
SELF-ESTEEM, FORGIVENESS DAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA WANITA DEWASA MUDA YANG MENGALAMI PERCERAIAN

Oleh

Shanti Asih Karina Putri¹, Wahyu Rahardjo²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma

Jl. Margonda Raya, Depok, Jawa Barat

Email: 1shanti.asih.kp@gmail.com

Article History:

Received: 02-07-2024

Revised: 11-07-2024

Accepted: 05-08-2024

Keywords:

Forgiveness, Self Esteem,
Subjective Well Being, Young
Adult Female, Divorce

Abstract: *This study aims to determine the description of subjective well-being (SWB) in young adult women who are divorced. Subjective well-being (SWB) is a picture of happiness, life satisfaction, and a picture of individual positive-negative affect. Self-esteem (self-respect) and forgiveness (forgiveness) are the basis for an individual's positive assessment of himself. Therefore, this study was conducted to determine the relationship between self-esteem, forgiveness and SWB in young adult women who experience divorce. Participants in this study were 100 people. This study uses three measuring tools, namely the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), the Heartland Forgiveness Scale (HFS), and the Oxford Happiness Questionnaire (OHQ). This study also wants to see how big the role of self-esteem and forgiveness for SWB in young adult women who experience divorce. This research is a quantitative research with non-probability sampling technique. The result of this research is that there is a significant influence between self-esteem and forgiveness on subjective well-being*

PENDAHULUAN

Subjective well-being merupakan evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupan, seperti kepuasan hidup, kepuasan pernikahan, kepuasan pekerjaan, emosi menyenangkan, serta merupakan evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan kebutuhan (Diener, Oishi, & Tay, 2018). Selain itu, Veenhouven (dalam Diener et al, 2018) menjelaskan bahwa *subjective well-being* merupakan penilaian seseorang dalam melihat kualitas kehidupannya sesuai harapannya dan gambaran seseorang dalam kemampuannya merasakan emosi-emosi yang menyenangkan. Sehingga, dapat dikatakan *subjective well-being* merupakan penilaian secara subjektif terhadap apa yang

dimiliki dan dihadapi oleh individu. emosional di Indonesia.

Penelitian Erol dan Orth (2011) yang menyatakan bahwa *antisocial behavior*, *eating disturbances*, *depression*, dan *suicidal ideation* mengacu pada *low self-esteem*. Kurangnya keyakinan terhadap diri dan kurangnya pandangan positif terhadap diri dapat mendorong individu mengalami masalah emosional yang mengacu pada masalah kesehatan mental. Keyakinan diri dan pandangan positif terhadap diri merupakan dasar dari pola pikir individu terhadap keberhargaan diri (*self-esteem*) dan pemaafan (*forgiveness*). Asumsi tersebut didasari oleh pengertian *forgiveness* yang merupakan kemampuan seseorang dalam mengabaikan rasa benci akan diri sendiri, dan kemampuan membangun rasa cinta terhadap diri. Kemampuan tersebut ditandai dengan sikap positif terhadap keberadaan diri dengan tidak menghukum diri sendiri (Carpenter, et al., 2016). Selain itu, *self-esteem* menurut *National Association for Mental Health* (2016) mengarah pada keyakinan diri, bagaimana individu memandang dirinya, kemampuan apa yang dimiliki dirinya, dan berbagai hal positif dan negatif mengenai dirinya dan harapan di masa depan. Rosenberg (1965), dalam Abdel-Khalek (2016) juga mengungkapkan bahwa *self-esteem* adalah penilaian umum tentang diri sendiri yang berkaitan dengan kemampuan diri, memiliki sesuatu yang bernilai, dan memiliki nilai dalam pandangan orang lain.

Self-esteem erat kaitannya dengan *forgiveness*, terutama *forgiveness*. Individu yang mampu menghargai dirinya sendiri dan bersyukur atas apa yang dimilikinya, cenderung akan mengarahkan individu pada penerimaan diri (*forgiveness*) sampai pada kekurangan dan kegagalannya. Asumsi tersebut sejalan dengan definisi dari *forgiveness* sendiri, yaitu kemampuan seseorang dalam mengabaikan rasa benci akan diri sendiri setelah berbuat kesalahan, dan membangun rasa cinta terhadap diri (Carpenter et al., 2016). Individu mampu mengaplikasikan *forgiveness* saat ia sadar bahwa manusia tidak sempurna dan ketidak-sempurnaan tersebut yang dapat menjadi dasar manusia tidak selamanya mampu mencapai *ideal self*. *Forgiveness* dapat diaplikasikan saat individu mampu mensyukuri kekurangannya seperti ia mensyukuri kelebihanannya (Jacinto & Edwards, 2011). Kemampuan tersebut ditandai dengan sikap positif terhadap kesalahan dengan tidak menghukum diri sendiri. Sehingga, dapat dikatakan bahwa individu yang mampu menerima diri seutuhnya merupakan individu yang cenderung memiliki *high self-esteem*, karena ia mampu memaklumi dan mensyukuri kekurangan dirinya. Sebaliknya, individu dengan *low self-esteem* akan sulit menoleransi kekurangan diri dan cenderung membenci dirinya. Penerimaan dan pemaafan diri tersebut dapat menjadi dasar pemikiran bahwa individu dapat memiliki kehidupan yang lebih bahagia atau dengan kata lain memiliki *subjective well-being* yang positif. Sebaliknya, individu yang sulit menerima dirinya cenderung memiliki *low self-esteem* dan akan mengarah pada *subjective well-being* yang rendah.

Perceraian adalah pemutusan hubungan pernikahan yang dilakukan secara legal (Bennet dalam Saftri, 2017). Data dari Badan Pusat Statistik (2017) menunjukkan bahwa di Indonesia terjadi 344.237 kasus perceraian di tahun 2014, 347.256 di tahun 2015, dan 365.333 di tahun 2016. Melalui data tersebut diketahui bahwa rata-rata angka perceraian meningkat sekitar 3% setiap tahunnya. Kasus perceraian di Indonesia, termasuk angka

tertinggi se-Asia Pasifik. Data tersebut, juga memperlihatkan bahwa 70% perceraian karena gugat cerai dari pihak istri dengan alasan tertinggi ketidakharmonisan (BKKBN).

Menurut Santrock (2012) masa dewasa muda dimulai pada umur awal 20 tahun sampai umur 40 tahun dan merupakan masa pembentukan kemandirian ekonomi, pribadi, serta perkembangan karier dan intimasi menjadi lebih penting. Salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal ini adalah hubungan sosial, ketika dalam berhubungan sosial individu dewasa awal mereka lebih siap untuk komitmen dan akhirnya menikah (Ranta, 2015). Harapannya pada masa ini individu dapat memiliki hubungan sosial dan berkomitmen untuk menikah dan membentuk keluarga kemudian berusaha untuk mencapai tujuan yang hendak dicapai bersama.

Namun kenyataannya, tidak semua keluarga dapat menjalankan tujuan bersama dengan lancar. Hambatan dalam keluarga dapat terjadi apabila tidak ada kesamaan tujuan yang akhirnya dapat menjadi penyebab perselisihan dan keretakan dalam keluarga. Semakin banyak permasalahan yang terjadi dalam keluarga, tidak hanya permasalahan karena perbedaan tujuan namun juga mengenai kebutuhan rumah tangga yang semakin meningkat seiring dengan perkembangan yang terjadi. Kebutuhan hidup yang tidak terpenuhi dan perbedaan tujuan yang tidak teratasi berakibat menjadi pokok permasalahan dalam rumah tangga. Tidak adanya penyelesaian yang berarti mengenai permasalahan tersebut dapat menjadi alasan pasangan untuk berpisah atau bercerai.

Perceraian bukanlah hal mudah dilalui bagi individu yang mengalaminya. (Hurlock, 2004) mengemukakan bahwa efek traumatik yang ditimbulkan akibat perceraian lebih besar daripada efek kematian, karena sebelum dan sesudah perceraian sudah timbul rasa sakit dan tekanan emosional, serta mengakibatkan cela sosial. Oleh karena itu dukungan sosial dari keluarga, kerabat dan teman sangat dibutuhkan dan kehadiran dukungan sosial itu akan sangat membantu individu yang bercerai dan mengurangi dampak negatif perceraian terhadap *subjective well-being* (Williams & Alexandra, 2006). *Subjective well-being* sebagai kombinasi (dari beberapa aspek) yang berdampak positif (tanpa adanya pengaruh negatif) dan kepuasan hidup secara umum. Istilah subjektif sering digunakan sebagai sinonim untuk kebahagiaan dalam literatur psikologi. Hampir tanpa kecuali, kebahagiaan merupakan kata yang lebih mudah diakses atau digunakan dalam perspektif populer sebagai pengganti istilah SWB (Lopez dan Snyder, 2007). *Subjective well-being* terdiri dari afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup. Individu dengan SWB yang baik akan memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi dan menghadapi berbagai peristiwa.

Kaneez (2015) menjelaskan beberapa hasil mengenai persepsi SWB pada perempuan yang bercerai. Pertama, perempuan yang bercerai dari lingkungan sosial budaya yang sama telah menghadapi kesulitan yang hampir sama yaitu mengenai sosial, keuangan, emosional dan Kesehatan terkait setelah perceraian. Kedua, wanita yang bercerai dibandingkan dengan wanita yang sudah menikah dilaporkan lebih banyak keluhan ketidakbahagiaan dan kekhawatiran yang berkaitan dengan aspek kehidupan mereka. Ketiga, selain kesengsaraan sosio ekonomi, mayoritas perempuan yang bercerai telah menekankan trauma psikologis yang mereka rasakan sebagai akibat dari bercerai. Keempat, emosi /konsekuensi negatif seperti itu berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental mereka yang berakibat pada kesehatan psikologis yang

buruk. Kelima, berhubungan dengan stigma sosial, ketidakamanan emosional dan ketidakpastian ekonomi yang membuat perempuan yang bercerai lebih rentan terhadap masalah psikososial dan mengurangi kesejahteraan subjektif mereka dalam periode pasca-perceraian.

Selain dari hal yang telah dijelaskan, Amato (dalam Shields & Wooden, 2003) menjelaskan individu yang bercerai memiliki tingkat SWB yang berkurang. Hal tersebut dikarenakan oleh proses perpisahan dan perceraian adalah hal yang sangat membuat stress, walaupun sudah diantisipasi. Perceraian juga sering diasosiasikan dengan kesulitan, seperti kesepian dan meningkatnya kekhawatiran pada masalah finansial.

Hawkins dan Booth (2005) membandingkan individu yang tidak menikah, individu yang pernikahannya tidak bahagia memiliki tingkat kebahagiaan rendah, kepuasan hidup dan harga diri serta banyak gejala stress psikologis dan kesehatan yang buruk. Individu yang bercerai dan menikah kembali memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih baik dan individu yang bercerai dan tidak menikah lagi memiliki tingkat kepuasan hidup, harga diri, dan kesehatan yang baik dibandingkan dengan individu yang pernikahannya tidak bahagia.

Menurut Diener & Biswas-Diener (2008), kesejahteraan subjektif merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu karena hal tersebut mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan yang penting seperti pekerjaan, kesehatan, dan hubungan, juga termasuk emosi seperti keceriaan dan keterlibatan, dan pengalaman emosi yang negatif seperti kemarahan, kesedihan, dan ketakutan. Tingginya tingkat kesejahteraan subjektif membuat individu dapat melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih efektif terhadap keadaan sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik di kemudian hari (Diener, Biswas-Diener, & Tamir, 2004). Hal ini menunjukkan bahwa selanjutnya individu dapat melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik, termasuk individu dewasa awal yang memiliki pengalaman perceraian.

Penelitian terdahulu mengenai perceraian menyatakan bahwa *forgiveness* dapat menjadi solusi untuk menghindarkan diri dari dampak negatif akibat rasa marah dan kecewanya (Hikmah, 2015; Azra, 2017; Saftri, 2017). *Forgiveness* sendiri merupakan pemetaan kognitif terhadap transgresi yang dirasakan sehingga respon terhadap transgresor, transgresi, dan gejala sisa dari transgresi diubah dari respon negatif menjadi respon yang netral atau respon yang positif (Thompson et al., 2005). *Forgiveness* dilihat dapat menjadi solusi untuk mengatasi perasaan negatif pada wanita dewasa muda karena *forgiveness* merupakan perubahan yang bersifat internal dan dapat dikontrol oleh individu (Enright, 1991). Selain itu, *forgiveness* merupakan konsep moral yang sudah berkembang pada diri individu sejak masa kanak-kanak hingga dewasa (Enright, 1991).

Berdasarkan temuan dan hasil penelitian sebelumnya tersebut, peneliti ingin melihat gambaran *self-esteem*, *forgiveness* dan *subjective well-being* pada wanita dewasa muda yang mengalami perceraian.

METODE PENELITIAN

Variabel yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah *self-esteem* sebagai variabel prediktor pertama (x1), *forgiveness* sebagai variabel prediktor kedua (x2), dan *subjective wellbeing* pada wanita dewasa muda yang mengalami perceraian sebagai variabel kriterium (Y).

Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan tiga skala, yaitu *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), *Heartland Forgiveness Scale* (HFS), dan *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ). Ketiga skala tersebut menggunakan sistem skala Likert, dimana item-item di dalam instrument terdiri dari pernyataan - pernyataan. Terdapat pertanyaan bersifat *favorable* (positif) dan bersifat *unfavorable* (negatif), dan partisipan akan diminta memilih satu jawaban yang paling sesuai dengan dirinya. Selain itu, peneliti juga menanyakan mengenai data demografi partisipan seperti, usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, pekerjaan dan waktu perceraian.

Partisipan

Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah wanita dewasa yang mengalami perceraian dan berusia 20 - 40 tahun. Teknik sampling yang digunakan untuk mendapatkan sampel dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling*. Metode ini digunakan karena jumlah populasi tidak diketahui secara pasti dan kemungkinan setiap individu menjadi partisipan penelitian juga tidak diketahui. Teknik *non-probability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling*. Teknik sampling *convenience sampling* dilakukan dengan memilih partisipan karena mereka tersedia, bersedia, dan memenuhi karakteristik yang menjadi studi dari peneliti (Creswell, 2012).

Pada tahap pengambilan data, peneliti menyebarkan kuesioner alat ukur secara *online* menggunakan aplikasi *Google Forms*, sehingga partisipan penelitian dapat menyatakan persetujuan pengisian (*informed consent*) dan mengisi kuesioner menggunakan *gadget*. Hal tersebut guna mempermudah partisipan dalam mengisi kuesioner. Peneliti menyebarkan link *Google Form* melalui personal chat terhadap beberapa teman yang sudah diketahui mengalami perceraian dan juga teman-teman lain yang mungkin memiliki kenalan dengan karakteristik yang sesuai. Penyebaran kuesioner dilakukan pada tanggal 20 April 2022 sampai dengan 20 Mei 2022 dengan jumlah responden sebanyak 100 orang. Kemudian peneliti melakukan seleksi data untuk memastikan apakah seluruh responden memenuhi karakteristik penelitian. Hasilnya semua data dapat digunakan untuk penelitian, karena sesuai dengan kriteria.

Instrumen

Oxford Happiness Questionnaire (OHQ).

Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) digunakan untuk mengukur *subjective well-being* individu. OHQ dikembangkan oleh psikolog di Universitas Oxford, yakni Michael Argyle dan Peter Hills pada tahun 2002. Alat ukur ini digunakan dalam

penelitian, karena mampu mengukur *subjective well-being* individu yang sesuai dengan definisi *subjective well-being* atau *happiness* yang dikemukakan oleh Diener, yakni adanya evaluasi afektif yaitu tingginya afek positif dan rendahnya afek negatif, serta evaluasi kognitif yakni kepuasan terhadap hidupnya (Diener, Oishi, & Tay, 2018). OHQ menggunakan 6 *point-scale* (mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju). Hasil analisis reliabilitas menunjukkan hasil koefisien reliabilitas pada pengukuran skala Oxford Happiness Questionnaire versi Indonesia sebesar 0,83.

Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)

Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) yang dikembangkan oleh Moris Rosenberg pada tahun 1965 dan digunakan untuk mengukur *self-esteem*. RSES memiliki empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (ST), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Partisipan tes diminta untuk menilai dari skala 1 (Sangat tidak sesuai dengan saya) hingga 4 (sangat sesuai dengan saya) terhadap 10 buah pernyataan yang menunjukkan keadaan tertentu pada diri mereka sendiri. RSES memiliki reliabilitas yang tinggi, yaitu sebesar 0,820,

Heartland Forgiveness Scale (HFS)

Heartland Forgiveness Scale (HFS) digunakan untuk mengukur forgiveness. HFS merupakan alat ukur milik Thompson, et al. (2005) yang terdiri dari 18 butir. HFS memiliki tiga sub-skala, yaitu *Forgiveness of Self*, *Forgiveness of Others*, dan *Forgiveness of Situation*. HFS yang sudah diterjemahkan memiliki 18 butir dan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (ST), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Partisipan tes diminta untuk menilai dari skala 1 (Sangat tidak sesuai dengan saya) hingga 4 (sangat sesuai dengan saya) terhadap 18 buah pernyataan yang menunjukkan keadaan tertentu pada diri mereka sendiri. Hasil uji reliabilitas *Heartland Forgiveness Scale* versi bahasa Indonesia dengan menggunakan *Cronbach's alpha* memiliki nilai reliabilitas yang tinggi baik dari skor total ($\alpha = 0.873$).

Analisis Data

Peneliti menggunakan analisis regresi berganda untuk menguji hipotesis penelitian, yaitu pengaruh *self esteem* dan *forgiveness* terhadap *subjective well-being* pada wanita dewasa muda yang mengalami perceraian. Seluruh pengolahan data ini dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS Statistics* versi 26 untuk *Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan analisis regresi berganda yang ditampilkan pada Tabel 1. Berdasarkan hasil yang didapatkan dari hasil analisis regresi berganda ini, dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara *self-esteem*, *forgiveness*, terhadap *subjective well being* pada Wanita dewasa muda yang mengalami perceraian. Hasil analisis ini juga menunjukkan nilai F sebesar 43,321 dan R Square sebesar 0,512 yang berarti *Self-esteem* dan *Forgiveness* memberikan pengaruh secara simultan sebesar 51,2 % terhadap *Subjective well being* pada Wanita yang mengalami perceraian, dan sebanyak 48,8% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini. Dari nilai R square didapatkan bahwa hubungan keeratan antara *Self-esteem* dan *Forgiveness* terhadap *Subjective well being* pada Wanita yang mengalami perceraian sangat erat. Sehingga terdapat pengaruh di dalamnya (Tabel 1)

Tabel 1
Data Hasil Regresi Berganda

Variabel	R Square	F	Sig.
<i>Self-esteem, Forgiveness dan Subjective well being</i>	.512	43.321	.000

Kemudian peneliti juga melakukan uji parsial. Berdasarkan hasil uji parsial yang ditampilkan pada table 2, dapat dilihat bahwa signifikansi dari kedua uji parsial adalah 0,00 (<0,05), sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan pada *Self-esteem* terhadap *subjective well being* dan *Forgiveness* terhadap *subjective well being*. Hasil analisis ini juga menunjukkan koefisien regresi *Self-esteem* 0.331, menyatakan bahwa jika *self-esteem* mengalami kenaikan maka *subjective well being* juga akan mengalami peningkatan sebesar 33% kearah positif (dilihat dari tabel t). Hal yang serupa juga dapat dilihat pada koefisien regresi *Forgiveness* 1.331, menyatakan bahwa jika *forgiveness* mengalami kenaikan maka *subjective well being* juga akan mengalami peningkatan sebesar 133% kearah positif (dilihat dari tabel t)

Tabel 2
Hasil Uji Pengaruh *Self-esteem* dan *Forgiveness* terhadap *Subjective well being*

Variabel	B	t	Sig.
<i>Self-esteem dan Subjective well being</i>	.331	16.380	.000
<i>Forgiveness dan Subjective well being</i>	1.331	65.768	.000

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mendapatkan hasil mengenai pengaruh *self esteem* dan *forgiveness* terhadap *subjective well being* pada wanita dewasa muda yang mengalami perceraian, dimana hasilnya menunjukkan bahwa *self-esteem* dan *forgiveness* berperan sebagai prediktor *subjective well-being*. Apabila dirangkum secara keseluruhan berdasarkan teori dan berbagai hasil penelitian sebelumnya, *subjective well-being* merupakan gambaran kehidupan individu, yang dapat dilihat dari kualitas, tingkat kebahagiaan, dan tingkat kepuasan pribadi. Hal tersebut hanya mampu dinilai oleh individu yang bersangkutan. Penilaian pribadi dapat dilakukan dengan bagaimana individu memandang dirinya, menerima diri, baik menerima kelebihan dan kekurangannya, dan bagaimana individu memperlakukan dirinya.

Myers dan Diener (1995), dalam Diener et al. (2018) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi, ditandai dengan adanya berbagai emosi positif dan kemampuan menghargai, serta memandang setiap peristiwa yang terjadi secara positif. Sedangkan, individu yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah memandang berbagai peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, dan menimbulkan berbagai hal negatif, seperti kemarahan, kecemasan, atau depresi. Peran *self-esteem* dan *forgiveness* sebagai prediktor yang signifikan terhadap *subjective well-being* dapat dilihat juga dari bagaimana *subjective well-being* individu terbentuk.

KESIMPULAN

Penelitian dilakukan terhadap tiga variabel, yakni *self-esteem, forgiveness* sebagai

variabel *independent*, dan *subjective well-being* sebagai variabel *dependent*. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan mengenai *self-esteem*, *forgiveness* dan *subjective well-being*, maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa *self-esteem* dan *forgiveness* berperan sebagai prediktor *subjective wellbeing* pada wanita dewasa muda yang mengalami perceraian.

Saran

Bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti dan mengkaji permasalahan dalam penelitian serupa, dapat memperhatikan variabel lain yang dapat digunakan untuk mengembangkan penelitian. Penelitian selanjutnya juga dapat dilakukan pada wanita dewasa rentang usia yang berbeda, misalnya wanita dewasa muda (40 – 60 tahun).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aisyah. (2012). Dampak psikologis dan mekanisme coping perempuan pasca perceraian. *Jurnal Psikososains*, 4(2),79-94
- [2] Alipoor, Ahmad & Noorbala (1999). A Preliminary Evaluation of the Validity and Reliability of the Oxford Happiness Questionnaire in Students in the Universities of Tehran. *Irian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 1999:55-56
- [3] Anastasi, A. & Urbina, S. (1998). *Psychological Testing* (7th edition). New Jersey: Prentice-Hall
- [4] Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness* (2nd ed). London: UK Routledge
- [5] Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- [6] Azra, F. N. (2017). Forgiveness dan subjective well being dewasa awal atas perceraian orang tua pada masa remaja. *Psikoborneo*. 5(3), 529-540
- [7] Badan Pusat Statistik. (2017). *Jumlah Perceraian di Indonesia, 2014-2016*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- [8] Badan Pusat Statistika. (2018). *Statistik indonesia statistical yearbook of Indonesia 2018*. Jakarta: CV Dharmaputra
- [9] Compton, W. C. & Hoffman, E. (2013). *Positive psychology the science of happiness and flourishing*. USA: Wadsworth Cengage Language
- [10] Desi., Prabowo, A., & Adi, B.P.A. (2018). Well being dan strategi koping: studi sosiodemografi di getasan. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 9(1), 21-30
- [11] Diener, E. (2009). *The science of well being the collected works of ed diener*. USA: Springer. Hawkins, D. N. Dan Booth, A. (2005). Unhappily ever after: effects of long-term, low quality marriages on well being. *Oxford Journal*, 84(1), 451-471
- [12] Esmaili, N. S., & Yaacob, S. N. (2011). Post-divorce parental conflict and adolescents' delinquency in divorced families. *Asian Culture and History*, 3(2), 34
- [13] Hills, P., & Argyle, M. (2002). *The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being*. *Personality and Individual Differences*, 33, 1071-1082
- [14] Kaneez, S. (2015). Perception of subjective well-being among divorced women: a comparative study of hindus and muslims. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 13(2), 67-71
- [15] Mary, E. M., & Patra, S. (2015). Relationship between forgiveness, gratitude and resilience among the adolescents. *Indian Journal of Positive Psychology*, 6(1), 63

- [16] McCullough, M. E., Worthington Jr, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321
- [17] Mc.Cullough, M.,2000. Forgiveness As Human Strength : Theory, Measurement, and Links To Well Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*. Vol 19(1). P. 43- 55
- [18] Pavot, W. (2008). *The Assesment of Subjective well-Being*. Dalam Eid M. & Larsen R. J. *The Science of Subjective Well-Being*. New York: Guilford Press
- [19] Republik Indonesia. *Undang-Undang Nomor1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan*. Jakarta: Sekretaris Negara Republik Indonesia
- [20] Sabili, Z. (2016). *Hubungan Forgiveness dan Psychological Well Being Pada Perempuan dari Kelompok Minoritas Seksual*. (Skripsi, Universitas Indonesia, Depok, Indonesia)
- [21] Sadiq, R., & Mehnaz, S. (2017). A comparative analysis of forgiveness among adolescents, adults and older people. *The International Journal of Indian Psychology*. Vol (5), 24-34
- [22] Santrock, J. W. (2012). *Life-span development fourteenth edition*. United States: McGraw Hill
- [23] Shields, M. & Wooden, M. (2003). Marriage, children, and *subjective well-being*. *Australian Institute of Family Studies Conference*.1-21
- [24] Siregar, C. (2012). Menyembuhkan luka batin dengan memaafkan. *Humaniora* 3(2), 581-592
- [25] Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. In Saris, W.E., Veenhoven, R., Scherpenzeel, A.C., & Bunting, B. (Eds), A comparative study of satisfaction with life in Europe (pp. 11-48). Netherlands: Eotvos University Press
- [26] Worthington, E. L. (1998). The pyramid model of forgiveness: Some interdisciplinary speculation about unforgiveness and the promotion of forgiveness. Dalam E. L. Worthington, J. R., (Ed), *Dimension of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* (pp. 107-128). Philadelphia: Templeton Press
- [27] Worthington, E.L. dan Scherer, M. 2004. Forgiveness Is An Emotional Focused Coping Strategy That Can Reduce Health Risks And Promote Health Resilience : Theory, Review, and Hypotheses. *Psychology and Health*. Vol 19 (3). 385-405

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN