, berikut hasil dari uji F.

Tabel 5. Uji F (Anova)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	823.934	2	411.967	176.143	.000 ^b
Residual	458.408	196	2.339		
Total	1282.342	198			

Tabel 5 diatas merupakan tabel hasil Uji F Anova. Tabel 5 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau nilai sig $< 0,05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh secara simultan antara forgiveness & happiness terhadap gratitude.

Uji T

Uji T dilakukan untuk mengetahui apakah variabel independen yang ditambahkan dalam model regresi mempengaruhi secara parsial variabel dependen. Kriteria pengambilan keputusan ketika H_0 diterima dan H_1 ditolak apabila nilai sig $t > 0,05$ yang berarti bahwa variabel independen tidak berpengaruh terhadap variabel dependen. Kemudian, ketika H_0 ditolak dan H_1 diterima apabila nilai sig $t < 0,05$ maka secara parsial variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen.

Tabel 6. Hasil Uji T

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1 (Constant)	7.730	.742		10.424	.000
Forgiveness	.035	.015	.107	2.342	.020
Happiness	.143	.009	.756	16.497	.000

Tabel 6 merupakan tabel hasil Uji T. Tabel 6 menunjukkan nilai signifikansi pada variabel forgiveness sebesar 0,020 atau sig $< 0,05$, yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel forgiveness berpengaruh secara parsial terhadap gratitude.

Sedangkan pada variabel happiness menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau sig $< 0,05$, yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel happiness berpengaruh secara parsial terhadap gratitude.

Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi R^2 (R Square) dilakukan untuk mengetahui besaran proporsi variasi (kontribusi) dari variabel dependen oleh variabel independen. Berikut adalah hasil uji determinasi yang telah dilakukan.

Tabel 7. Hasil uji koefisien determinasi

Model	R	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.802 ^a	.643	1.529

Tabel 7 menunjukan nilai R square sebesar 0,643. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel forgiveness dan happiness secara bersama-sama memberikan pengaruh terhadap gratitude sebesar 64,3%, dan 35,7% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Setelah dilakukan analisis regresi maka tahap selanjutnya adalah menuliskan persamaan regresinya. Persamaan regresi ditentukan melalui hasil nilai koefisien B. Berikut adalah persamaan regresi pada penelitian ini.

Tabel 8. Tabel koefisien B persamaan regresi

Model	Unstandardized Coefficients	
	B	Std. Error
1 (Constant)	7.730	.742
Forgiveness	.035	.015
Happiness	.143	.009

Tabel 8 adalah tabel koefisien B. Tabel diatas digunakan untuk menentukan persamaan regresi yang terbentuk pada penelitian ini. Berikut adalah persamaan regresi pada penelitian ini. Garatitute pada hubungan perkawinan = 7,730 + 0,035 (forgiveness) + 0,143 (Happiness)

PEMBAHASAN

Pemaafan berpengaruh positif terhadap Kebersyukuran. Dengan kata lain, semakin baiknya pemaafan hingga semakin meningkatnya Kebersyukuran. McCullough (2001), menarangkan bahwasanya pemaafan ialah kesediaan mengampuni kesalahan yang dilakukan orang yang sudah menyakiti hati ataupun melaksanakan sesuatu perbuatan salah pada orang lain. McCullough (2002) mengatakan forgiveness selaku perubahan 3 dimensi motivasi terhadap transgressor, ialah dari negatif ke arah yang lebih positif, yang diisyarati dengan rendahnya dorongan buat menjauhi (avoidance motivation), rendahnya dorongan buat menyakiti ataupun membalas dendam (revenge motivation), serta meningkatnya dorongan buat berperilaku positif (benevolence motivation) terhadap transgressor. Zechmeister dan Romero (2002) melaporkan kalau memaafkan kerap diberikan oleh korban sebab dituntut penuh kedudukan sosial dalam publik. Bagi Spring dan Spring (2006), memaafkan ialah bagian dari sesuatu proses diawali dari seorang menuturkan rasa sakit sehabis terjalin peristiwa menyakitkan, kemudian tumbuh hingga menempuh pengalaman-pengalaman korektif yang membangun kembali keyakinan serta keintiman. Bersumber pada sebagian uraian menimpa penafsiran memaafkan oleh tokoh pakar di atas hingga bisa disimpulkan kalau memaafkan merupakan pergantian perilaku orang yang sudah disakiti guna tidak membalas dengan perbuatan yang sama terhadap orang yang sudah menyakiti, sebab perihal ini lebih memberikan kedamaian di dalam hati.

Tetapi forgiveness dalam sesuatu jalinan pernikahan merupakan perihal yang rumit. Banyak pertentangan kalau orang yang sangat kerap disakiti seorang merupakan orang yang dicintai (Fincham, Beach & Davila, 2004). Kesalahan yang dicoba pasangan hendak dinilai selaku perlakuan yang disengaja serta wujud dari tidak menghargai pasangannya, sehingga cedera yang ditorehkan oleh pasangan hendak terasa lebih sakit. Oleh karena itu, tidak gampang untuk pasangan yang tulus memaafkan serta melupakan kesalahan pasangannya. Proses memaafkan membutuhkan kerja keras, keinginan kokoh serta latihan mental sebab terkait dengan emosi orang yang fluktuatif, dinamis serta sangat reaktif terhadap stimulus dari luar (Wardhati & Faturochman, 2006).

Kebahagiaan berpengaruh positif terhadap kebersyukuran. Dengan kata lain, semakin baiknya kebahagiaan maka semakin meningkatnya kebersyukuran. Selanjutnya, kebahagiaan atau happiness merupakan pesamaan dari kepuasan hidup yang menunjukkan perasaan yang mengarah ke arah yang positif. Kebahagiaan menciptakan energi, antusiasme, vitalitas, gerakan dan dinamika yang dapat melindungi manusia terhadap stres dan masalah. Perkawinan membuat seseorang hidup lebih lama, lebih sehat dan lebih bahagia bagi pasangan (Gove, Style, & Hughes, 2015). Umumnya, pernikahan yang membawa kepada kebahagiaan selalu memberikan suasana kesejukan secara terus menerus, sehingga suasana gembira dan kesenangan muncul dan tetap pada tempatnya (aqarra). Ibnu Manzhuur mengutip al-Asma'i dimana "Allah menetapkan setiap sesuatu yang mengalir secara alami itu memberikan kesejukan dan kesenangan dan setiap yang mengalir itu menyejukkan". Kebahagiaan dalam konteks pernikahan tentu saja tercermin melalui terpenuhinya hak dan kewajiban masing-masing (suami-istri) secara adil, sebagaimana suatu masyarakat politik yang lebih besar dan kompleks, merasa tentram, nyaman, dan bahagia ketika para pemimpinnya bersikap adil.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut; 1) Variabel forgiveness dan happiness berpengaruh secara simultan terhadap variabel gratitude dalam hubungan perkawinan. Adapun variabel forgiveness dan happiness secara bersama-sama memberikan pengaruh terhadap variabel gratitude dalam hubungan perkawinan sebesar 64,3%, dan 35,7% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain; 2) Variabel forgiveness berpengaruh secara parsial terhadap variabel gratitude dalam hubungan perkawinan; 3) Variabel happiness berpengaruh secara parsial terhadap gratitude dalam hubungan perkawinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Allemand, M., Amberg, I., Zimprich, D., & Fincham, F. D. (2007). The role of trait forgiveness and relationship satisfaction in episodic forgiveness. *Journal of Social and Clinical psychology*, 26(2), 199-217.
- Argyle, M. (2013). *The psychology of happiness*. Routledge.
- Bulanda, J. R., Brown, J. S., & Yamashita, T. (2016). Marital quality, marital dissolution, and mortality risk during the later life course. *Social Science & Medicine*, 165, 119-127.

- Chew Sook Wah. (2013). Kesan kemaafan terhadap kepuasan perkahwinan. Tesis Sarjana Psikologi UKM.
- Fincham, F. D., Beach, S. R., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18, 72-81.
- Froh, J. J., Bono, G., & Emmons, R. (2010). Being grateful is beyond good manners: Gratitude and motivation to contribute to society among early adolescents. *Motivation and Emotion*, 34(2), 144-157.
- Gordon, C. L., Arnette, R. A., & Smith, R. E. (2011). Have you thanked your spouse today?: Felt and expressed gratitude among married couples. *Personality and Individual Differences*, 50(3), 339-343.
- Gove, W. R., Hughes, M., & Style, C. B. (1983). Does marriage have positive effects on the psychological well-being of the individual?. *Journal of health and social behavior*, 122-131.
- Herawati, T., Zubairi, B. K., Musthofa, M., & Tyas, F. P. S. (2018). Dukungan sosial, interaksi keluarga, dan kualitas perkawinan pada keluarga suami istri bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 11(1), 1-12.
- Hurlock, E. B. (2010). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (alih bahasa Istiwidayanti, dkk). Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Irwana, D., Saudi, A., & Nur, A. (2021). HUBUNGAN ANTARA RASA SYUKUR (GRATITUDE) DAN KEPERCAYAAN (TRUST) DENGAN KOMITMEN PERNIKAHAN (MARITAL COMMITMENT) PADA ISTRI YANG BEKERJA.
- Kachadourian, L. K., Fincham, F., & Davila, J. (2005). Attitudinal ambivalence, rumination, and forgiveness of partner transgressions in marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 334-342.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 473-496.
- Lubis, B. (2019). Syukur dengan kebahagiaan remaja. *JURNAL PIONIR*, 5(4).
- McCullough, M. E. (2001). Forgiveness: Who does it and how do they do it? Department of Psychology, Southern Methodist University, Dallas, Texas, 10(6), 194-197.
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. (2002). The grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography, 82(1), 112-127.
- Prabowo, R. B., & Laksmiwati, H. (2020). Hubungan antara rasa syukur dengan kebahagiaan mahasiswa jurusan psikologi universitas negeri surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 7(1).
- Prastuti, E. (2019). Rasa Syukur: Kunci Kebahagiaan dalam Keluarga. Deepublish.
- Puspitawati, H. (2012). Gender dan Keluarga: Konsep dan Realita Indonesia. Pt Penerbit Ipb Press.
- Rauer, A., & Volling, B. (2013). More than one way to be happy: A typology of marital happiness. *Family Process*, 52(3), 519-534.
- Sativa, A. R., & Helmi, A. F. (2013). Syukur dan harga diri dengan kebahagiaan remaja. *Jurnal Wacana*, 5(2).
- Seif, S., & Bahari, F. (2003). Relationship between forgiveness and mental health of couple. *Persian Journal of Psychological Studies*, 1(1), 9-18.
- Spring, J. A., & Spring, M. (2006). After the affair (terjemahan). Jakarta: Transmedia.
- Sulastina, S., & Rohmatun, R. (2018). Hubungan antara Rasa Syukur dengan Kepuasan Hidup pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. In *PROSIDING SEMINAR NASIONAL PSIKOLOGI UNISSULA*.
- Sunarti, E., Rizkillah, R., & Muktiyah, N. T. (2020). The Effect of Work-Family Conflict and Balancing Strategy towards Wive's Job Satisfaction. *Journal of Family Sciences*, 5(1), 20-35.
- Wardhati, L. T., & Faturahman. (2006). Psikologi pemaafan. <http://fatur.staff.ugm.ac.id/file/Psikologi%20pemaafan.pdf>
- Zechmeister, J. S., & Romero, C. (2002). Victim and offender accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 675-686.