

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini kasus perceraian semakin banyak terjadi di Indonesia. Berdasarkan data yang dimiliki oleh Badan Peradilan Agama, Mahkamah Agung Republik Indonesia (2009) memperlihatkan adanya peningkatan kasus perceraian. Pada periode 5-10 tahun lalu kasus perceraian di Indonesia berjumlah 20.000-50.000 kasus, kemudian pada tahun 2008 menjadi 200.000 kasus, dan kemudian meningkat sebanyak 25% menjadi 250.000 kasus pada tahun 2009. Hal ini berlanjut pada tahun 2010 yang mencatat sebanyak 285.184 kasus perceraian yang terjadi. Badan Peradilan Agama juga mencatat data bahwa pada tahun 2009 terjadi perceraian pada 1 dari 10 pasangan yang menikah.

Banyak media sosial dan acara infotainment di televisi yang memberitakan mengenai perceraian. Topik yang sering diulas antara lain kondisi keluarga setelah bercerai, kondisi anak dalam keluarga tersebut, hingga kondisi ekonomi setelah bercerai. Perceraian yang terjadi pada sebuah keluarga akan menimbulkan efek negatif bagi kedua orang tua yang bercerai dan juga bagi anak. Efek perceraian yang terjadi pada keluarga menurut Wagner (2002) antara lain keluarga mengalami situasi yang menekan, munculnya permasalahan terkait uang dan properti, permasalahan terkait pengasuhan anak, dan tanggung jawab keluarga menjadi terpisah. Sedangkan efek perceraian yang akan dialami oleh anak seperti yang diungkapkan oleh Sobolewski dan Amato (2007) antara lain anak akan berpotensi mengalami permasalahan pada masa dewasa, rendahnya pencapaian

sosioekonomi, hubungan yang kurang harmonis dengan keluarga, munculnya simptom depresi, dan ketidakstabilan hubungan. Cockett dan Tripp (Bernades, 2002) mengatakan bahwa dampak negatif pada anak dengan keluarga yang mengalami organisasi kembali antara lain kepercayaan rendah, kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari, mendapat pekerjaan yang buruk dan ketidakstabilan hubungan.

Teori di atas sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek penelitian. Subjek penelitian yang berinisial A (21 tahun) memiliki orang tua yang bercerai ketika ia berusia 10 tahun. Efek negatif yang ia rasakan antara lain merasa rendah diri, kurang perhatian, kurang kasih sayang, merasa kurang dekat dengan ibu, tidak mampu membicarakan hal pribadi dengan ibu, dan tidak ada komunikasi dengan ayah. Fakta tersebut menunjukkan bahwa dampak perceraian membuat anak merasa tidak memiliki hubungan yang hangat dengan orang tua. Anak menjadi tertutup dan merasa kurang disayangi, sehingga anak merasa kehilangan tempat yang mampu membuatnya nyaman untuk berbagi.

Hasil wawancara lain yang oleh subjek L (21 tahun) menceritakan bahwa orang tuanya bercerai ketika subjek SMA dan sebelum perceraian itu terjadi subjek menyaksikan konflik antara ayah dan ibunya yang terjadi selama 10 tahun. Setelah perceraian itu terjadi subjek berubah dari anak yang lembut dan kalem menjadi anak yang kurang ramah dan acuh tak acuh. Subjek tidak begitu suka di rumah sehingga ia sering pergi ke rumah temannya untuk mencari pelarian, subjek mampu dekat dengan ibu dari teman-temannya dan hal itu subjek pergunakan untuk alasan agar subjek tidak harus langsung pulang ke rumah ketika sekolah usai. Subjek mampu dekat dengan ibu dari temannya juga merupakan bukti bahwa

sebenarnya subjek membutuhkan kasih sayang ibu walau subjek sering menekan kebutuhan itu. Subjek juga memiliki ketakutan jika berdekatan dengan pria, subjek sangat membatasi diri dalam hal berinteraksi dengan pria namun hal itu sudah mulai berangsur-angsur membaik sejak awal kuliah. Subjek juga menjelaskan penyebab perceraian yang terjadi pada kedua orang tuanya antara lain ekonomi, adanya hubungan antara ibu dengan pihak ketiga, dan hubungan yang tidak baik dengan ayah karena sifat ayah. Kasus yang dialami oleh L tersebut menunjukkan bukti bahwa perceraian mampu menimbulkan efek negatif bagi psikis anak.

Wawancara selanjutnya dilakukan oleh N (24 tahun) yang menimbulkan perasaan marah hingga saat ini atau bisa dikatakan bahwa subjek belum mampu memaafkan ayah hingga saat ini meski subjek menerima kondisi orang tuanya yang bercerai. Subjek juga mulai mengenal rokok, alkohol dan dunia malam sebagai bentuk pelariannya dari tekanan akibat perceraian yang terjadi. Subjek memiliki ketakutan akan mengalami perceraian juga ketika subjek telah menikah, hal itu merupakan trauma yang dialami subjek akibat subjek menyaksikan sendiri konflik antara ayah dan ibunya.

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa perceraian mampu memberikan dampak yang buruk bagi masa depan anak. Wawancara dengan N menunjukkan bahwa perceraian yang dialami oleh orang tua mampu menimbulkan trauma bagi anak. Anak mengalami pergaulan yang salah dan membuat masa depannya terbengkalai akibat terlalu sibuk membebaskan diri dari rasa tertekan akibat perceraian yang terjadi pada orang tua mereka.

Berikutnya hasil wawancara yang dilakukan oleh V (21 tahun) yang mengatakan bahwa subjek merasa kehilangan dan marah akibat orang tuanya bercerai. Namun, subjek yang memiliki sifat pendiam memilih untuk memendam semua perasaannya dan mengesampingkan perasaan tertekan tersebut. Subjek sering merasa sedih dan menangis ketika bercerita tentang keluarganya, subjek sangat ingin keluarganya tetap utuh namun subjek tidak mampu melakukan apa-apa. Akibat lain yang dirasakan subjek adalah tidak adanya keinginan untuk pulang ke rumah sebab ketika subjek pulang ke rumah, subjek merasa tertekan dan tidak merasa nyaman. Subjek juga memiliki ketakutan jika akan dekat dengan lawan jenis. Sehingga subjek cenderung menarik diri ketika ada lawan jenis yang mendekatinya untuk menjalin komitmen.

Pada hasil wawancara yang telah dilakukan oleh beberapa subjek terlihat mereka memiliki perasaan negatif, pikiran negatif dan perilaku yang negatif. Perasaan negatif yang mereka rasakan antara lain kurang disayangi, kehilangan, tidak nyaman berada di rumah, merasa kurang dekat dengan orang tua dan marah kepada orang tua. Pikiran negatif yang mereka miliki antara lain menjadi memiliki ketakutan untuk berdekatan dengan pria karena mereka menyangka akan memiliki sejarah pernikahan yang sama dengan orang tuanya atau bisa dikatakan mereka memiliki trauma. Kemudian pada perilaku berdampak pada perilaku yang menyimpang seperti perilaku merokok, mengkonsumsi alkohol, memasuki dunia malam, memiliki sikap tertutup, kurang ramah dan acuh tak acuh pada orang lain. Perasaan, pikiran, dan perilaku negatif tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) pada anak yang memiliki orang tua bercerai rendah.

Dampak perceraian yang telah kita bahas di atas menunjukkan bahwa sebagian besar dampak perceraian tersebut merupakan bentuk konflik antara orang tua dan anak baik itu terlihat secara langsung atau tidak. Misal, anak menjadi tidak dekat dengan orang tua adalah salah satu bentuk konflik antara anak dan orang tua yang terlihat secara langsung sebagai akibat dari perceraian. Sedangkan perubahan sikap anak menjadi lebih keras dan pergaulan yang menyimpang merupakan salah satu bentuk konflik anak terhadap orang tua yang tidak terlihat. Dikatakan tidak terlihat karena anak merasakan suatu tekanan akibat dari perceraian sehingga membuatnya berubah menjadi demikian untuk menunjukkan bahwa sebenarnya ia tidak nyaman dengan kondisi seperti itu. Perubahan dan apa yang dikatakan oleh anak ini kadang tidak terbaca oleh orang tua sebagai akibat dari perceraian, itulah kenapa dikatakan konflik yang tidak terlihat.

Baron dan Byrne (2004) mengatakan bahwa konflik muncul karena adanya kebutuhan mereka yang gagal terpenuhi karena adanya intervensi orang lain yang sengaja melakukan itu pada mereka atau dapat dikatakan bahwa konflik muncul akibat adanya pemunculan situasi menekan bagi mereka oleh orang lain. Pada penelitian kali ini kondisi menekan yang dimaksud adalah perceraian yang terjadi pada orang tua. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa konflik yang muncul antara orang tua dan anak dipengaruhi oleh kondisi ekonomi, usia anak, lingkungan dan kondisi keluarga tempat anak tinggal. Ketika kondisi ekonomi, lingkungan, dan keluarga tempat anak tinggal cenderung menekan anak atau membuat anak terkucilkan maka hal itu akan meningkatkan resiko terjadinya konflik antara orang tua dan anak. Iklim negatif

yang terjadi pada ketiga ranah tersebut akan membuat anak merasa semakin tidak diuntungkan akibat adanya perceraian orang tua. Usia anak juga mempengaruhi terjadinya konflik antara anak dan orang tua. Pada subjek yang telah diwawancarai dengan fase perkembangan dewasa awal menunjukkan bahwa subjek sering mengatakan telah menerima kondisi orang tuanya yang bercerai namun subjek tetap memendam kemarahan karena perceraian orang tua. Subjek mampu menerima alasan perceraian pada orangtuanya, namun sebenarnya subjek merasa kehilangan hanya saja subjek enggan memperlihatkan yang sebenarnya.

Menurut Santrock (2008) bahwa pada masa dewasa awal tidak ada lagi paksaan untuk menuruti keinginan dan ketentuan yang ditentukan oleh keluarga. Mereka bernegosiasi sebagai seorang dewasa, misal mereka mengungkapkan bahwa mereka membutuhkan hubungan yang saling mendukung dimana mereka menerima kondisi keluarga mereka. Namun, pada kehidupan nyata yang dialami oleh para subjek berbeda dengan hal yang diungkapkan oleh teori di atas. Subjek dengan rentang perkembangan dewasa awal dan memiliki orangtua bercerai menyatakan bahwa mereka merasa kurang nyaman dengan keluarga, kurang mampu mengeluarkan pendapat dan merasa kurang mampu menerima kondisi keluarganya. Salah satu yang dibutuhkan oleh subjek adalah keluarga yang memiliki hubungan saling mendukung, namun pada kenyataannya yang terjadi adalah sebaliknya. Subjek memiliki keluarga yang terpisah dan kedua orang tua mereka sering tidak sependapat, hal ini membuatnya merasa kurang nyaman, marah, kurang mendapat dukungan dari kedua orangtua dan ketidaknyamanan ini membuat subjek sering berkonflik dengan orangtua. Konflik yang terjadi sering digunakan untuk menunjukkan bahwa subjek tertekan.

Konflik yang terjadi antara orang tua dan anak akan membuat emosi negatif subjek naik. Hal ini akan mempengaruhi kesejahteraan subjektif yang dimiliki subjek sebab kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh emosi positif, emosi negatif, dan kepuasan hidup. Saat emosi positif turun, emosi negatif naik dan kepuasan hidup turun maka dapat diartikan bahwa kesejahteraan subjektif yang dimiliki oleh subjek turun. Subjek merasa tidak bahagia, merasa kesepian, tertekan, tidak puas dengan hidup dan merasa memiliki keluarga yang tidak sempurna. Kondisi subjek akibat naiknya emosi negatif ini dapat ditangani menggunakan konsep pemaafan. Konsep pemaafan yang akan diterapkan pada subjek akan membantu subjek untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakan.

Alasan peneliti memilih pemaafan sebagai bentuk terapi untuk membantu meningkatkan kesejahteraan subjektif subjek karena menurut North (Enright, 2003) pemaafan dimulai dengan adanya rasa sakit hati dan bahwa setiap individu memiliki hak atas perasaan-perasaan yang dialami. Pertama, individu mengakui bahwa peristiwa yang dialami tidaklah adil dan akan selalu demikian. Kedua, individu memiliki hak moral untuk marah, merupakan hal wajar bila yakin pada pandangan bahwa orang lain tidak memiliki hak untuk menyakitinya. Bahkan setiap individu memiliki hak untuk dihargai. Ketiga, untuk memulai pemaafan, individu perlu menyerah untuk berpegang teguh pada hak yang dimiliki, yaitu berhak untuk tetap merasa marah dan benci/dendam. Dari penjelasan di atas ditunjukkan bahwa konsep pemaafan menanamkan hal-hal tersebut agar subjek mampu memaafkan secara utuh.

Alasan lain yang membuat peneliti memutuskan memilih pemaafan sebagai bentuk perlakuan karena pemaafan memiliki konsep yang akan membuat subjek

melewati empat tahap dalam mencapai memaafkan yaitu terbuka terhadap kemarahan yang berarti subjek akan mengenali seberapa besar kemarahan yang dimiliki karena memaafkan berbeda dengan menghindari rasa sakit. Subjek hanya perlu jujur tentang rasa sakit yang dimiliki. Tahap kedua adalah memilih untuk memaafkan. Subjek membutuhkan ketegasan dan komitmen untuk bisa memulai memaafkan dan pada tahap ini dibagi menjadi tiga bagian yaitu melihat ke masa lalu, melihat ke masa depan dan memilih untuk memaafkan. Tahap ketiga dari pemaafan adalah terlibat penuh dalam pemaafan. Artinya, hanya membuat keputusan untuk memaafkan saja tidak akan cukup karena yang dibutuhkan sebenarnya adalah tindakan nyata dan mampu memberikan pesan moral bagi seseorang yang telah menyakiti. Tahap keempat adalah penemuan dan terbebas dari penjara emosional. Tidak memaafkan, kebencian, dendam dan kemarahan adalah empat pilar utama dari sel penjara. Memaafkan adalah kunci yang bisa membuka pintu penjara dan membuat keluar dari penjara dan sebagian besar orang yang telah memaafkan merasa lebih bahagia. Hidup di luar penjara membutuhkan penyesuaian terhadap jalan pikir dan kehidupan baru. Memaafkan akan membuat subjek menjadi lebih dewasa. Memaafkan akan membuat subjek menemukan pemahaman baru tentang penderitaan yang dirasakan.

Keempat tahapan pemaafan di atas diharapkan mampu membantu subjek untuk keluar dari penjara emosi negatif dalam dirinya. Sekali lagi perlu ditekankan adalah subjek memiliki emosi negatif yang perlu ditangani dan perlakuan yang fokus menangani emosi negatif dalam pemaafan. Berdasarkan keempat tahapan pemaafan itu diharapkan tingkat kesejahteraan subjektif yang dimiliki oleh subjek meningkat (Enright, 2003).

Kesejahteraan subjektif dijelaskan oleh Diener (2000) sebagai evaluasi seseorang mengenai hidupnya, evaluasi terhadap afektif dan kognitif. Diener (2000) juga menjelaskan bahwa kesejahteraan subjektif fokus pada penilaian pribadi terhadap hidupnya. Berdasarkan teori-teori di atas maka dapat dilihat bahwa pemaafan dapat dihubungkan dengan kesejahteraan subjektif melalui emosi. Emosi pada kesejahteraan subjektif terdapat pada adaptasi dan coping, sebab dalam adaptasi dan coping ada proses penyesuaian emosi. Sedangkan penyesuaian emosi merupakan fokus penanganan dalam pemaafan. Pemaafan mengajarkan subjek untuk mampu mengendalikan emosi negatif sehingga subjek tetap mampu merasakan emosi positif. Sehingga saat subjek mampu mengendalikan emosi negatif, subjek mampu meningkatkan kesejahteraan subjektif.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan pemaafan (*Forgiveness*) terhadap tingkat kesejahteraan subjektif (*Subjective Well-Being*) antara kelompok yang diberi pelatihan dan kelompok yang tidak diberi pelatihan pemaafan (*Forgiveness*) dengan subjek mahasiswi berusia dewasa awal yang memiliki orangtua bercerai.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian yang akan dilaksanakan kali ini memiliki beberapa manfaat baik praktis maupun teoritis, antara lain :

1. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian kali ini akan didapatkan oleh :

a) Subjek penelitian

Subjek penelitian akan memahami bahwa semua konflik memiliki solusi dan untuk menemukan solusinya kita harus berdamai dengan konflik tersebut terlebih dahulu. Subjek juga akan memahami bagaimana cara berdamai dengan konflik dan apa yang akan diperoleh dari perdamaian itu. Kemudian subjek akan memahami bahwa perdamaian dengan konflik juga harus disertai pemberian maaf bagi pihak terkait yang kemudian akan meningkatkan kesejahteraan subjektifnya terhadap hidup. Manfaat selanjutnya adalah diperolehnya pemahaman tentang hidup dan bagaimana mereka harus menjalani hidup agar memperoleh kesejahteraan subjektif tersebut.

b) Peneliti selanjutnya

Manfaat bagi peneliti selanjutnya adalah adanya gambaran baru yang diperoleh karena kondisi spesifik subjek yang digunakan sebagai responden penelitian kali ini. Peneliti selanjutnya diharap mampu mengembangkan penelitian dengan menggunakan subjek penelitian lain atau menggunakan variabel lain yang dikorelasikan dengan pemaafan (*forgiveness*).

2. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diperoleh dari penelitian kali ini merupakan sumbangan bagi psikologi klinis yang diharap mampu memperkaya literatur di dalamnya dan mempermudah pengembangan ilmu psikologi.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian kali ini dapat dibuktikan dari beberapa jurnal yang dijadikan bahan rujukan oleh peneliti. Berikut jurnal yang digunakan :

1. Mccullough, M. E. 2000. Forgiveness As Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 1, 9-21.

Pada jurnal ini dijelaskan bahwa pemaafan membuat suatu hubungan dapat berlanjut dengan lebih baik dengan membenahi perasaan tersakiti dan pelanggaran hukum yang sering terjadi dalam hubungan bermasyarakat. Dalam jurnal ini dijelaskan mengenai konsep bahwa pemaafan adalah perubahan prososial dalam motivasi untuk menghindari atau mencari balasan terhadap pelanggar. Jurnal ini juga menjelaskan bahwa faktor sosial-psikologi berhubungan dan merupakan faktor yang menentukan terhadap terjadinya pemaafan. Alat ukur yang digunakan juga dijelaskan, yaitu menggunakan Transgression Related Interpersonal Motivations (TRIM) Inventory milik Susan Wade. Peneliti juga menggolongkan pengukuran yang telah dilakukan menjadi tiga dimensi antara lain kekhususan (memaafkan kesalahan tertentu yang dilakukan oleh seseorang), sudut pandang (mengukur pemaafan berdasarkan sudut pandang pencari maaf atau pemberi maaf) dan yang terakhir mengarah pada metode pengukuran yang digunakan. Pada jurnal ini subjek yang digunakan tidak dijelaskan secara jelas.

2. Toussaint, L & Friedman, P. 2009. Forgiveness, Gratitude, and Well-Being: The Mediating Role of Affect and Beliefs. *Journal of Happiness Study*. 10, 635-654.

Jurnal ini membahas mengenai definisi pemaafan, kebersyukuran, dan kesejahteraan serta dinamika terbentuknya masing-masing variabel tersebut. Dalam jurnal ini peneliti menemukan definisi pemaafan serta aspek dari kesejahteraan dan pemaafan. Teori pemaafan yang digunakan adalah teori pemaafan milik Worthington. Subjek yang digunakan dalam penelitian kali ini adalah 72 pasien psikoterapi di pinggiran Philadelphia yang menjalani rawat jalan atau tidak menginap di rumah sakit dengan usia 20 hingga 58 tahun. Variabel yang diukur pada penelitian ini antara lain pemaafan, kesejahteraan, kebersyukuran, pengaruh dan kepercayaan. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur pemaafan ada dua yaitu Heartland and Forgiveness Scale untuk mengukur kecenderungan dari pemaafan dan Transgression Related Interpersonal Motivations (TRIM) inventory untuk melihat dari motivasi seseorang tidak memberikan maaf. Kemudian alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan antara lain *Satisfaction with Life Scale*, *The Bradburn Affect Balance Scale* dan *The Fordyce Happiness Scale*. Selanjutnya untuk mengukur pengaruh menggunakan *The Friedman Affect Scale* yang merupakan adaptasi dari alat ukur PANAS-X. Sedangkan untuk mengukur kepercayaan menggunakan *The Friedman Belief Scale*.

3. Sobolewski, J M & Amato, P R. 2007. Parents' Discord and Divorce, parent-child relationships and Subjective Well-Being in early Adulthood : Is

Feeling Close to Two Parents Always Better than Felling Close to One?.
Journal of Social Forces. 85, 1105-1125.

Jurnal ini membahas tentang hubungan keluarga yang mengalami perselisihan dan perceraian, bentuk hubungan keluarga dan anak, dan kesejahteraan subjektif anak usia dewasa. Dari jurnal ini peneliti memperoleh teori yang mendasari hubungan kondisi spesifik subjek dengan variabel kesejahteraan subjektif. Penelitian ini menganalisa data penelitian ketidakstabilan pernikahan pada akhir perjalanan hidup, yang merupakan penelitian longitudinal selama 17 tahun. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur perelisihan dalam pernikahan ada tiga yaitu lima item mengukur konflik pernikahan, 13 item untuk mengukur masalah pernikahan dan 13 item mengukur kecenderungan bercerai. Sedangkan untuk mengukur hubungan keluarga dan anak menggunakan penilaian terhadap ayah dan ibu mereka. Sedangkan untuk mengukur kesejahteraan subjektif menggunakan The Rosenberg untuk mengukur *self-esteem*, The Lagner untuk mengukur simptom kesedihan, skala tujuh item yang mengukur kepuasan dengan berbagai aspek hidup dan keempat menggunakan item tunggal untuk mengukur kebahagiaan. Subjek penelitian pada penelitian kali ini adalah seseorang yang pernah menikah (bukan pasangan) dan remaja berusia 19 tahun. Teori untuk kesejahteraan subjektif yang digunakan mengacu pada teori Amato.

4. Rinasti, Fernika. TT. The Relationship Between Level of Religiosity with the Subjective Well-being in Early Adolescents. Skripsi.
<http://library.gunadarma.ac.id> diunduh 2014/05/26.

Teori *subjective well-being* yang digunakan dalam penelitian kali ini mengacu pada teori Diener yang membagi komponen SWB menjadi dua yaitu evaluasi kognitif dan afektif. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah remaja awal berusia 13-17 tahun berstatus pelajar SMP dan SMA yang berdomisili di Depok dan beragama Kristen. Subjek berjumlah 100 orang yang berjumlah 39 remaja laki-laki dan 61 remaja perempuan. Teknik sampling yang digunakan adalah random sampling. Teknik pengumpulan data yang dilakukan ialah menggunakan kuesioner yang berisi isian identitas subjek, skala religiusitas dan skala SWB. Pada proses pengambilan data peneliti menyebar 100 kuesioner di dua gereja berbeda yang berada di wilayah Depok. Pada gereja pertama diperoleh 55 partisipan dan 45 partisipan di gereja kedua. Hasil penelitian yang diperoleh adalah adanya hubungan yang sangat signifikan antara tingkat religiusitas dengan SWB pada remaja awal.

Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk melihat pengaruh pemaafan terhadap kesejahteraan subjektif penggunaan teori, alat ukur, topik dan subjek penelitian akan dijelaskan sebagai berikut :

1. Keaslian Teori

Teori yang digunakan untuk kesejahteraan subjektif menggunakan milik Ed Diener, sama dengan penelitian sebelumnya. Sedangkan teori pemaafan yang digunakan pada penelitian sebelumnya mengacu pada teori milik Worthington dan Wade sedangkan pada penelitian kali ini mengacu pada dua teori yaitu milik Enright (2003) dan milik Pollard, Anderson, Anderson, & Jennings (1998).

2. Keaslian Alat Ukur

Pada penelitian sebelumnya alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan subjektif antara lain *Satisfaction with Life Scale*, *the Bradburn Affect Balance Scale*, *the Fordyce Happiness Scale*, *the Rosenberg*, *the Lagne*, dan *the Friedman Affect Scale* yang merupakan modifikasi dari PANAS-X. Pada penelitian kali ini peneliti menggunakan alat ukur *Positive Affect and Negative Affect Scale* (PANAS) dan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) untuk mengukur kesejahteraan subjektif. Kedua alat ukur ini akan dimodifikasi oleh peneliti untuk disesuaikan dengan kebutuhan penelitian yang akan dilakukan.

3. Keaslian Topik

Variabel bebas yang diangkat pada penelitian ini adalah pemaafan, sedangkan variabel tergantung yang diangkat adalah kesejahteraan subjektif (*Subjective Well-being*). Penelitian lain yang pernah dilakukan menggunakan variabel bebas antara lain hubungan orang tua dan anak pada keluarga yang berpisah atau bercerai dan tingkat religiusitas. Ada penelitian yang mengangkat variabel bebas pemaafan namun dihubungkan dengan kesejahteraan bukan kesejahteraan subjektif. Sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian kali ini asli.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek yang akan dilibatkan dalam penelitian adalah mahasiswa dengan usia 21-25 tahun atau memasuki fase dewasa awal dan memiliki orang tua yang bercerai. Pada penelitian lain yang pernah dilakukan subjek yang dilibatkan antara lain pasien psikoterapi di pinggiran Philadelphia,

seseorang yang pernah menikah (bukan pasangan), remaja usia 19 tahun, dan remaja awal usia 13-17 tahun. Sehingga, disimpulkan bahwa subjek penelitian yang digunakan oleh peneliti asli.

