
Hubungan antara *Gratitude* dengan Kepuasan Perkawinan Pada Pasangan Menikah Di Komplek Merbau Mas Medan

Julike

Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia
julikelim@gmail.com

Sarinah

Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia
sarinahlumbantoruan@gmail.com

Sri Hartini

Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia
srihartini_psikologi@unprimdn.ac.id

Abstrak

Dalam sebuah perkawinan terdapat dua individu yang memiliki perbedaan latar belakang dan diharapkan mampu membentuk sebuah keluarga yang bahagia dan harmonis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dan kepuasan perkawinan. Penelitian ini menggunakan sampling total sebanyak 172 orang (86 pasutri) yang tinggal di Komplek Merbau Mas Medan. Data diperoleh dari Skala pengukuran *gratitude* dan kepuasan perkawinan. Teknik analisis data yang digunakan adalah menggunakan korelasi *Pearson Product Moment Correlation* melalui bantuan SPSS 17 for Windows. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,626 ($p < 0,000$). Hal ini menunjukkan terdapat hubungan positif antara *gratitude* dengan kepuasan perkawinan, yang berarti bahwa apabila pasutri memiliki tingkat *gratitude* yang tinggi maka kepuasan perkawinan juga tinggi dan begitu juga sebaliknya apabila pasutri memiliki tingkat *gratitude* rendah maka kepuasan perkawinan juga rendah.

Kata kunci: *gratitude*; kepuasan perkawinan

Pendahuluan

Tuhan menciptakan manusia saling berpasangan adalah untuk saling menjaga dan melindungi satu sama lain. Seorang pria harus melindungi seorang wanita dan seorang wanita juga harus bisa menjaga seorang pria agar terbentuk suatu keharmonisan dalam menjalin suatu hubungan (Morgan, 2010). Hasil wawancara yang telah dilakukan menunjukkan subjek seorang suami/istri setuju dengan

pendapat tersebut. Sang suami/istri mengatakan bahwa “Suami harus menjaga istri. Istri juga harus menjaga suami. Kunci kesuksesan dalam perkawinan adalah hubungan timbal balik yang dilakukan oleh pasangan suami istri”. Hal ini disampaikan oleh pasutri yang telah menikah selama 8 tahun. Mereka berpendapat bahwa “Aib suami jangan diumbar-umbarkan, sekalipun pada orang tua sendiri. Bagaimana pun, aib suami adalah keburukan istri juga. Sebaliknya, suami saya menutupi semua kekurangan saya di depan keluarga-keluarganya”. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa dalam suatu ikatan resmi perkawinan, seorang suami dan seorang istri bertujuan untuk membentuk keluarga yang berbahagia. Kebahagiaan ini dapat dicapai dengan adanya kepuasan yang dirasakan suami maupun istri dalam rumah tangga mereka.

Shaw mengatakan tugas yang paling penting bila dua orang sepakat untuk menikah dan bersatu dalam kelompok perkawinan adalah bahwa mereka mampu menghubungkan tujuan individual dengan tujuan-tujuan bersama. Apabila kedua pasangan menerima tujuan bersama dan setuju untuk menempatkan tujuan bersama dalam taraf prioritas yang sama serta bekerja sama untuk mencapai tujuan tersebut, maka kemungkinan untuk terjalannya relasi yang memuaskan kedua pasangan akan mencapai taraf maksimal (Sadarjoen, 2005).

Kenyataannya, hubungan antara pria dan wanita dalam sebuah perkawinan tidaklah sesederhana yang dibayangkan, melainkan sesuatu yang cukup rumit dan pelik. Permasalahan yang sering terjadi seperti pertengkaran, perselisihan yang disebabkan oleh faktor ekonomi, tidak memiliki keturunan, ketidakcocokan yang menyebabkan kekerasan dalam rumah tangga hingga perceraian. Dalam sebuah perkawinan terdapat dua individu yang memiliki perbedaan latar belakang dan diharapkan mampu membangun sebuah keluarga yang bahagia dan harmonis. Namun hal ini bukanlah mudah untuk dilakukan. Seperti yang dikatakan oleh (Sadarjoen, 2005), bahwa perkawinan tidak akan terhindar dari konflik. Perkawinan merupakan landasan natural untuk berkembangnya suatu konflik, karena setiap individu, tanpa terelakkan memiliki pengamatan dan harapan-harapan yang berbeda secara individual.

Menurut Stutzer & Frey, 2006 (dalam Herawati & Farradinna 2017), perkawinan memberikan manfaat terhadap kesehatan fisik dan psikologis, meningkatkan pendapatan, perkembangan anak-anak, kepuasan hubungan seksual dan memanjangkan usia kehidupan seseorang. Menurut Dowlatabadi, Saadat & Jahangiri, 2013, kepuasan perkawinan adalah perasaan bahagia terhadap perkawinan yang dijalani, kepuasan perkawinan berhubungan dengan kualitas hubungan dan pengaturan waktu, juga bagaimana pasangan mengelola keuangannya.

Khairani, Rachmatan, Sari & Putri, (2016), dalam penelitian mereka menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *gratitude* dengan kepuasan perkawinan. Semakin tinggi tingkat kebersyukuran seseorang maka akan semakin tinggi juga tingkat kepuasan individu tersebut dalam menjalani perkawinannya demikian juga sebaliknya.

Gratitude merupakan bahasa Latin *gratia* yang artinya rahmat, rasa terima kasih. Kata ini berhubungan dengan sesuatu yang harus dilakukan terhadap kebaikan, keramahan, memberi dan menerima, atau memiliki sesuatu secara cuma-cuma (Emmons, 2008). *Gratitude* merupakan sebuah bentuk perasaan atau emosi senang karena telah mendapatkan suatu hal yang baik, di mana hal baik tersebut didapatkan karena adanya orang lain (McCulough, Tsang & Emmons, 2004 dalam Novianty & Goei 2013).

Emmons, dkk., (dalam Jackson, 2010), dalam penelitian mengenai *gratitude*, telah menemukan manfaat dari *gratitude*, antara lain:

a. Optimisme yang lebih besar dan kesehatan fisik

Orang yang berlatih bersyukur secara teratur setiap minggunya akan merasa lebih baik secara fisik dan kehidupan mereka secara umum, dan memiliki sikap yang lebih optimis tentang minggu mendatang daripada orang yang selalu mengingat hal negatif.

b. Mencapai tujuan individu

Individu yang terus bersyukur lebih dekat untuk mencapai tujuan pribadi mereka setelah periode dua bulan daripada yang tidak bersyukur.

c. Bantuan stres

Menurut Emmons, bersyukur juga merupakan cara yang efektif untuk melepaskan stress. “Penelitian mengenai *gratitude* dimulai untuk menunjukkan bahwa perasaan bersyukur memiliki nilai positif yang sangat besar dalam membantu orang mengatasi masalah sehari-hari, terutama stress” kata Emmons dalam sebuah artikel WebMD.

d. Rasa kesejahteraan yang lebih besar dan emosi positif

Pribadi yang merasa bersyukur cenderung mempunyai emosi positif yang lebih tinggi, vitalitas dalam kepuasan hidup, dan tingkat depresi dan stress yang rendah.

e. Membantu individu mengobati penyakit

Antara orang dengan penyakit neuromuskuler, Emmons menemukan “21 hari intervensi *gratitude*” memproduksi suasana hati yang positif yang lebih tinggi, perasaan terhubung dengan orang lain yang lebih tinggi, lebih optimis dalam kehidupan dan lebih baik dalam durasi tidur dan kualitas hidup, relatif terhadap kelompok. Tentu saja, bersyukur juga bermanfaat bagi orang lain. Mengucap syukur membantu orang lain merasa diakui, yang di mana merupakan kebutuhan dasar dan fundamental dalam diri kita semua.

f. Mengatasi stres

Sekarang banyak orang yang mengalami peningkatan stress karena pengaruh ekonomi global. Bahkan lebih memprihatinkan adalah bahwa penelitian demi penelitian menunjukkan bahwa stress dapat memiliki efek dramatis pada kesehatan dan fisik individu. Salah satu metode yang sangat penting dari menetralkan efek berbahaya ini adalah dengan menggunakan rasa syukur untuk memastikan kesejahteraan individu, tidak memperdulikan apa yang terjadi dengan masyarakat sekitar.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, maka dapat dinyatakan bahwa *gratitude* dapat meningkatkan kepuasan perkawinan dengan cara memberikan ketenangan batin, menjaga perilaku, dan cara pandang positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dengan kepuasan perkawinan. Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah dapat memperkaya penelitian

di bidang psikologi terutama berkaitan dengan *gratitude* dan kepuasan perkawinan dan manfaat secara praktis dapat diterapkan oleh masyarakat yang sudah menikah.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional dua variabel. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *gratitude* dengan kepuasan perkawinan. Penelitian ini menggunakan variabel bebas yaitu *gratitude* dan variabel terikat yaitu kepuasan perkawinan.

Penelitian mengenai hubungan antara kepuasan perkawinan dengan *gratitude* terdiri dari dua skala, antara lain skala *gratitude* dan skala kepuasan perkawinan. Skala *gratitude* dikembangkan berdasarkan aspek-aspek *gratitude* McCullough, dkk., (dalam Watkins, 2014) yang meliputi aspek intensitas, aspek frekuensi, aspek rentang, serta aspek kepadatan sedangkan skala kepuasan perkawinan dikembangkan berdasarkan aspek-aspek kepuasan perkawinan Olson dan Fowers (1993) yang meliputi aspek komunikasi, aspek aktivitas bersama, aspek orientasi keagamaan, aspek pemecahan masalah, aspek manajemen keuangan, aspek orientasi seksual, aspek keluarga dan teman, aspek anak-anak dan pengasuhan, aspek masalah kepribadian, serta aspek kesamaan peran. Peneliti menggunakan empat pilihan jawaban dalam penyusunan skala ini, untuk menghindari kemungkinan jawaban ditengah-tengah.

Skala *gratitude* diukur dengan menggunakan skala dari teori (McCullough, Emmons & Tsang, 2002 dalam Watkins, 2014), berbentuk kuesioner yang terdiri dari 35 pernyataan dengan koefisien reliabilitas (α) 0,921. Kemudian skala kepuasan perkawinan diukur dengan menggunakan teori yang dipelopori oleh Olson dan Fowers (1993) berbentuk kuesioner yang terdiri dari 46 pernyataan dengan koefisien reliabilitas (α) 0,915.

Populasi dalam penelitian ini adalah 86 pasangan (172 partisipan) yang menikah dan tinggal di Komplek Merbau Mas Medan. Dengan jumlah populasi sebesar 86 pasangan (172 partisipan), peneliti tertarik menggunakan teknik pengambilan sampel jenuh atau teknik *total sampling* yang menggunakan seluruh anggota populasi yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian. Adapun

keseluruhan sampel dalam penelitian ini adalah 86 pasangan (172 partisipan) yang menikah dan tinggal di Komplek Merbau Mas Medan.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis dengan *Pearson Product Moment Correlaton*, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas dengan rumus *Kolmogorov Smirnov Z* dan uji linearitas hubungan dengan *test linearity* dalam program *SPSS 17.00 for Windows*.

Hasil Dan Pembahasan

Uji normalitas dilakukan supaya mengetahui apakah variabel penelitian terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada variabel *gratitude* diperoleh koefisien KS-Z = 0,840 dengan Sig sebesar 0,240 untuk uji 1 (satu) arah ($p > 0,05$), yang berarti bahwa variabel *gratitude* terdistribusi normal. Uji normalitas pada variabel kepuasan perkawinan diperoleh koefisien KS-Z = 1,182 dengan Sig sebesar 0,061 untuk uji 1 (satu) arah ($p > 0,05$), yang berarti bahwa variabel kepuasan perkawinan terdistribusi normal ($p > 0,05$).

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	SD	K-SZ	Sig.	P	Keterangan
<i>Gratitude</i>	14,323	0,840	0,240	P>0,05	Sebaran normal
Kepuasan Perkawinan	17,259	1,182	0.061	P >0,05	Sebaran normal

Variabel *gratitude* dan kepuasan perkawinan memiliki hubungan linear. Hal ini terlihat dari nilai sig yang diperoleh yaitu 0,000 maka $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa variabel *gratitude* dengan kepuasan perkawinan memiliki hubungan linear dan telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisis korelasi *Pearson Product Moment*.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
<i>Gratitude</i> Kepuasan Perkawinan	111.192	0,000	Linier

Hipotesis dalam penelitian ini adalah hubungan positif antara *gratitude* dan kepuasan perkawinan. Berdasarkan hasil analisis korelasi antara dua variabel, diperoleh koefisien korelasi *Pearson Product Moment* sebesar 0,626 yang berada

pada rentang 0,60-0,799 sehingga dikategorikan memiliki hubungan yang kuat dan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya semakin pasutri merasa bersyukur, maka akan semakin tinggi juga tingkat kepuasan perkawinan, dan juga sebaliknya, semakin jarang pasutri bersyukur, maka akan semakin rendah juga tingkat kepuasan perkawinan.

Hasil dari penelitian ini diperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,392, yang berarti bahwa 39,2 persen variabel *gratitude* mempengaruhi kepuasan perkawinan, dan selebihnya 60,8 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti: kesejahteraan psikologis, pemaafan, empati, konflik peran ganda, religiusitas, dan *self disclosure*.

Penelitian yang dilakukan terhadap pasangan menikah di Komplek Merbau Mas menunjukkan bahwa terdapat 37 subjek penelitian memiliki kepuasan perkawinan sedang kemudian terdapat 135 subjek penelitian memiliki kepuasan perkawinan tinggi, dan tidak ditemukan pasangan yang memiliki kepuasan perkawinan rendah. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan rata-rata pasangan memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi.

Berdasarkan observasi dan wawancara lanjutan terhadap 37 subjek penelitian yang memiliki kepuasan perkawinan sedang, didapatkan bahwa aspek yang paling menonjol adalah aspek anak-anak dan pengasuhan, aspek kesamaan peran serta aspek manajemen keuangan. Para pasangan mengaku bahwa mereka sebagai pasangan suami istri mampu bekerjasama dalam mendidik dan membesarkan anak dan mampu menjadi rekan yang baik di dalam maupun di luar rumah. Seperti halnya suami mengizinkan istrinya untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya untuk mendapatkan kepuasan pribadi begitu juga sebaliknya istri mengizinkan suaminya untuk mengembangkan potensinya.

Selain itu, mereka juga merasakan kepuasan dalam manajemen keuangan. Pasangan baik istri maupun suaminya mampu mengelola keuangan dengan baik, suami mampu memberikan kebutuhan hidup yang layak dan istri juga mampu mengelola keuangan dengan baik dengan tidak membelanjakan hal yang tidak diperlukan dan istri selalu mencatat apa saja pengeluarannya sehingga apabila keuangan tidak mencukupi maka tidak terjadi salah paham antara pasangan.

Permasalahan yang banyak dirasakan oleh pasangan suami istri tersebut ada pada aspek aktivitas bersama serta aspek keluarga dan teman. Para pasangan memiliki kesulitan dalam mengatur waktu karena banyaknya tuntutan pekerjaan dari kantor sehingga terkadang tidak memiliki waktu senggang atau liburan bersama pasangan dan anak-anak. Selain itu, pasangan suami istri tersebut juga jarang berkunjung ke rumah keluarga, baik keluarga dari pihak suami maupun istri karena tidak memiliki waktu senggang.

Terdapat 135 subjek penelitian yang memiliki kepuasan perkawinan tinggi. Berdasarkan wawancara lanjutan, beberapa diantara mereka sudah merasa nyaman dengan kondisi rumah tangganya saat ini. Pada aspek komunikasi, anak-anak dan pengasuhan, kesamaan peran, manajemen keuangan, masalah kepribadian, serta pemecahan masalah, walaupun ada sedikit konflik, mereka mampu mengatasinya karena mereka merasa bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya dan tidak ada gunanya untuk beradu mulut sehingga terkadang pihak istri yang mengalah dan terkadang pihak suami yang mengalah. Mereka menyebutkan bahwa harus ada salah satu yang mengalah supaya tercipta kebahagiaan dalam perkawinan tersebut. Pada aspek orientasi keagamaan, orientasi seksual, keluarga dan teman, aktivitas bersama, mereka juga mengaku selalu mempersiapkan liburan dengan keluarga, dan menyempatkan diri untuk melakukan aktivitas sosial serta selalu mengajarkan kepada anak-anaknya agar membiasakan diri beribadah dan menjadi teladan yang baik.

Secara keseluruhan, tidak terdapat pasutri yang memiliki kepuasan perkawinan rendah. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari para pasangan suami istri bahwa awalnya mereka mengalami kesulitan komunikasi dan masalah kepribadian, tapi lambat laun mereka mampu menyesuaikan diri dengan kebiasaan-kebiasaan serta kepribadian pasangan. Pasangan suami istri menyetujui bahwa tidak ada gunanya terus-terusan beradu mulut, lebih baik kita saling bertukar pendapat dan mencari solusi mana yang lebih baik.

Gratitude yang tinggi akan cenderung memberikan efek yang positif pada individu. *Gratitude* dipercaya dapat memberikan ketenangan batin, cara pandang yang positif, dan motivasi hidup yang kuat bagi siapa saja yang mengalami

permasalahan, termasuk pada permasalahan perkawinan. Permasalahan perkawinan yang dapat diselesaikan dengan baik akan menimbulkan kepuasan perkawinan yang tinggi.

Penelitian ini juga meneliti *gratitude* para pasangan menikah di Komplek Merbau Mas. Berdasarkan data yang telah diteliti, peneliti menemukan bahwa terdapat 4 subjek penelitian yang memiliki *gratitude* rendah, 90 subjek penelitian memiliki *gratitude* sedang, dan 78 subjek penelitian memiliki *gratitude* tinggi. Pada *gratitude* dengan kategori sedang ditemukan sebanyak 90 subjek penelitian. Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan, peneliti mendapatkan para pasangan suami istri merasa bersyukur atas apa yang telah dimilikinya seperti keluarga, pasangan baik suami maupun istri, pekerjaan, rumah, dan fasilitas-fasilitas lainnya. Pada aspek intensitas, rentang, kepadatan didapatkan pada kategori sedang, mereka menyadari bahwa mengucapkan syukur itu penting karena semua yang kita lakukan tidak akan berjalan lancar atau berhasil tanpa dukungan dari Tuhan Yang Maha Esa dan orang-orang disekeliling kita seperti pasangan, orang tua, keluarga, teman, dan pihak lainnya yang membantu.

Selanjutnya, terdapat pula 78 subjek penelitian yang memiliki *gratitude* tinggi. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, para pasangan selalu merasa bersyukur terhadap apa yang telah diperoleh dan selalu mengucapkan terima kasih untuk tindakan-tindakan kecil seperti supir yang selalu mengantarkan anak-anaknya ke sekolah, pembantu rumah tangga yang bersedia membantu membersihkan rumah, suami yang telah bekerja keras, dan yang lainnya. Hal tersebut mencerminkan bahwa pada beberapa pasangan ini terdapat aspek intensitas, frekuensi, rentang, dan kepadatan.

Secara keseluruhan, peneliti menemukan 4 subjek penelitian yang memiliki *gratitude* dalam kategori rendah. Hasil ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan wawancara lanjutan dengan subjek. Subjek menyatakan bahwa ia merasa apa yang diperolehnya sekarang seperti pekerjaan yang baik, rumah, adalah hasil kerja kerasnya sendiri tanpa ada bantuan dari siapapun, dan ia juga merasa tidak harus berterima kasih kepada setiap orang yang membantu, kecuali

orang tersebut lebih tua dari si subjek. Karena ia merasa apapun yang ia lakukan akan berhasil apabila ia bekerja keras sendiri.

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa adanya *gratitude* yang dimiliki pasangan suami istri, diharapkan dapat meningkatkan kepuasan perkawinan dengan cara memberikan ketenangan batin, menjaga perilaku, dan cara pandang yang positif.

Penjelasan tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara *gratitude* dengan kepuasan perkawinan pada pasangan yang menikah dan tinggal di Komplek Merbau Mas Medan. Dengan hasil, semakin tinggi *gratitude* yang dimiliki pasangan yang menikah dan tinggal di Komplek Merbau Mas Medan maka semakin tinggi pula kepuasan perkawinannya. Sebaliknya, semakin rendah *gratitude* pada pasangan yang menikah dan tinggal di Komplek Merbau Mas Medan maka semakin rendah pula kepuasan perkawinannya.

Pasangan dalam pernikahan jangka panjang, seseorang merasa bersyukur dan menyatakan rasa terima kasih secara positif sesuai dengan perasaan kepuasan perkawinannya (Gordon, dkk., dalam Lisa, dkk., 2016). Penelitian lain yang dilakukan oleh Herawati dan Farradinna (2017) menunjukkan bahwa keterkaitan antara bersyukur dengan kepuasan perkawinan telah terbukti berhubungan secara positif dan signifikan, yang bermakna bahwa pandangan positif yang ditunjukkan melalui rasa syukur meningkatkan keselarasan dalam hubungan suami istri. Pernyataan di atas dibenarkan juga oleh pengakuan para istri yang diwawancarai oleh peneliti. “Hmm..iya dek, saya dan suami saya lumayan sering bertengkar ee...tapi gimana lah ya dek namanya juga suami istri pasti ada aja permasalahannya, tapi ya terkadang saya merasa bersalah juga sama suami saya, soalnya kan eee...saya harus mensyukuri juga dia uda kerja keras demi kami keluarganya”. Perasaan tersebut meluluhkan hati subjek dan membuat subjek selalu ingin menyelesaikan perselisihan di antara mereka.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan pada pasutri yang menikah dan tinggal di Komplek Merbau Mas Medan. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 86 pasangan (172 partisipan) dengan karakteristik yang digunakan sebagai berikut: pasangan yang sudah menikah sekitar 5-10 tahun dan pasangan yang telah memiliki anak. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara *gratitude* dengan kepuasan perkawinan dan diperoleh korelasi *Product Moment* (r) sebesar 0,626 ($p > 0,05$) artinya pasutri yang memiliki *gratitude* tinggi maka kepuasan perkawinannya juga tinggi, dan sebaliknya, apabila pasutri memiliki *gratitude* rendah maka kepuasan perkawinannya juga rendah.

Saran

Bagi pasangan suami istri disarankan agar memiliki dasar agama yang kuat dan selalu berpandangan positif dan hal tersebut dapat menjadi pondasi yang kuat dalam membangun kehidupan rumah tangga. Penelitian menunjukkan rasa bersyukur yang diekspresikan ternyata dapat memicu rasa percaya pada pasangan dan individu yang merasa bersyukur cenderung mempercayai pasangannya karena mereka yakin bahwa pasangan yang mereka miliki adalah anugerah dari Tuhan dan bagi peneliti selanjutnya, kiranya dapat memperluas penelitian ini dengan memperhatikan faktor-faktor lain seperti: komunikasi, pendidikan, dan sebagainya yang dapat mempengaruhi kepuasan perkawinan, untuk memperbaiki hasil penelitian yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dowlatabadi, Saadat & Jahangiri. (2013). The Relationship between Religious Attitudes and Marital Satisfaction among married personnel of departments of education in Rasht City, Iran. *International Journal of Advanced Studies in Humanities and Social Science*, 1 (6), 608-615.
- Emmons, R. A. (2008). Gratitude, Subjective Well-Being, and The Brain. In Eid, M. & Randy, J.L. 2008. *The Science of Subjective Well-Being*. New York: The Guilford Press.

-
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). *ENRICH Marital Satisfaction Scale: A Brief Research and Clinical Tool*. Journal of Family Psychology.
- Herawati, I., & Farradinna, S. (2017). Kepuasan Perkawinan Ditinjau dari Kebersyukuran dan Pemaafan pada Pasangan Bekerja. *Jurnal MEDIAPSI*, 3 (2), 10-21.
- Jackson, K. E., (2010). *Awakening to Gratitude*. Fairfax: The Gratitude Power Foundation.
- Khairani, M., Rachmatan, R., Sari, K., Sulistyani, A., Putri. (2016). Kebersyukuran dan Kepuasan dalam Pernikahan: Sebuah Tinjauan Psikologis pada Wanita Dewasa Muda. *International Journal of Child and Gender Studies*, 2 (1), 77-87.
- Lisa, F. B., Michael, L., Jeannette, M. H. (2016). *Handbook of Emotions, Fourth Edition*.
- Morgan, C. B. (2010). *Marriage is God's Gift*. United States of America: Xulon Press.
- Novianty, S., & Goei, Y, A. (2013). Pengaruh Gratitude terhadap Kepuasan Pernikahan. *Jurnal Psikologi Ulayat Vol. 1 No. 2*, 177-18.
- Sadarjoen, S. (2005). *Konflik Marital*. Bandung : Refika Aditama.
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the Good Life: Toward a Psychology of Appreciation*. USA: Springer.