



## Hubungan Kualitas Perkawinan dan Kebersyukuran pada Pasangan Penyandang Disabilitas

*Isti Anahtul Fitriyah*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[fitri86isti@gmail.com](mailto:fitri86isti@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dan kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas. Penelitian dilakukan di Yayasan Penyandang Cacat Mandiri (YPCM) dan Paguyuban Penyandang Paraplegia Yogyakarta (P3Y). Subjek penelitian berjumlah 84 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan skala kebersyukuran dan skala kualitas perkawinan. Adapun analisis data penelitian dilakukan dengan uji korelasi menggunakan *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas, yaitu diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.980 dengan signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ).

**Kata Kunci:** *kebersyukuran, kualitas perkawinan, disabilitas*

### Abstract

This study aimed to find out the correlation between gratitude and marriage quality on couples with disabilities. This research took place in Yayasan Penyandang Cacat Mandiri (YPCM) and Paguyuban Penyandang Paraplegia Yogyakarta (P3Y). The subjects in this study amounted to 84 people obtained by the purposive sampling technique. The data collected using a gratefulness scale and a marriage quality scale. The data was analysed using pearson correlation. The result of this study showed that gratefulness has a positive and significant correlation with marriage quality on couples with disabilities, resulted from correlation coefficient value 0.980 with significance value 0.000 ( $p < 0.05$ ).

**Keywords:** *gratefulness, marriage quality, disability*

### Pendahuluan

Perkawinan merupakan salah satu fase dalam kehidupan manusia untuk membangun sebuah keluarga. Pada umumnya, setiap individu mengharapkan perkawinannya akan bertahan selamanya, juga memberikan kebahagiaan bagi pasangannya. Sebagaimana disebutkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 tahun 1974 tentang perkawinan yaitu, "Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk

keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa." Namun demikian, faktanya seringkali perkawinan berakhir dengan perceraian. Data dari Dirjen Badan Peradilan Agama, Mahkamah Agung pada periode 2014-2016 melaporkan bahwa angka perceraian di Indonesia meningkat, yaitu dari 344.237 pada tahun 2014 menjadi 365.633 di tahun 2016. Rata-rata angka perceraian naik 3% per tahun. Badan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung (MA) juga menyebutkan bahwa terdapat lima faktor yang mendorong tingginya perceraian, yaitu

tidak ada keharmonisan (97.615), tidak ada tanggung jawab (81.266), ekonomi (74.559), gangguan pihak ketiga (25.310), dan cemburu (9.338).

Banyaknya kasus perceraian tersebut mengindikasikan bahwa kualitas perkawinan yang dicapai kurang baik. Kualitas perkawinan memiliki pengaruh yang kuat terhadap kepuasan di dalam hidup. Ketidakbahagiaan di dalam perkawinan akan mengurangi kebahagiaan di dalam aspek kehidupan yang lain seperti pekerjaan dan pertemanan (Cavanaugh & Blanchard-Fields, 2010). Kualitas perkawinan digambarkan sebagai taraf keunggulan proses relasi suami istri, serta suatu perasaan yang bersifat subjektif tentang kebahagiaan yang diperoleh pasangan yang menikah dalam kehidupan perkawinannya, baik itu secara menyeluruh maupun terhadap aspek-aspek dari perkawinannya (Nurhayati, 2017).

Sebagaimana individu yang lainnya, orang dengan disabilitas juga menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Perkawinan dapat menjadi salah satu pintu menuju kebahagiaan itu. Sebuah studi yang dilakukan di Inggris menunjukkan bahwa orang-orang yang menikah lebih bahagia dan tingkat kesejahteraan psikologisnya lebih tinggi dibandingkan dengan orang-orang yang tidak atau belum menikah (Helliwell & Grover, 2014). Oleh karena itu, orang-orang dengan disabilitas juga berhak menikah seperti individu yang lainnya untuk mencapai kehidupan yang bahagia dan sejahtera.

Permasalahan pernikahan yang dihadapi penyandang disabilitas sangat kompleks. Adanya keterbatasan fungsi tubuh kemudian menimbulkan masalah mobilitas. Ketidakmampuan ini dapat menghambat penyandang disabilitas fisik dalam menjalankan kegiatan sehari-hari. Keadaan seperti ini dapat menimbulkan keadaan rawan psikologis yang ditandai dengan munculnya stress, sikap emosional yang

labil, berkurangnya rasa kepercayaan diri, penerimaan diri rendah, hingga kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial (Izzah, 2016). Pasangan penyandang disabilitas yang menikah cenderung memiliki kesejahteraan ekonomi yang rendah dibandingkan dengan pasangan yang bukan disabilitas (Perwitasari, 2012). Hal tersebut dapat dikarenakan penyandang disabilitas kerap menghadapi keterbatasan dalam mengakses pendidikan, pelatihan, dan pekerjaan yang layak. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lubis, Syahfitriani, dan Emy (2017) menyatakan bahwa ketika pasangan tidak merasa sejahtera atau menunjukkan ketidakbahagiaan dalam rumah tangga, maka hal tersebut dapat merusak kualitas perkawinan. Namun demikian menurut Watkins (Emmons & McCullough, 2004) ada keterkaitan yang erat antara kebersyukuran dengan kesejahteraan.

Setiap pasangan yang menikah penting untuk meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraannya dalam membina rumah tangga. Salah satu caranya adalah dengan bersyukur terhadap apa yang dilakukannya (Algoe, Gable, & Maisel, 2010). Kebersyukuran dapat meningkatkan individu untuk menikmati manfaat yang mereka peroleh dari suatu hubungan yang positif sehingga mencapai manfaat emosi yang positif (Emmons, Tsang, & McCullough, 2004). Bersyukur dianggap sebagai sebuah penghargaan terhadap pasangannya, yaitu emosi positif yang tidak dipicu oleh keuntungan tertentu, melainkan merupakan bentuk pengakuan dan penghargaan terhadap nilai-nilai pasangan terhadap dirinya (Kubacka, Finkenauer, Rusbult, & Keijsers, 2011).

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah penelitian yang diajukan yaitu apakah ada hubungan antara kebersyukuran dengan kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan kebersyukuran

terhadap kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah memperkaya kajian konsep kebersyukuran dan kualitas perkawinan.

## Metode Penelitian

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan satu variabel terhadap variabel yang lain.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian dilakukan pada bulan Maret-April 2019 di Yayasan Penyandang Cacat Mandiri dan Paguyuban Penyandang Paraplegia Yogyakarta.

### *Populasi, Sampling, dan Subjek*

Populasi dalam penelitian ini adalah pasangan suami istri yang berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta yang salah satu atau keduanya menyandang disabilitas fisik dengan waktu perkawinan minimal 5 tahun. Sampel pada penelitian ini berjumlah 84 orang.

### *Prosedur*

Penelitian ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama adalah penyebaran instrumen (skala kebersyukuran dan skala kualitas perkawinan). Tahap selanjutnya adalah seleksi item dan reliabilitas. Seleksi item dilakukan dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS for Windows 23. Kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi item total menggunakan batasan  $\geq .20$ . Hal tersebut sesuai pendapat Azwar (2015) bahwa batasan minimal koefisien korelasi item-total sebesar .30, namun batas tersebut dapat dipertimbangkan untuk diturunkan menjadi .20 apabila jumlah butir yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan.

### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Data diperoleh langsung dari subjek penelitian. Data tersebut diperoleh melalui 2 instrumen penelitian yang disebar peneliti kepada 84 subjek. Adapun instrumen yang digunakan yakni skala kualitas perkawinan dan skala kebersyukuran. Skala kualitas perkawinan terdiri dari 32 item dan skala kebersyukuran terdiri dari 32 item. Masing-masing subjek mengisi item-item tersebut, kemudian skala tersebut dikembalikan ke peneliti.

### *Teknik Analisis data*

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas analisis deskriptif, uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, serta uji hipotesis.

#### 1. Analisis deskriptif

Analisis data deskriptif memiliki tujuan untuk mendeskripsikan variable. Data berupa skala diperoleh kemudian diubah dalam bentuk kategori.

#### 2. Uji prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan dengan Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi  $(p) < .05$ . Adapun uji linearitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Tes for Linearity* dalam program SPSS Statistics for windows dengan taraf signifikan .05.

#### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah kebersyukuran mampu memprediksi kualitas perkawinan. Pengujian hipotesis dilakukan dengan bantuan IBM SPSS Statistics for Windows, menggunakan analisis korelasi—Pearson Product Moment

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

### *Hasil Uji Deskriptif*

Subjek yang terlibat sebanyak 84 orang yang terdiri dari 42 laki-laki (50%) dan 42 perempuan (50%). Berdasarkan uji deskriptif, rata-rata skor kualitas perkawinan subjek sebesar 113.65 dengan deviasi standar sebesar 8.98. adapun rata-rata skor kebersyukuran sebesar 11.09 dengan deviasi standar 9.46. Sebagian besar atau mayoritas subjek memiliki tingkat kualitas perkawinan yang sedang cenderung tinggi. Hasil analisis deskriptif pada variabel kebersyukuran juga menunjukkan bahwa sebagian besar atau mayoritas subjek memiliki tingkat kebersyukuran pada kategori sedang cenderung tinggi.

### *Hasil uji prasyarat*

Hasil uji normalitas pada data residual dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov didapat nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0.691 ( $p > 0.05$ ). Dengan demikian data kebersyukuran dan kualitas perkawinan yang diperoleh berdistribusi normal. Kemudian hasil uji linieritas nilai  $F$  2.544 dengan signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ) sehingga terdapat hubungan linier antara variable kebersyukuran ( $X$ ) dan variable kualitas perkawinan ( $Y$ ).

### *Hasil Uji Hipotesis*

Berdasarkan hasil analisis, koefisien korelasi sebesar 0.980 dengan  $p < 0.001$ . Hal ini berarti bahwa kebersyukuran memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kualitas perkawinan.

### *Pembahasan*

Hasil penelitian bahwa kebersyukuran berhubungan positif dengan kualitas perkawinan sejalan dengan penelitian Herawati dan Farradina (2017). Pada individu, terutama penyandang disabilitas, kebersyukuran memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupannya. Hal ini karena dengan bersyukur akan

membuat seseorang memiliki pandangan yang lebih positif dan perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yaitu pandangan bahwa hidup adalah suatu anugerah (Peterson & Seligman, 2004). Bersyukur juga akan menyebabkan seseorang mendapatkan keuntungan secara emosi dan interpersonal. Dengan melihat dan merasakan penderitaan atau keterbatasan sebagai sesuatu yang positif, maka seseorang akan bisa meningkatkan kemampuan coping barunya baik secara sadar maupun tidak, dapat memicu timbulnya pemaknaan terhadap diri yang akan membawa hidup seseorang ke arah yang lebih positif (McMillen dalam Krause, 2006).

Bersyukur juga dapat membantu seseorang untuk dapat meningkatkan kemampuan dirinya dalam menghadapi masalah dan menemukan penyelesaian yang terbaik bagi masalahnya. Watkins dkk (2003) menyatakan bahwa rasa bersyukur yang dimiliki oleh seseorang dapat mengindikasikan seberapa jauh ia merasa bahagia yang dilihat dari kepuasan terhadap kehidupan perkawinannya.

Beberapa penelitian lain membuktikan bahwa rasa syukur dapat memunculkan berbagai emosi positif diantaranya adalah kemurahan hati kepada orang lain (McCullough, Kimeldorf, & Cohen, 2008), di mana dalam kehidupan perkawinan individu akan lebih perhatian dan dermawan kepada pasangannya. Penelitian Froh, Yurkewicz, dan Kashdan (2009) membuktikan bahwa rasa syukur memiliki hubungan yang kuat dengan penghargaan terhadap diri, pandangan hidup positif, dan inisiatif. Penelitian Wood, Joseph, dan Linley (2007) juga menemukan bahwa syukur berkorelasi positif dengan reinterpretasi positif, coping aktif, dan berkorelasi negatif dengan perilaku menyalahkan, dalam hal ini jika pasangan penyandang disabilitas memiliki rasa syukur yang tinggi, maka ketika mereka mengalami konflik rumah tangga mereka akan

mencoba menyelesaikan masalah bersama-sama dan tidak saling menyalahkan satu sama lain. Adanya berbagai emosi positif tersebut dalam kehidupan rumah tangga pasangan penyandang disabilitas tentunya akan meningkatkan kualitas perkawinan mereka. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa rasa syukur adalah prediktor kuat kesejahteraan dan kualitas perkawinan seseorang (Watkin, Woodward, Stone, & Kolt, 2003).

Menurut Sativa dan Helmi (2013) kebersyukuran memiliki peran yang sangat penting pada penyandang disabilitas dibandingkan pada individu lainnya, sehingga pada hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa faktor kebersyukuran memiliki kontribusi yang besar terhadap kualitas perkawinan pada penyandang disabilitas.

Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa kebersyukuran adalah mata rantai terkuat yang memiliki hubungan dengan kesehatan mental seseorang, bahkan bisa menjadi lebih kuat dibandingkan dengan sifat-sifat positif lainnya, seperti optimisme, ataupun harapan. Berkaitan dengan kualitas perkawinan, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bersyukur yang diekspresikan dapat memicu rasa percaya pada pasangan, lebih lanjutnya bahkan disebutkan bahwa individu yang merasa bersyukur akan lebih nyaman dalam menjalani sebuah hubungan. Seperti yang dikemukakan oleh Kubacka, Finkenauer, Rusbult, & Keijsers (2011), bersyukur dianggap sebagai sebuah penghargaan terhadap pasangannya, yaitu emosi positif yang tidak dipicu oleh keuntungan tertentu, melainkan merupakan bentuk pengakuan dan penghargaan terhadap nilai-nilai pasangan terhadap dirinya. Sikap menghargai diantara pasangan dan ekspresi seperti ungkapan pernyataan dan perasaan dari pemikiran atau pendapat tersebut merupakan faktor penting yang dapat

memengaruhi kualitas perkawinan (Orgill & Heaton, 2005). Pada individu, terutama penyandang disabilitas kebersyukuran memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupannya. Hal ini karena dengan bersyukur akan membuat seseorang memiliki pandangan yang lebih positif dan perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yaitu pandangan bahwa hidup adalah suatu anugerah (Peterson dan Seligman, 2004). Bersyukur juga akan menyebabkan seseorang mendapatkan keuntungan secara emosi dan interpersonal. Dengan melihat dan merasakan penderitaan atau keterbatasan sebagai sesuatu yang positif, maka seseorang akan bisa meningkatkan kemampuan coping barunya baik secara sadar maupun tidak, dapat memicu timbulnya pemaknaan terhadap diri yang akan membawa hidup seseorang ke arah yang lebih positif (McMillen dalam Krause, 2006).

## **Simpulan dan Saran**

### *Simpulan*

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa kebersyukuran berhubungan secara positif dengan kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas.

### *Saran*

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut.

#### 1. Pasangan penyandang disabilitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang positif dengan kualitas perkawinan pada pasangan disabilitas. Oleh karena itu, para pasangan penyandang disabilitas perlu meningkatkan rasa kebersyukurannya. Adapun hal sederhana yang dapat dilakukan adalah menulis jurnal kebersyukuran yaitu dengan cara menulis hal-hal apa yang dapat disyukuri setiap harinya

## 2. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM)

Bagi LSM atau yayasan yang khusus menaungi para penyandang disabilitas perlu melakukan intervensi atau program-program yang dapat meningkatkan kebersyukuran pada pasangan penyandang disabilitas, sehingga kualitas perkawinan akan meningkat.

## 3. Psikologi atau Konselor Perkawinan

Bagi psikolog atau konselor perkawinan perlu membuat program untuk meningkatkan kebersyukuran dengan mengeksplorasi aspek kebersyukuran, seperti membangun perasaan positif, mengembangkan perilaku bertindak positif, dan aspek-aspek lainnya melalui pelatihan dan pendampingan dari ahli

## 4. Bagi peneliti selanjutnya

Diperlukan penelitian selanjutnya mengenai variabel perilaku kebersyukuran maupun kualitas perkawinan yang memiliki jumlah sampel lebih banyak dan cakupan generalisasi yang lebih luas.

## Daftar Pustaka

- Algoe, S. B., Gable, S. L., & Maisel, N. C. (2010). It's the little things: everyday gratitude as a booster shot for romantic relationship. *Journal of the Association for Relationship Research*, 17, 217-233.
- Cavanaugh, J. C. & Blanchard-Fields. (2010). *Adult development and aging (6th Edition)*. USA: Cengage Learning.
- Froh, J. J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *Journal of Adolescence*, 32, 633-650.
- Helliwell, J. F., & Grover. (2014). How's life at home? New evidence on marriage and the set point for happiness. *NBER Working Paper No. 20794*.
- Herawati, I., & Farradina, S. (2017). Kepuasan perkawinan ditinjau dari kebersyukuran dan pemaafan pada pasangan bekerja. *Mediapsi*, 3(2), 10-21.
- Izzah, L. (2016). Gratitude (Kebersyukuran) pada pasangan disabilitas fisik. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel : Surabaya
- Krause, N. (2006). Gratitude toward god, health, and stress in late life. *Research in Aging*, 28(2), 163.
- Kubacka, K.E., Finkenauer, C., Rusbult, C., & Keijsers, L. (2011). "Maintaining close relationships: Gratitude as a motivator and a detector of maintenance behavior" dalam *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37, 1362-1375.
- Lubis, N. L., Syahfitriani, E. (2007) Perbedaan konflik peran ganda suami ditinjau dari motivasi kerja kebutuhan ekonomi dan aktualisasi diri pada istri. *Majalah Kedokteran Nusantara*, 40(1).
- McCullough, M. E., Kimeldorf, M. B., & Cohen, A.D. (2008). An adaptation for altruism? The social causes, social effects, and social evolution of gratitude. *Current Directions Psychological Science*, 17(4), 281-284.
- McCullough, M.E., Tsang, J. & Emmons, R.A. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful moods to individual difference and daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 295-309.
- Nurhayati, S.R. (2017). Konsep, dinamika, dan pengukuran kualitas perkawinan Orang Yogyakarta. *Disertasi*. Fakultas Psikologi

- Universitas Gadjah Mada:  
Yogyakarta.
- UU RI No. 1 Tahun 1974 Tentang  
Perkawinan.
- Orgill, J. & Heaton, T.B. (2005). Women's status and marital satisfaction in Bolivia. *WIN*, 36(1), 23-39.
- Perwitasari, F. (2012). Pengaruh Konseling Kebermaknaan Hidup Terhadap Kesejahteraan Psikologis Difabel. *Tesis*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada:Yogyakarta.
- Peterson, C., & Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strength and Virtues: A Handbook & Classification*. New York: Oxford University Press.
- Watkins, P.C., Woodward, K., Stone T., & Kolts, R.L. (2003). *Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being*. *Social Behavior and Personality*, 31 (5), 431-452.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping Style As A Psychological Resource of Grateful People. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(9), 1076–1093.