

# PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DAN PEMAAFAN TERHADAP KEPUASAN PENIKAHAN

Meta Damariyanti

*Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma  
Jl. Margonda Raya no. 100, Depok 16424, Jawa Barat  
meta\_da@staff.gunadarma.ac.id*

## Abstrak

*Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh kesejahteraan psikologis dan pemaafan terhadap kepuasan pernikahan. Sampel penelitian ini adalah suami dan istri berjumlah 80 responden. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik regresi sederhana dan berganda. Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan pernikahan, terdapat pengaruh pemaafan terhadap kepuasan pernikahan dan secara bersama-sama pemaafan dan kesejahteraan psikologis memengaruhi kepuasan pernikahan.*

**Kata kunci:** pemaafan, kesejahteraan psikologis, kepuasan pernikahan

## **THE EFFECT OF FORGIVENESS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING TOWARDS MARITAL SATISFACTION**

### Abstract

*The aim of this study is to examine the effect of forgiveness and psychological well being towards marital satisfaction. the sample of this study is husband and wife amounted to 80 respondent. The method used in this study is quantitative with simple and multiple regression analysis. Based on the research results can be seen that there is influence of psychological well-being towards marital satisfaction, forgiveness towards marital satisfaction and influence of forgiveness and psychological well-being towards marital satisfaction.*

**Keywords:** forgiveness, psychological well-being, marital satisfaction

## PENDAHULUAN

Individu yang menjalin hubungan dengan lawan jenisnya akan menginginkan melanjutkan hubungan tersebut kejenjang yang lebih tinggi lagi, yaitu pernikahan. Pernikahan itu merupakan ikatan yang kuat yang didasari oleh perasaan cinta yang sangat mendalam dari masing-masing pihak untuk hidup bergaul guna

memelihara kelangsungan manusia di bumi (Bachtiar, 2004).

Gove, dkk. (dalam Goldsmith, 1988) mengungkapkan bahwa salah satu faktor penentu kesehatan mental seseorang adalah kualitas afeksi terhadap pernikahannya, atau dengan kata lain adanya kepuasan pernikahan. Selain itu kepuasan

pernikahan merupakan elemen penting untuk sukses kehidupan keluarga dan pertumbuhan pribadi. Dalam hal ini, kepuasan pernikahan adalah bahan yang berkaitan dengan stabilitas dinegara manapun, mengingat bahwa keluarga merupakan unit dasar dari bangsa manapun (Samson dkk., 2015)

Hal yang diduga dapat memengaruhi kepuasan pernikahan adalah kesejahteraan psikologis. Ryff (1989) menjelaskan konsep kesejahteraan psikologis sebagai suatu kondisi dimana individu dapat menerima segala kelebihan dan kekurangannya, mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan, memiliki tujuan hidup dan menemukan kebermaknaan hidup, membangun hubungan positif dengan orang lain, mampu mengatur lingkungan secara efektif sesuai dengan kebutuhannya, serta memiliki kemampuan dalam menentukan tindakan sendiri.

Individu yang tidak memiliki kesejahteraan psikologis akan memiliki kesulitan dalam melakukan *coping stress* dan *problem solving*. Hal ini terlihat dari studi longitudinal oleh Faulkner, dkk. (2005), perubahan yang negatif dalam kesejahteraan istri menunjukkan peningkatan konflik perkawinan selama periode lima tahun. konflik perkawinan juga dipengaruhi suami yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah, dan tingkat depresi yang lebih tinggi untuk suami istri adalah indikasi dari penurunan kepuasan pernikahan suami yang diukur dari waktu ke waktu (Faulkner dkk., 2005). Sejalan dengan penelitian tersebut Ofovwel, Ofili, Ojetu dan Okosun (2013) menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepuasan pernikahan dan fungsi psikologis. (87,9%) dari responden yang puas dengan pernikahan, mereka memiliki skor GHQ (*eneral Health Questionnaire*) kurang dari 4 dibandingkan dengan 28 (60%) dengan skor lebih dari 4 yang tidak puas dengan pernikahan mereka. Dengan kata lain seharusnya tidak adanya disfungsi psikologis dapat mening-

katkan kepuasan pernikahan dan sebaliknya adanya disfungsi psikologis akan menghasilkan ketidakpuasan perkawinan.

Davila dkk. (1997) berpendapat bahwa individu dengan kesejahteraan psikologis rendah mengalami interaksi yang penuh dengan stres dengan pasangan mereka, pada gilirannya, menyebabkan penurunan lebih besar pada kesejahteraan psikologis dan kepuasan pernikahan. Misalnya, seorang istri dan rendah kesejahteraan psikologis akan menarik diri dari kehidupan keluarga, menciptakan ketegangan dalam hubungan suami istri dan menyebabkan argumen dengan suaminya. Pada gilirannya, ketegangan ini mungkin menyebabkan kerusakan lebih lanjut kesejahteraan psikologis dan kepuasan pada istri.

Selain itu, variabel lain yang penting yang tampaknya berkorelasi dengan kepuasan pernikahan adalah pemaafan. Pemaafan adalah proses mengampuni kesalahan dan meringankan konsekuensi bahwa individu melakukan hal tersebut dengan tujuan mencapai ketenangan internal diri, meningkatkan hubungan keluarga, dan membebaskan diri dari kebencian, dan mencapai konsekuensi berikut; (a) kebebasan dari perasaan negatif terhadap orang yang melakukan salah (b) menghapus efek sakit (c) Menghindari kemarahan, pemisahan, dan pembalasan dan perilaku bermusuhan lain pada pelaku (Bagher et al., dalam Oginyi, Ofoke, dan Francis. 2015).

Pemaafan dapat digunakan sebagai salah satu strategi penanggulangan yang berfokus pada emosi yang dapat mengurangi risiko masalah kesehatan dan meningkatkan resiliensi sehat (Worthington & Scherer, 2004). Ketidaksediaan untuk memaafkan terbukti menimbulkan berbagai masalah dalam kehidupan. Enright (2002) menyebutkan bahwa korban mungkin melakukan berbagai mekanisme pertahanan diri yang tidak membantu dan semakin melemahkan sumber daya dalam dirinya seperti munculnya berbagai emo-

si negatif, distorsi kognitif, kondisi kesehatan yang menurun, maupun perilaku yang tidak adaptif. Sebaliknya, kesediaan untuk memaafkan membuka kesempatan bagi setiap orang untuk jujur mengakui perasaan-perasaan menyakitkan yang dialami, memiliki pandangan yang lebih baik, dan merasa terbebas dari penjara emosional.

Worthington dan Wade (1999) menyetujui pendapat yang mengatakan bahwa secara kesehatan, memaafkan memberikan keuntungan psikologis, dan memaafkan merupakan terapi yang efektif dalam intervensi yang membebaskan seseorang dari kemarahannya dan rasa bersalah. Selain itu, memaafkan dapat mengurangi marah, depresi, cemas dan membantu dalam penyesuaian perkawinan (Hope, 1987). Memaafkan dalam hubungan interpersonal yang erat juga berpengaruh terhadap kebahagiaan dan kepuasan hubungan (Karremans, dkk, 2003). Pasangan yang lebih memaafkan kesalahan masing-masing akan berdampak positif pada hubungan perkawinan (Fincham, Paleari, & Regalia, 2002).

Menurut Fincham dan Beach (dalam Paleari, Regalia, & Fincham, 2005), pasangan yang lebih pemaaf memiliki kepuasan perkawinan yang lebih tinggi. Kepuasan ini mungkin disebabkan oleh temuan bahwa pemaafan mengarah pasangan menikah pada jalan rekonsiliasi, kedekatan, dan kerja sama.

Berdasarkan paparan diatas maka, peneliti ingin melihat pengaruh kesejahteraan psikologis dan pemaafan terhadap kepuasan pernikahan

## METODE PENELITIAN

Sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh kesejahteraan psikologis dan pemaafan terhadap kepuasan pernikahan, maka penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik Regresi Berganda. selain itu teknik regresi sederhana di-

gunakan untuk melihat pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan pernikahan dan pengaruh pemaafan terhadap kepuasan pernikahan. Partisipan dalam penelitian adalah 80 suami dan istri. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non probability*.

Terdapat responden suami sebanyak 23 (28.8%) orang dan istri sebanyak 57 orang (71.2%). Usia partisipan terentang 23 sampai 60 tahun ( $M=30.70$  ;  $SD=5.869$ ). Pendidikan terakhir responden terentang dari tingkat SMP sampai S3. Kelompok responden SMP sebanyak satu orang (1,2%), kelompok responden SMA sebanyak 7 orang (8.8%), responden S1 sebanyak 35 orang (43,7%), S2 sebanyak 25 orang (31.2%) dan S3 sebanyak 4 orang (5%).

Domisili responden beragam, diketahui dari Jakarta sebanyak 24 responden (30%), Bekasi sebanyak 15 responden (18.8%), Depok 20 responden (25%), Bogor 11 responden (13,7%), Tangerang 4 responden (5%), Indramayu 2 responden (2,5%), Kendari 1 responden (1,2%), Papua 1 responden (1.2%), Batang 1 responden (1,2%) dan Surabaya 1 responden (1,2%). Responden dengan lamanya menikah <3 tahun sebanyak 33 orang (41.2%), 3-5 tahun sebanyak 21 orang (26,2%), 5-7 tahun sebanyak 7 orang (8,8%) dan >7 tahun sebanyak 19 orang (23,8%).

**Kepuasan Pernikahan.** Kepuasan pernikahan merupakan evaluasi subjektif suami atau istri atas kehidupan pernikahannya yang berdasar pada perasaan puas, bahagia, dan pengalaman menyenangkan yang dilakukan bersama pasangan (Olson & Fower, 1993). Skala kepuasan pernikahan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala ENRICH (*evaluation and nurturing relationship issues, communication and happiness*) *Marital Satisfaction Scale* (EMS) yang dikembangkan oleh Fowers dan Olson (1993). Salah satu contoh aitem dalam skala ini adalah “Saya dan pasangan saya

saling memahami satu sama lain”. pilihan jawaban terentang 1-5 mulai dari Sangat Sesuai hingga Sangat Tidak Sesuai. Skala ini terdiri dari 15 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,885 dan *mean* 50,47.

**Kesejahteraan Psikologis.** Kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya (Ryff & Keyes, 1995).

Skala kesejahteraan psikologis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Ryff's Psychological Well-Being Scales (PWB) 42 Item version* yang disusun oleh Riff tahun 1989. Salah satu contoh aitem dalam skala ini tersebut adalah “Banyak orang melihat saya sebagai pribadi yang mencinta dan menyayangi”. Pilihan jawaban terentang 1-5 mulai Sangat Setuju hingga Sangat Tidak Setuju. Skala ini memiliki aitem sejumlah 42 butir dengan reliabilitas sebesar 0,894 dan *mean* 154,36.

**Pemaafan.** Pemaafan didefinisikan sebagai perubahan motivasional, umumnya motivasi untuk balas dendam dan motivasi untuk menghindar orang yang telah menyakiti, yang cenderung mencegah seseorang berespon yang destruktif dalam interaksi sosial dan mendorong seseorang untuk menunjukkan perilaku yang konstruktif terhadap orang yang telah menyakitinya (McCullough, Worthington & Rachal, 1997).

Skala pemaafan yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Transgression-Related Interpersonal Motivations Scale 12 Item Form (TRIM-12)* milik McCullough, Rachal, Sandage, Worthington, Brown dan Hight (1998), yang diadaptasi oleh Kurniati, Worthington, Poerwandari, Ginanjar dan Dwiwardani (2017). Salah satu contoh aitem dalam skala tersebut adalah “Saya akan membalas apa yang telah dilakukannya”. Pili-

han jawaban terentang 1-5 mulai dari Sangat Setuju hingga Sangat Tidak Setuju. Skala ini memiliki aitem sejumlah 12 butir dengan reliabilitas sebesar 0,925 dan *mean* 52,10

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan uji asumsi terlebih dulu sebelum dilakukan uji hipotesis. Hal ini dilakukan untuk mengetahui terpenuhi atau tidaknya normalitas dan linearitas dalam sebaran data. Uji normalitas dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *IBM SPSS Statistic Ver. 20*. Berdasarkan pengujian normalitas pada skala kepuasan pernikahan diperoleh hasil signifikansi sebesar 0,476 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa variabel kepuasan pernikahan memiliki sebaran skor normal.

Selanjutnya, pengujian normalitas pada skala kesejahteraan psikologis menghasilkan signifikansi sebesar 0,741 ( $p > 0,05$ ), ini menunjukkan bahwa sebaran skor normal. Terakhir, pengujian normalitas untuk skala pemaafan menghasilkan signifikansi sebesar 0,00 ( $p > 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa skor pada skala pemaafan tidak normal. Adapun hasil uji normalitas dapat dilihat pada table 1

Pada Uji linearitas diketahui bahwa terdapat hubungan yang linear antara kesejahteraan psikologis dengan kepuasan pernikahan, dan antara pemaafan dengan kepuasan pernikahan, demikian juga ketika diuji bersama-sama kesejahteraan psikologis, pemaafan dan kepuasan pernikahan. Hal ini ditunjukkan dengan taraf signifikansi dari ketiga variabel sebesar 0,000. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel 2.

Hasil korelasi memperlihatkan ketiga variabel penelitian yaitu pemaafan, kesejahteraan psikologis dan kepuasan pernikahan berkorelasi satu sama lain, hal ini ditunjukkan dengan skor *R* sebesar 0,614. Hasil korelasi dapat dilihat pada

Tabel 3. Selanjutnya analisis dengan menggunakan teknik regresi sederhana dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan pernikahan. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa nilai F sebesar 37,441 dan koefisien signifikansi sebesar 0.000 ( $p \leq 0.050$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan pernikahan.

Nilai *R Square* sebesar 0,324 menunjukkan bahwa besarnya kontribusi variabel kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan pernikahan. Kesejahteraan psikologis memberikan sumbangan terpisah terhadap kepuasan pernikahan sebesar

32,4%. Artinya 32,4%. variabel kepuasan pernikahan dapat ditentukan oleh variabel kesejahteraan psikologis. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.

Uji regresi sederhana dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pemaafan terhadap kepuasan pernikahan. Hasil uji regresi sederhana menunjukkan bahwa nilai F sebesar 22.330 dan koefisien signifikansi sebesar 0.000 ( $p \leq 0.050$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemaafan terhadap kepuasan pernikahan.

Nilai *R Square* menunjukkan skor sebesar 0,377, ini berarti bahwa terdapat kontribusi pemaafan sebesar 37,7% terhadap kepuasan pernikahan. Adapun lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	P	Keterangan
Kepuasan pernikahan	0,476	>0,050	Normal
Kesejahteraan Psikologis	0,741	>0,050	Normal
Pemaafan	0,000	<0,050	Tidak Normal

**Tabel 2. Hasil Uji Linearitas**

Variabel	Sig	P	Keterangan
Kesejahteraan psikologis dengan Kepuasan pernikahan	0,000	<0,050	Linear
Pemaafan dengan Kepuasan Pernikahan	0,000	<0,050	Linear
Kesejahteraan Psikologis dan Pemaafan dengan Kepuasan Pernikahan	0,000	<0,050	Linear

**Tabel 3. Hasil Uji Korelasi**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.614 <sup>a</sup>	.377	.361	6.653

**Tabel 4. Hasil Uji Regresi Kesejahteraan Psikologis terhadap Kepuasan Pernikahan**

F	Sig.	R Square
37,441	0,000	0,324

**Tabel 5. Hasil Uji Regresi Pemaafan terhadap Kepuasan Pernikahan**

F	Sig.	R Square
22,330	0,000	0,377

**Tabel 6. Hasil Uji Regresi Kesejahteraan Psikologis dan Pemaafan terhadap Kepuasan Pernikahan**

F	Sig	R Square
23,311	0,000	0,614

Uji regresi berganda dilakukan untuk mengetahui pengaruh kesejahteraan psikologis dan pemaafan terhadap kepuasan pernikahan. Hasil analisis menunjukkan nilai F sebesar 23,311 dan koefisien signifikansi sebesar 0.000 ( $p \leq 0.050$ ). Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dan pemaafan memiliki pengaruh terhadap kepuasan pernikahan. Nilai *R Square* sebesar 0,641 menunjukkan bahwa kontribusi variabel kesejahteraan psikologis dan pemaafan terhadap kepuasan pernikahan sebesar 61,4%, sisanya sebesar 38,6% merupakan hal-hal yang memengaruhi kepuasan pernikahan diluar variabel kesejahteraan psikologis dan pemaafan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 6.

Berdasarkan hasil uji hipotesa tersebut terlihat bahwa hipotesa terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis dan pemaafan terhadap kepuasan pernikahan diterima. Secara bersama-sama, kesejahteraan psikologis dan pemaafan memiliki pengaruh sebesar 64,1%

Pemaafan sendiri memiliki pengaruh terhadap kepuasan pernikahan. Besarnya pengaruh pemaafan dalam penelitian ini adalah 37,7%. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fincham, Paleari dan Regalia (2002) yang menyatakan bahwa pasangan yang lebih memaafkan kesalahan masing-masing akan berdampak positif pada hubungan perkawinan individu, selanjutnya Fincham dan Beach (dalam Paleari, Regalia, & Fincham, 2005) mengatakan bahwa pasangan yang lebih pemaaf memiliki kepuasan perkawinan yang lebih tinggi. Kepuasan ini mungkin disebabkan oleh temuan bahwa pemaafan mengarah pasangan menikah pada jalan rekonsiliasi, kedekatan, dan kerja sama. Individu

yang memiliki pernikahan jangka panjang melaporkan bahwa kesediaan untuk memaafkan merupakan konstruk penting yang dapat memanjang dan mempertahankan kepuasan pernikahan atau hubungan (Paleari et al. dalam, Oginyi, Ofoke and Francis, 2015).

Hasil uji hipotesa berikutnya diketahui bahwa kesejahteraan psikologis juga memengaruhi kepuasan pernikahan. Besarnya pengaruh adalah 32,4%. Hal ini dikuatkan hasil penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Faulkner, dkk. (2005). Diketahui bahwa perubahan yang negatif dalam kesejahteraan istri menunjukkan peningkatan konflik perkawinan selama periode lima tahun. konflik perkawinan ini dipengaruhi suami yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah, dan tingkat depresi yang lebih tinggi untuk suami istri adalah indikasi dari penurunan kepuasan pernikahan suami yang diukur dari waktu ke waktu (Faulkner et al., 2005).

Sejalan dengan penelitian tersebut Ofovw, Ofili, Ojetu dan Okosun (2013) menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepuasan pernikahan dan fungsi psikologis. Diketahui bahwa 87,9% dari responden yang puas dengan pernikahan memiliki skor GHQ (*General Health Questionnaire*) kurang dari 4 dibandingkan dengan 28 (60%) responden dengan skor lebih dari 4 yang tidak puas dengan pernikahan mereka. Dengan kata lain tidak adanya disfungsi psikologis dapat meningkatkan kepuasan pernikahan dan sebaliknya adanya disfungsi psikologis akan menghasilkan ketidakpuasan perkawinan.

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah mengalami interaksi yang penuh dengan stres dengan

pasangannya, kemudian, menyebabkan penurunan lebih besar pada kesejahteraan psikologis dan kepuasan pernikahan. Seorang istri yang rendah kesejahteraan psikologisnya akan menarik diri dari kehidupan keluarga, menciptakan ketegangan dalam hubungan suami istri dan menyulut argumen dengan suaminya. Selanjutnya, ketegangan ini dapat menyebabkan kerusakan lebih lanjut kesejahteraan psikologis dan kepuasan pada istri (Davila dkk., 1997).

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil pengujian terhadap hipotesis yang diajukan, hasil penelitian ini memberikan simpulan bahwa ada pengaruh pemaafan dan kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan pernikahan. Kedua variabel ini memiliki pengaruh yang sama besar terhadap kepuasan pernikahan. Kesejahteraan psikologis memberikan kontribusi sebesar 32,4%. dan variabel pemaafan memberikan kontribusi sebesar 37,7 % terhadap kepuasan pernikahan. Kemudian secara bersama-sama variabel kesejahteraan psikologis dan pemaafan memberikan kontribusi sebesar 64,1% terhadap kepuasan pernikahan

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dikemukakan beberapa saran. Saran untuk responden yaitu suami dan istri diharapkan dapat meningkatkan pemaafan dan kesejahteraan psikologisnya, karena kedua hal tersebut dapat memberikan pengaruh positif pada kepuasan pernikahan. Kemudian bagi peneliti lain yang ingin melanjutkan penelitian ini, disarankan untuk memperkuat temuan dengan menambah jumlah sampel dan melakukan perbandingan kepuasan pernikahan antara suami dan istri, serta melihat pengaruh usia pernikahan, pendidikan, status

sosial ekonomi dan jumlah anak terhadap kepuasan pernikahan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bachtiar, A. (2004). *Menikahlah, maka engkau akan bahagia!*. Yogyakarta: Saujana
- Bugay, A., & Demir, A. (2011). *Mediator role of rumination in the relation between life satisfaction and forgiveness*. XI. National Congress of Psychological Counseling and Guidance. October, 3-5.
- Davila, J., Bradbury, T.N., Cohan, C.L., Tochluk, S. (1997). Marital functioning and depressive symptoms: Evidence for a stress generation model. *J. Personality. Soc. Psychol.*, 73: 849-861.
- Enright, R.D & Coyle, C.T., (1998). *Researching the Process Model of Forgiveness Within Psychological Intervention*. dalam Worthington, E.L. (Editor), *Dimension of Forgiveness, Psychological Research & Technological*. Philadelphia & London: Templeton perspective
- Faulkner, R. A., Davey, M., & Davey, A. (2005). Gender-related predictors of change in marital satisfaction and marital conflict. *The American Journal of Family Therapy*, 33, 61-83
- Fincham, F. D., Paleari, F. G, & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships*, 9, 27-37
- Fowers, B., & Olson, D. (1993). ENRICH marital satisfactions Scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology* Vol. 7 (2), 176-185
- Goldsmith, E.B. (1988). *Theory, work, and family: research and applications*. California: Select Press
- Hope, Donald. (1987). The healing paradox of forgiveness. *Psychotherapy*, 24, 240-244

- Karremans, J.C, Paul, Van Lange, A.M. and Ouwerkerk. (2003). When Forgiving Enhances Psychological Well-Being: The Role of Interpersonal commitment, *Journal of Personality and Social Psychology* 34 (5), 1011-1026
- Kurniati, N.M.T, Worthington Jr., E. L., Poerwandari, K., Ginanjar, A., Dwiwardani, C. (2017). Forgiveness in Javanese collectivistic culture: The Role of Harmonious Value and Rumination, unpublished.
- McCullough, Michael E., Worthington, Everett L. Jr., Rachal, Kenneth C. (1997). Interpersonal forgiving in close Relationships. *Journal of Personalinty and sosial Psychology*, Vol. 73, No. 2, 321-336
- Samson, B., Micheal, O., Peter, A., Naftali, O. (2015). Association of levels of education and marital experience on marital satisfaction among selected marriage in Kisii township Kisii country. *Res. Humanities.Soc. Sci.*, 5(8): 27-32
- Sapmaz, F. Yildirim, M, Topcuoglu, P, Nalbant, D, & Sizir, U. (2016). Gratitude, Forgiveness and Humility as Ppredictors of Subjective Well-being among University Students. *International Online Journal of Educational Sciences*. 8 (1), 38 - 47
- Ofovvel, C., E., Ofili, O., G., Ojetu, F., E., Okosun. (2013). Marital satisfaction, job satisfaction and psychological health of secondary school teachers in Nigeria. *Health*. Vol.5, No.4, 663-668
- Oginyi, R, Ofoke1, S, and Francis (2015). Religiosity, forgiveness and psychological well being as predictor of marital satisfaction among academic staff of Ebonyi State University, South Eastern, Nigeria. *Journal of Education Research and Behavioral Sciences* Vol. 4(12), pp. 306-315. ISSN 2315-8735
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 368–378
- Ryff, D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57. 1069-1081.
- Ryff, D. & Keyes, C. L. (1995). The Structure of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69. 719-727.
- Worthington, Everrett L.Jr & Wade, N.G. (1999). The Psychology of Unforgiveness and Forgiveness and Implications for Clinical Practice. *Journal of sosial and Clinical Psychology*, Vol 18, No.4, 385-418.
- Worthington, E, L dan Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risk and promote health resilience: theory, review and hypotheses. *Psychology and Health*. Vol 19, No. 3 DOI: 10.1080/0887044042000196674