

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUS COPING* DAN
TIPE KEPERIBADIAN *EXTROVERT* DALAM PENYESUAIAN
PERKAWINAN PADA PASANGAN DI PERIODE AWAL PERKAWINAN**

Ellen Aprillia. IGAA Noviekayati, Sahat Saragih

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstract

This study aims to examine empirically 1.) the relationship between the problem of focus coping and the type of personal extrovert with adjustment of marriage in couples in the early period of marriage. 2.) the relationship between the problem of focus coping and adjustment of marriage in the couple in the early period of marriage. 3.) the relationship between extroverted personality types and marital adjustments in couples in the early period of marriage. This study was conducted on 72 people with husband and wife status aged 18-40 years, consisting of 33 men and 39 women who had a marriage age under 10 years or the initial period of marriage. Data collection tools in the form of questionnaires scale the problem of focus coping and the scale of extroverted personality types and the scale of marriage adjustment. Questionnaire reliability scale problem of coping focus is 0.867 and the extrovert personality type scale is 0.889 and the marriage adjustment scale is 0.898. In this study using non-parametric spearman test. Based on the results of data analysis, the results showed that; 2.) There is a significant relationship between Marriage Adjustment and Problem Focus Coping with $p = 0.565$, $sig = 0.000$. 3.) There is no relationship between extroverted personality types and marital adjustments in couples in the early marriage period with $p = 0.143$, $sig = 0.231$.

Keywords: *problem of focus coping, type of extrovert personality, marriage adjustment and partner in the early period of marriage*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menguji secara empiris 1.) hubungan antara *problem focus coping* dan tipe kepribadian *extrovert* dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. 2.) hubungan antara *problem focus coping* dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. 3.) hubungan antara tipe kepribadian *extrovert* dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. Penelitian ini dilakukan pada 72 orang yang berstatus suami dan istri yang berusia 18-40 tahun, terdiri dari 33 pria dan 39 wanita yang memiliki usia pernikahan di bawah 10 tahun atau periode

awal perkawinan. Alat pengumpul data berupa kuesioner skala *problem focus coping* dan skala tipe kepribadian extrovert dan skala penyesuaian perkawinan. Reliabilitas kuesioner skala *problem focus coping* adalah 0,867 dan skala tipe kepribadian extrovert adalah 0,889 dan skala penyesuaian perkawinan adalah 0,898. Dalam penelitian ini menggunakan uji *non-parametrik spearman*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil menunjukkan bahwa; 2.) Ada Hubungan yang signifikan antara Penyesuaian Perkawinan dengan *Problem Focus Coping* dengan nilai $p= 0.565$, $sig= 0.000$. 3.) Tidak ada hubungan antara tipe kepribadian extrovert dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan dengan nilai $p= -0,143$, $sig= 0.231$.

Kata Kunci : problem focus coping, tipe kepribadian extrovert, penyesuaian perkawinan dan pasangan di periode awal perkawinan

Pendahuluan

Perkawinan merupakan ikatan lahir batin dan persatuan antara dua pribadi yang berasal dari keluarga, sifat, kebiasaan dan budaya yang berbeda. Perkawinan juga memerlukan penyesuaian secara terus menerus untuk menyesuaikan diri satu sama lain dan juga dengan masalah-masalah yang muncul, sehingga tercapai hubungan yang sehat dan memuaskan. Kehidupan pernikahan tidak dapat dihindarkan dari masalah. Area konflik dalam pernikahan antara lain menyangkut persoalan-persoalan keuangan, masalah anak, hubungan pertemanan, hubungan dengan keluarga besar; Pertemanan, rekreasi, aktivitas-aktivitas pasangan, pembagian kerja dalam masalah.¹

Setiap perkawinan, selain cinta juga diperlukan saling pengertian yang mendalam, kesediaan untuk saling menerima pasangan masing-masing dengan latar belakang yang merupakan bagian dari kepribadiannya. Hurlock mendefinisikan penyesuaian perkawinan sebagai proses adaptasi antara suami dan istri, dimana suami dan istri tersebut dapat mencegah terjadinya konflik dan menyelesaikan konflik dengan baik melalui proses penyesuaian diri dengan kemampuan dirinya dan karakteristik dirinya dan kepribadiannya.²

Hal ini berarti mereka juga harus bersedia menerima dan memasuki lingkungan sosial budaya pasangannya, dan karenanya diperlukan keterbukaan dan toleransi yang sangat tinggi, serta saling penyesuaian diri yang harmonis. Orang menikah bukan hanya mempersatukan diri, tetapi seluruh keluarga besarnya juga ikut. Wisnanto menyatakan bahwa proses pengenalan antar pa-

¹ Sawitri Supardi Sadarjoen, *Konflik Marital* (Bandung: PT. Refika ADITAMA, 2005).

² Hurlock, E.B, (*Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta, 1980)

sangan itu berlangsung hingga salah satu pasangan mati, dan dalam perkawinan terjadi proses pengembangan yang didasari oleh LOVE yaitu *Listen, Observe, Value dan Emphaty*.³

Peran penting dalam perkawinan dimainkan oleh hubungan interpersonal yang tentunya jauh lebih rumit bila dibandingkan dengan hubungan persahabatan atau bisnis. Makin banyak pengalaman dalam hubungan interpersonal antara pria dan wanita yang dimiliki seseorang, makin besar pengertian wawasan sosial yang telah mereka kembangkan, dan semakin besar kemauan mereka untuk bekerja sama dengan sesamanya, serta semakin baik mereka menyesuaikan diri satu sama lain dalam perkawinan. Lamanya masa pacaran sebelum menikah, tidak menentukan sukses tidaknya hubungan antar personal antara pasangan suami-istri. Ada pasangan yang hanya tiga bulan pacaran tetapi perkawinan mereka langgeng. Ada pula pasangan yang bertahun-tahun pacaran tetapi perkawinannya hanya bertahan beberapa bulan saja.

Tantangan di periode awal perkawinan adalah masa-masa perjuangan untuk memperoleh kebahagiaan dan keamanan hidup. Antara suami dan istri sama-sama bekerja keras untuk bisa memenuhi tuntutan hidup. Ini sangat bisa mengurangi kualitas kebersamaan sehingga akhirnya salah satu pihak merasa terabaikan.⁴ Ketika suami dan istri berikrar untuk menikah, berarti masing-masing 'mengikatkan diri' pada pasangan hidup. Kebebasan sebagai individu 'dikorbankan'. Perkawinan bukan sebuah titik akhir, tetapi sebuah perjalanan panjang untuk mencapai tujuan yang disepakati berdua.

Tiap pasangan harus terus belajar mengenai kehidupan bersama. Tiap pasangan juga harus kian menyiapkan mental untuk menerima kelebihan sekaligus kekurangan pasangannya dengan kontrol diri yang baik. Pentingnya penyesuaian dan tanggung jawab sebagai suami atau istri dalam sebuah perkawinan akan berdampak pada keberhasilan hidup berumah tangga. Keberhasilan dalam hal ini mempunyai pengaruh yang kuat terhadap adanya kepuasan hidup perkawinan, mencegah kekecewaan dan perasaan-perasaan bingung, sehingga memudahkan seseorang untuk menyesuaikan diri dalam kedudukannya sebagai suami atau istri dan kehidupan lain di luar rumah tangga⁵.

Usia awal perkawinan merupakan masa untuk menyesuaikan diri bagi setiap pasangan suami istri, di usia satu hingga dua tahun perkawinan merupakan masa penyesuaian diri yang paling penting bagi pasangan suami istri. Ma-

³ Wismento, B. (2005, 22 Agustus). *Kepuasan Perkawinan Diperoleh Dari Komitmen Perkawinan*. <http://www.unika.ac.id/warta/22082005.htm>. Diakses 28 Juni 2018

⁴ Hassan, R. (2004, 19 Juni). "Usia Lima Tahun Perkawinan Rawan?" <http://www.republika.co.id/Koran>. Diakses 28 Juni 2018

⁵ Hurlock, E.B, op. cit.

sa pengantin baru atau di usia satu hingga dua tahun perkawinan merupakan masa transisi yang sulit, yang mana setiap pasangan suami maupun istri harus meninggalkan keluarganya, kehilangan kebebasan, dan usia tiga hingga sepuluh tahun merupakan mulai menjalankan fungsinya sebagai pasangan dan akan mulai mengalami permasalahan di usia awal perkawinan⁶.

Tahun-tahun pertama perkawinan merupakan masa rawan, bahkan dapat disebut sebagai era kritis karena pengalaman bersama belum banyak. Periode awal perkawinan merupakan masa penyesuaian diri, dan krisis muncul saat pertama kali memasuki jenjang pernikahan. Pasangan suami istri harus banyak belajar tentang pasangan masing-masing dan diri sendiri yang mulai dihadapkan dengan berbagai masalah⁷. Dua kepribadian (suami maupun istri) saling menempa untuk dapat sesuai satu sama lain, dapat memberi dan menerima.

Penyesuaian perkawinan berdasarkan pembagian tugas rumah tangga antara suami istri. Wanita biasanya ditugaskan untuk mengurus rumah tangga, mengasuh dan merawat anak karena dianggap cocok bagi kondisi psikologis dan fisiologis. Laki-laki sebagai pemberi nafkah utama dan kepala keluarga yang harus dilayani dan dihormati oleh istri. Setiap suami maupun istri tentunya memiliki beberapa tugas yang sesuai dengan kapasitasnya. Namun, tidak semua pasangan mampu melakukan tugas tersebut dengan baik. Alasannya adalah karena dirinya terlalu sibuk dengan kegiatan atau aktivitas di luar rumah, seperti pekerjaan yang menumpuk, kegiatan rutin di luar rumah dan sebagainya. Sehingga, bila pasangan tiba di rumah maka masing-masing akan menyerahkan semua tugas dan tanggung jawabnya kepada salah satu pasangannya. Begitu pula dengan peran istri yang seharian berada di rumah merasa keberatan dengan sikap suaminya. Istri seringkali merasa sudah seharian penuh mengurus rumah tangga dan sebagai suami seharusnya wajib membantu mengurus rumah tangga⁸.

Setiap pasangan suami istri harus saling ikut serta dalam setiap perubahan yang terjadi melalui penyelesaian masalah demi masalah, khususnya perubahan dan perkembangan suasana dalam rumah tangga. Peneliti ingin menemukan bagaimana peran pasangan untuk menyelesaikan masalah demi ma-

⁶ Olson, D. H. and DeFrain, J. (*Marriage and Families*. Boston: Mc. Graw Hill, 2003)

⁷ Clinebell, H.J. & Clinebell, C.H. (2005). *The Intimate Marriage* (online).

Diakses tanggal 28 Juni 2018, dari <http://www.indomedia.com/bpost/032005/8/ragam/art-1.htm>.

⁸ Hoffman, L.W & Nye, I. (1974). *Husband- Wife Relationship dalam Working Mother*. California: Boss inc

salah yang dihadapinya terutama di fase-fase awal pernikahan⁹.

Secara global dari data BPS (Badan Pusat Statistik) yang dilakukan 10 Tahun sekali ada lebih dari 700 juta perempuan di Indonesia yang menikah sebelum usia 18 tahun, dan bahkan sekitar 250 juta di antaranya menikah sebelum 15 tahun. Di Indonesia sendiri, prevalensi perkawinan usia anak selama tahun 2008 hingga 2015 selalu menunjukkan penurunan. Data Susenas 2008-2015 mencatat pada tahun 2008, persentase perempuan pernah kawin usia 20-24 tahun yang menikah sebelum usia 18 tahun mencapai 27,4 persen. Pada tahun 2015, angka tersebut turun menjadi 23 persen (Merdeka.com).

Masalah yang terjadi pada biasanya karena dipicu oleh beberapa hal seperti masalah hubungan suami dan istri, hubungan orangtua dan anak yang kurang harmonis, masalah finansial (keuangan), hubungan dengan tetangga atau lingkungan, merasa tertekan hidup bersama mertua, hidup diikuti oleh saudara, tidak memiliki keturunan serta kejenuhan akan aktivitas yang dilakukannya sehari-hari dan terkadang berulang-ulang hingga akhirnya terkadang menimbulkan titik jenuh. Bentuk pengolahan masalah dari tekanan dan tuntutan-tuntutan yang dialami pasangan pernikahan dapat dilakukan dengan strategi *coping*. *Coping* merupakan suatu proses yang dibutuhkan sepanjang waktu dan bertujuan untuk menyelesaikan masalah, jika tidak ada perilaku *coping* maka akan semakin timbul konflik dalam pernikahan sehingga akan merusak hubungan pernikahan yang berujung perceraian.

Cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya yang dimiliki individu (*internal resources seperti personality traits dan coping methods*) dan *external resources* yang meliputi kesehatan fisik atau energi, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial dan dukungan sosial dan materi¹⁰. Strategi *coping* menyangkut berbagai upaya, baik secara mental (kognitif, emosi) maupun perilaku, untuk mengatasi atau menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan. Dengan melakukan strategi *coping* situasi yang penuh tekanan dapat dirasakan tidak lagi menekan. Dengan perkataan lain strategi coping digunakan oleh individu yang berusaha untuk menanggapi dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), dalam melakukan *coping* ada dua strategi yang dibedakan menjadi *Problem focused coping*, usaha mengatasi masalah dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan ling-

⁹ Gunarsa, S.D. (*Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1982

¹⁰ Taylor, S.E. (*Health Psychology* (fourth edition). NewYork: Mc Graw Hill Inc. 1999)

kungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan, yang kedua *Emotion focused coping* adalah usaha mengatasi stress dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan¹¹.

Individu melakukan focus problem coping jika ia menilai situasi yang dialaminya bisa diubah atau ia merasa situasi tersebut memiliki tingkat ancaman sedang biasanya akan menggunakan *Problem Focused Coping (PFC)*. Problem focused coping (PFC) merupakan strategi coping untuk menghadapi masalah secara langsung melalui tindakan yang ditujukan untuk menghilangkan atau mengubah sumber-sumber stres. *Problem focused coping* melibatkan beberapa aspek yakni: 1.) *Confrontative coping*; usaha mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang tinggi, dan pengambilan resiko. 2.) *Seeking social support*; yaitu menggambarkan banyaknya keterangan-keterangan yang berhasil dipelajari untuk di organisasikan menjadi bentuk pengetahuan tertentu yang berkaitan dengan masalah-masalah yang sedang dihadapi. 3.) *Planful problem solving*; usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan analitis. Pemilihan Strategi *Coping* setiap orang pun berbeda antara suami dan istri sesuai dengan kemampuan dan kepribadiannya¹².

Pada awal perkawinan juga dihadapkan beragam masalah. Masalah yang diakibatkan dari berturan-benturan kebiasaan satu sama lain dan kepribadian bawaan oleh masing-masing pasangan suami dan istri. Perkawinan tidak mengubah sepenuhnya kebiasaan-kebiasaan dan kepribadian masing-masing. Kepribadian merupakan salah satu factor yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan. Karena penyesuaian perkawinan meliputi proses adaptasi yang berusaha meyatukan dua individu dengan nilai-nilai, keyakinan, pengalaman serta karakteristik kepribadian yang saling berhubungan satu sama lain¹³.

Tipe kepribadian merupakan ciri, sifat dan karakter atau pola khusus dari tingkah laku individu yang dibedakan menjadi tipe kepribadian ekstrovert dan tipe kepribadian introvert. Tipe kepribadian *ektrovert* adalah salah satu dari tipe kepribadian manusia yang terlihat dalam beberapa sikap yaitu: bersikap positif terhadap masyarakat, hatinya terbuka, mudah bergaul, optimisme, hubungan dengan orang lain lancar dan tidak personal tentang dunia. Tipe kepribadian *introvert* adalah salah satu dari tipe kepribadian manusia yang terlihat dalam beberapa sikap yaitu: subjektif atau individual melihat sesuatu, ke-

¹¹ Lazarus, R.S., & Folkman, S. (*Stress, appraisal and coping*. New York; Springer Publishing Company Inc. 1984)

¹² Loc.cit

¹³ Hurlock, Op. cit.

pasifan, tidak berjiwa sosial, penuh pemeliharaan, berpikir mendalam, pesimis.

Tipe kepribadian extrovert lebih banyak menggunakan *coping* yang berfokus pada masalah pada individu yakin dengan sumber daya yang dimiliki dan menilai situasi yang dihadapinya dapat dikendalikan dan diatasi. Sehingga dalam menghadapi masalah rumah tangga yang lebih konkrit atau mengatasi masalahnya secara langsung maka individu cenderung akan menggunakan *problem focus coping*¹⁴.

Dalam menghadapi masalah individu yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert akan melakukan sesuatu dengan lebih konkrit dan individu yakin dengan sumber daya yang dimiliki dan menilai situasi dengan optimis bahwa masalah yang dihadapinya dapat dikendalikan dan diatasi. Individu dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung tegas dalam mengambil keputusan, dan tidak segan-segan untuk menempatkan dirinya dalam posisi kepemimpinan. selalu menunjukkan sikap yang aktif terhadap perubahan keadaan.

Dalam hasil studi penelitian yang dilakukan (Sa'diah, Siti. S, 2010) didapatkan Ada perbedaan strategi *coping* yang sangat signifikan dalam mengatasi masalah dengan strategi *coping* ditinjau dari tipe kepribadian. Dimana seseorang yang bertipe kepribadian *ekstrovert* dalam mengatasi masalah lebih menggunakan strategi koping yang berfokus pada masalah (*problem focus coping*), sedangkan seseorang yang bertipe kepribadian introvert menggunakan strategi koping yang berfokus pada emosi.

Penelitian ini memiliki batasan masalah yaitu menghubungkan antara *problem focus coping* dan tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada istri di periode awal perkawinan. Lebih lanjut peneliti juga membatasi subyek penelitian pada pasangan di periode awal perkawinan.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas, rumusan masalah dalam penelitian yaitu; 1) Apakah ada hubungan antara *problem focus coping* dan tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. 2) Apakah ada hubungan antara *problem focus coping* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. 3) Apakah ada hubungan antara tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan.

Penelitian ini berfokus pada pengujian hubungan antara *problem focus cop-*

¹⁴ Zanden, J, W dan Vonder (1997). *Human Development* (6th edition). New York: Mc. Graw Hill.

ing dan tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada istri di periode awal perkawinan. Kerentanan konflik bisa terjadi jika adanya perbedaan karakteristik antara suami dan istri dapat mempengaruhi perbedaan keduanya dalam menghadapi penyesuaian perkawinan. Dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *problem focus coping* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan dan untuk menguji hubungan antara tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan.

Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara *problem focus coping* dan tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara *problem focus coping* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan.

Tinjauan Pustaka

Penyesuaian Perkawinan

Penyesuaian Perkawinan adalah sebagai proses adaptasi antara suami dan istri, dimana suami dan istri tersebut dapat mencegah terjadinya konflik dan menyelesaikan konflik dengan baik melalui proses penyesuaian diri. penyesuaian perkawinan adalah suatu proses dimana dua orang yang memasuki tahap perkawinan dan mulai membiasakan diri dengan situasi baru sebagai suami istri yang saling menyesuaikan dengan kepribadian, lingkungan, kehidupan keluarga, dan saling mengakomodasikan kebutuhan, keinginan dan harapan, serta saling menyesuaikan diri di beberapa aspek perkawinan untuk mencapai kepuasan dalam perkawinan¹⁵.

Penyesuaian pada pasangan suami istri merupakan hal yang penting dalam perkawinan. Penyesuaian dalam perkawinan akan berjalan terus sejalan dengan perubahan yang terjadi, baik dalam keluarga maupun dalam lingkungan. Perlu usaha bersama pasangan untuk mengabadikan perkawinan terutama dalam pembinaan keluarga sehat. Keluarga yang sehat akan mampu menghadapi tantangan yang tidak ada hentinya, baik tantangan positif maupun negatif. Upaya mengabadikan perkawinan ini bisa berkembang dengan baik jika diikuti dengan kemampuan komunikasi yang sehat dalam keluarga,

¹⁵ Hurlock, E.B, (*Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta, 1980)

baik antara suami-istri.

Karakteristik Penyesuaian Diri dalam Perkawinan

Menurut Haber dan Runyon ada beberapa karakteristik penyesuaian diri yang baik yang harus dimiliki oleh seseorang, yaitu¹⁶:

- a. Memiliki Persepsi yang Akurat terhadap Realitas atau Kenyataan (*Accurate Perception of Reality*) Persepsi yang dimiliki individu biasanya diwarnai dengan keinginan dan motivasinya. Hanya pada saat-saat tertentu individu dapat melihat dan mendengar apa yang benar-benar dilihat dan didengar. Sehubungan dengan persepsi yang akurat terhadap kenyataan, aspek yang terpenting adalah kemampuan individu untuk mengenali konsekuensi dari tindakannya dan mengarahkan tingkah lakunya.
- b. Mampu Mengatasi atau Menangani Stres dan Kecemasan (*Ability to Cope with Stress and Anxiety*) Di dalam kehidupan, individu sering menghadapi berbagai macam masalah. Masalah-masalah tersebut ada yang dapat diatasi, namun ada juga yang tidak berhasil ditangani dengan baik. Masalah yang tidak terselesaikan akan menimbulkan rasa kecewa, stres, kecemasan bahkan rasa tidak bahagia dalam diri individu.
- c. Memiliki Citra Diri yang Positif (*A Positive Self Image*) Banyak psikolog sepakat bahwa persepsi diri seseorang itu merupakan indikator dari kualitas penyesuaian dirinya.
- d. Mampu untuk Mengekspresikan Perasaan (*Ability to Express Feeling*) Penyesuaian diri yang sehat dilandasi dengan kontrol diri yang baik, yaitu tidak mengontrol diri secara berlebihan namun juga bukan berarti lepas kontrol sama sekali.
- e. Memiliki Hubungan Interpersonal yang Baik (*Good Interpersonal Relation*) Orang yang penyesuaian dirinya efektif, mampu untuk mencapai tingkat keakraban (*intimacy*) yang cocok dalam hubungan sosialnya. Mereka biasanya kompeten dan selalu merasa nyaman ketika berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, mereka pun akan membuat orang lain merasa nyaman ketika ia ada bersamanya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah individu dengan keterbatasan, kemampuan serta kepribadiannya untuk bereaksi terhadap lingkungan dengan cara yang matang, efisien, bermanfaat dan memuaskan. Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik dengan memiliki beberapa karakteristik di antara dengan memiliki persepsi yang akurat terhadap realitas, mampu menga-

¹⁶ Haber, A. & Runyon, R.P. (*Psychology of Adjustment*. Illinois: Dorrsey Press. 1984)

tasi kecemasan, memiliki citra diri yang positif, mampu mengekspresikan perasaan, dan memiliki hubungan interpersonal yang baik. Sedangkan individu yang memiliki penyesuaian diri yang tidak baik adalah mereka yang tidak mampu mengatasi konflik yang dimilikinya sehingga menimbulkan perasaan frustrasi pada dirinya.

Tahap – Tahap Perkawinan.

Kurdek & Smith menyatakan bahwa ada tiga tahap yang dilalui pasangan suami-istri dalam usaha membangun pernikahan mereka, yaitu¹⁷ :

- a. Fase *Blending* yang terjadi pada tahun pertama. Suami dan istri belajar hidup bersama dan memahami bahwa mereka saling tergantung sehingga perbuatan seseorang akan mempunyai konsekuensi terhadap yang lain.
- b. Fase *Nesting* yang terjadi antara tahun kedua dan ketiga. Suami dan istri mengeksplorasi batas-batas kecocokan mereka sehingga mulai timbul konflik-konflik dalam pernikahan.
- c. Fase *Maintaining* biasanya dimulai setelah tahun keempat. Pada fase ini tradisi sudah mulai terbentuk dan konflik yang muncul pada fase sebelumnya biasanya

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan

Terdapat berbagai macam faktor yang mempengaruhi keberhasilan pasangan suami istri melakukan penyesuaian perkawinan¹⁸. Dari sekian banyak faktor pendukung itu, diantaranya adalah:

- a. Menginginkan kebahagiaan suami istri dalam perkawinan serta menjaga hubungan baik dalam keluarga terutama anak-anak mereka;
- b. Kesiediaan masing-masing pasangan untuk saling memberi dan menerima cinta dengan memberikan perhatian-perhatian kecil, berusaha meluangkan waktu untuk menikmati kebersamaan dengan keluarga;
- c. Cara mengekspresikan afeksinya pada pasangan, entah itu mengungkapkan rasa sayang secara verbal, mempunyai 'panggilan khusus' pada pasangan atau lewat tindakan seperti membantu mengerjakan tugas rumah tangga. Menurutnya, ekspresi afeksi ini berbeda ketika masa pacaran. Ketika pacaran, masing-masing pasangan samasama tertutup dan segan untuk terbuka mengenai perasaannya, tetapi setelah menikah mereka lebih terbuka untuk mengungkapkan perasaan;
- d. Pasangan lebih menanamkan rasa toleransi, kerukunan, menghormati,

¹⁷ Hoffman, L.W & Nye, I. (*Husband- Wife Relationship dalam Working Mother*. California: Boss inc. 1974)

¹⁸ Hurlock, E.B. loc. cit.

menghargai serta memahami pada masing-masing pasangan. Perbedaan agama dalam pernikahan tidak menjadikan mereka terlibat dalam konflik yang berkepanjangan. Masing-masing pasangan menyadari kapasitas dan peran yang harus dijalankan dalam rumah tangga serta tidak memaksakan kehendak masing-masing;

- e. Pasangan menerapkan sikap saling terbuka diantara mereka mengenai hal sekecil apapun terutama menyangkut anak-anak. Bahkan saling kerja sama dalam rumah tangga mereka tanamkan, menjaga kualitas kebersamaan dengan anak-anaknya;
- f. selalu menanamkan rasa cinta. Tidak terpikir oleh pihak istri saat itu bahwa calon suaminya mempunyai istri selain dirinya. Pasangan ini tetap melangsungkan pernikahan karena didasari rasa cinta yang dalam.

Selain faktor yang mendukung penyesuaian perkawinan, ada juga faktor yang menurut peneliti sebagai penghambat penyesuaian perkawinan. Beberapa faktor penghambat dalam penyesuaian perkawinan itu diantaranya:

- a. Tidak bisa menerima perubahan sifat dan kebiasaan pasangan sejak awal pernikahan;
- b. Begitu juga dengan masalah yang terjadi diantara mereka. Salah satu pasangan merasa pasangannya tidak mampu menyelesaikan masalah dan tidak ada inisiatif untuk menyelesaikannya;
- c. Pembagian tugas dalam rumah tangga yang tidak saling menerima tugas tersebut. Pembagian tugas itu bisa berhubungan dengan kepengurusan anak, pengaturan keuangan dan kadan campur tangan keluarga pasangan;
- d. Adanya campur tangan keluarga yang sangat kuat dalam perkawinan;
- e. Kembalinya pasangan saling mengukuhkan pendapat dan pemikirannya seperti sebelum menikah misalnya dalam hal keyakinan agama.

Kriteria keberhasilan penyesuaian perkawinan dari untuk mengungkapkan gambaran penyesuaian perkawinan pada pasangan yaitu¹⁹:

- a. *Dyadic consensus* atau kesepakatan hubungan adalah kesepahaman atau kesepakatan antar pasangan dalam berbagai masalah dalam perkawinan seperti keuangan, rekreasi, keagamaan.
- b. *Dyadic cohesion* atau kedekatan hubungan adalah kebersamaan atau kedekatan, yang menunjukkan seberapa banyak pasangan melakukan berbagai kegiatan secara bersama-sama dan menikmati kebersamaan yang ada
- c. *Satisfaction* atau kepuasan hubungan adalah derajat kepuasan dalam hu-

¹⁹ Pouty, A. M., Markowski, Edward. Mel., & Barnes, Howard. L. (2000). Using The Dyadic Adjusment In Marital Therapy: An Exploratory Study. *The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families* , Vol 8 No 3, 250-257.

bungan.

- d. *Affectional expression* atau ekspresi afeksi adalah kesepahaman dalam menyatakan perasaan dan hubungan seks maupun masalah yang ada mengenai hal-hal tersebut.

Strategi Coping Stress

Stres (*Stress*) dalam kamus psikologi (Reber, A. S, 2010) mengartikan bahwa Stress adalah satu keadaan tertekan baik secara fisik maupun psikologis, sedangkan Stressor yaitu sesuatu yang menghasilkan tekanan (*stress*) psikologis atau fisiologis²⁰. Respon terhadap stres pada manusia sangat terpersonalisasikan dan bervariasi bagi setiap orang bahkan pada individu pada saat yang berbeda-beda. Gejala stress terjadi setiap hari, karena itu banyak orang yang mengabaikan dan menganggapnya sebagai hal yang biasa. Salah satu teori stres yang paling populer menyatakan bahwa individu yang toleran terhadap stress memiliki sikap hidup yang terkendali. Di lain pihak individu yang mengalami stress merasa tidak berdaya terhadap peristiwa-peristiwa yang ada disekitarnya, jika tidak diatasi maka akan berdampak negatif²¹.

Stressor berbeda pada setiap individu, tergantung pada situasi dan kondisi yang sedang dihadapinya. Hal ini dikarenakan suatu situasi yang dianggap keadaan yang menyebabkan stress tergantung pada bagaimana cara individu menerima dan menginterpretasikan kejadian tersebut. *Stressor* tidak hanya bervariasi antar individu, tetapi juga inter individu. Oleh karena itu, seseorang dapat mengalami tingkat stres yang berbeda walaupun *stressor*-nya sama (Fieldman, 1989)²². Faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi coping diantaranya adalah (Taylor, 1999):

- a.) Kesehatan Fisik.
- b) Keyakinan atau pandangan positif.
- c) Keterampilan Memecahkan masalah;
- d) Keterampilan sosial;
- e) Dukungan sosial;
- f) Materi²³

Ketika seseorang menghadapi suatu masalah mereka akan melakukan

²⁰ Sitanggang, H. (1994). *Kamus Psikologi*, Bandung : Armico

²¹ Goliszek, A. (*Manajemen Stress*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer, Kelompok Gramedia. 2005)

²² Fieldman, R.S (*Adjustmen applying psychology in a complex world*. (international ed.) Singapore: Mc-Graw- Hill Book Co. 1989)

²³ Taylor, S.E. (*Health Psychology* (fourth edition). New York: Mc Graw Hill Inc. 1999)

upaya-upaya untuk mengatasi masalah. Hal ini dikenal dengan istilah *coping stress*. *Coping Stress* adalah suatu tindakan merubah kognitif secara konstan dan merupakan suatu usaha tingkah laku untuk mengatasi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu. *Coping* dipandang sebagai suatu usaha untuk mengatasi situasi tertekan, tanpa memperhatikan akibat dari tekanan tersebut. Namun coping bukan merupakan suatu usaha untuk menguasai seluruh situasi menekan, karena tidak semua situasi tersebut dapat benar-benar dikuasai. *Coping* yang efektif untuk dilakukan adalah yang membantu seseorang untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan dan tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya²⁴. Lazarus dan Folkman Kemudian membagi menjadi dua tipe coping Stress, yakni :

Strategi Coping (Coping Strategies)

Dua jenis coping, yaitu berorientasi pada permasalahan (*problem-solving focused*) dan berorientasi pada emosi (*emotion focused*). *Problem-focused coping* adalah strategi *coping* aktif yang digunakan untuk mengurangi kecemasan dengan menghadapi situasi atau masalah sebenarnya. *Emotion-focused coping* adalah strategi coping aktif secara emosi dan kognitif (menggunakan perasaan dan pikiran) ketika masalah atau peristiwa yang membuat stres muncul. Hal ini dilakukan untuk mengurangi kecemasan (emosi) seseorang terkait dengan situasi yang terjadi. Bentuk dari *emotion-focused coping* ini seperti menjaga jarak, menghindar, dan melarikan diri (Pervin, 1996; Posella, 2006). Kedua strategi *coping* akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Berorientasi pada Permasalahan (*Problem-Solving Focused*)

a) *Confrontive coping*

Merupakan suatu usaha untuk menghadapi masalah secara langsung dalam mengubah situasi, termasuk dengan cara mengambil resiko. Individu melakukannya dengan cara bertahan pada apa yang diinginkan.

b) *Planful problem solving*

Memusatkan usaha pada masalah dengan hati-hati untuk mengatasi situasi yang menekan. Langkah lainnya dalam strategi ini adalah membuat perencanaan dari hal-hal yang akan dilakukan untuk mengatasi masalah dan menjalankan rencana tersebut.

c) *Seeking social support*

Suatu usaha mencari nasihat, informasi, atau dukungan emosional pa-

²⁴ Lazarus, R.S., & Folkman, S. (*Stress, appraisal and coping*. New York; Springer Publishing Company Inc. 1984)

da lingkungan sosial di sekelilingnya. Caranya meminta pendapat orang lain terkait pemecahan masalah yang dihadapinya.

2. Berorientasi pada emosi (*Emotion Focused*)

a) *Distancing*

Usaha yang bertujuan untuk menjaga jarak antara diri sendiri dengan masalah yang dihadapi dan bertindak laku mengabaikan masalah tersebut. Individu dengan kondisi seperti ini berusaha menolak atau larut dalam masalah, dan menganggapnya seakan tidak pernah terjadi sesuatu.

b) *Self control*

Usaha yang dilakukan oleh individu untuk mengatur perasaan-perasaan tersebut dengan cara menyimpannya. Individu akan berusaha menyimpan keadaan atau masalah yang sedang dihadapi agar orang lain tidak tahu

c) *Accepting responsibility*

Usaha strategis yang pasif dimana individu mengakui atau menerima dirinya memiliki peran dalam masalah tersebut. Individu akan mengkritisi diri sendiri apabila sedang menghadapi masalah dan ia merasa dirinya yang bertanggung jawab.

d) *Escape avoidance*

Strategi berupa perilaku menghindar atau melarikan diri dari masalah dan situasi stres dengan cara berkhayal atau berangan-angan juga dengan cara makan, minum, merokok, menggunakan obat-obatan. Individu berharap dengan strategi tersebut situasi buruk akan segera berlalu.

e) *Positive reappraisal*

Usaha-usaha untuk menemukan makna yang positif dari masalah atau situasi menekan yang dihadapi, dan dari situasi tersebut individu akan berusaha menemukan suatu keyakinan baru yang difokuskan pada pertumbuhan pribadi.

f) *Seeking social support*

Strategi yang dipakai individu untuk mendapatkan simpati dan pengertian orang lain.

Tipe Kepribadian

1) Macam-macam Kepribadian

Tipe kepribadian adalah perilaku seseorang yang terbentuk dari proses belajar dari pengalaman masa lalu dan tujuan masa depan (dalam Alwisol,

2004). Kepribadian Extrovert-Introvert Menurut Eysenck “pembedaan tipe kepribadian extrovert-introvert adalah didasarkan pada perbedaan respons-respons, kebiasaan-kebiasaan, dan sifat-sifat yang ditampilkan oleh individu dalam melakukan relasi interpersonal. Tipe kepribadian menjelaskan posisi kecenderungan individu sehubungan dengan reaksi atau tingkah lakunya. Pembagian extrovert-introvert dipandang sebagai dua kutub yang membentuk skala sikap kontinum”. Eysenck membedakan kedua kecenderungan tipe kepribadian extrovert-introvert. berdasarkan komponen-komponennya sebagai berikut²⁵:

- 1) Social activity. Banyaknya energi yang dikeluarkan dan intensitas seseorang dalam konteks sosial, waktu yang digunakan untuk pergaulan sosial, dan banyak sedikitnya ia berbicara
- 2) Social facility Keterampilan sosial dan interpersonal, kualitas kepemimpinan, dominasi, dan keterampilan berbicara yang dimiliki individu
- 3) Impulsiveness (risk talking and adventure sameness).
- 4) Spontanitas dan fleksibilitas dalam perilaku sosial, perbedaan hambatan sosial, dan pengendalian diri.
- 5) Non introspective tendencies Preferensi dalam bertindak objektif dan reflectiveness (introspeksi diri dan pengungkapan diri).

Ciri-Ciri Kepribadian Extrovert-Introvert (Eysenck & Wilson, 1975):

- Aktifitas (*Activity*)
Activity (kegiatan) adalah tindakan atau perilaku yang dapat mengarah pada tujuan tertentu yang dapat diamati secara nyata.
- Pergaulan (*Sociality*)
Pergaulan merupakan proses interaksi sosial yang dterjalin antara individu dalam lingkungan sosialnya.
- Keberanian Mengambil Resiko (*Risk Thinking*)
Suatu tindakan pengambilan keputusan yang memiliki resiko
- Penurunan dorongan Internal (*Impulsiveness*)
Suatu bentuk reaksi perilaku yang dilakukan tanpa berpikir tanpa refleksi, tanpa pertimbangan atau tidak berpikir panjang secara cukup sehingga tidak mampu menahan untuk merespon balik.
- Pernyataan Perasaan (*Expressiveness*)
Suatu pengungkapan perasaan yang dilakukan oleh individu untuk menunjukkan apa yang dirasakan kepada orang lain seperti sedih, senang, kecewa dan marah.

²⁵ Eysenck, H. J. (*Personality: Theory and Research*. Canada: John Wiley and Sons, Inc. 1970)

- Kedalaman berpikir (*Reflectiveness*)
Suatu pemikiran secara mendalam dalam melakukan tindakan.
- Tanggung jawab (*Responsibility*)
Suatu rasa tanggung jawab individu untuk bertindak di situasi tertentu untuk bertanggung jawab akan tindakan yang diambil individu tersebut.

Eysenck mengemukakan bahwa seseorang yang ekstrovert dikenal memiliki kepribadian optimis, terbuka, senang bergaul, aktif, riang, mempunyai banyak teman, cenderung agresif, mudah kehilangan kesabaran, kurang dapat mengontrol perasaannya dengan baik dan impulsif. Introvert adalah kebalikan dari ekstrovert, yaitu pendiam, terkontrol, berhati-hati, introspektif, reaktif, jarang berperilaku agresif, tidak mudah hilang kesabaran, tidak menyukai pengambilan keputusan yang impulsif, dan lebih menyukai kehidupan yang teratur daripada kehidupan yang penuh tantangan dan resiko (Pervin & John, 1997; Abidin & Suyasa, 2003).

Kepribadian *extrovert* menurut Bakker Dkk. Tipe kepribadian *extrovert* merupakan dimensi yang menyangkut hubungannya dengan perilaku suatu individu khususnya dalam hal kemampuan mereka dalam menjalin hubungan dengan dunia luarnya. Karakteristik kepribadian ini dapat dilihat melalui luasnya hubungan suatu individu dengan lingkungan sekitar mereka dan sejauhmana kemampuan mereka dalam menjalin hubungan dengan individu yang lain khususnya ketika berada di lingkungan yang baru²⁶.

Pada pribadi *ekstrovert* menurut Bakker, dkk akan ditunjukkan melalui sikapnya yang hangat, ramah, penuh kasih sayang, serta selalu menunjukkan keakraban terutama pada orang yang telah ia kenal. Mereka kerap memiliki ketertarikan yang tinggi dalam bergaul dan untuk bergabung dalam kelompok-kelompok sosial. Individu dengan tipe kepribadian *extrovert* cenderung tegas dalam mengambil keputusan serta tidak segan-segan untuk menempatkan dirinya dalam posisi kepemimpinan. Mereka selalu menunjukkan sikap yang aktif terhadap perubahan keadaan dan selalu membutuhkan suasana yang mampu membuatnya gembira sehingga sikapnya cenderung periang terutama dalam mengapresiasi emosi mereka. Adapun lawan dari tipe kepribadian ekstrovert adalah tipe kepribadian *introvert*²⁷.

Tipe kepribadian *introvert* ditunjukkan melalui rendahnya kemampuan individu dalam menjalin hubungan dengan lingkungan sosial mereka. Hal ini dapat dilihat melalui terbatasnya hubungan mereka dengan lingkungan di se-

²⁶ Suryabrata, Sumadi. (*Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada. 2006)

²⁷ *ibid.*

kitarnya. Sikap dan perilaku mereka cenderung formal, pendiam dan tidak ramah. Dalam mengapresiasi emosi pada kondisi yang bahagiapun ia akan tampak tenang dan menunjukkan ekspresi yang datar dan tidak berlebihan. Mereka jarang sekali menunjukkan ketertarikan pada aktifitas-aktifitas yang melibatkan kelompok dalam lingkungan sosial. Orang *introvert* memiliki sikap yang cenderung menyerah pada keadaan dan tertinggal dalam mengikuti perkembangan keadaan.

Hubungan antara Problem Focus Coping dan Tipe Kepribadian Extrovert dengan Penyesuaian Perkawinan pada Pasangan di Periode awal perkawinan

Usia awal perkawinan merupakan masa untuk menyesuaikan diri bagi setiap pasangan suami istri, di usia satu hingga dua tahun perkawinan merupakan masa penyesuaian diri yang paling penting bagi pasangan suami istri yang mana setiap pasangan suami maupun istri harus meninggalkan keluarganya, kehilangan kebebasan, dan mulai menjalankan fungsinya sebagai pasangan dan akan mulai mengalami permasalahan dalam perkawinannya. Penyesuaian perkawinan memiliki kerentanan konflik dalam rumah tangga pada pasangan periode awal.

Ketika suatu perkawinan sering diwarnai pertengkaran, merasa tidak bahagia, atau masalah lainnya seringkali terpikir untuk mengakhiri pernikahan tersebut. Perceraian dapat diartikan sebagai suatu tindakan terakhir dari penyesuaian perkawinan yang buruk dan terjadi bila suami istri sudah tidak mampu lagi mencari cara untuk menyelesaikan masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak²⁸. Adanya ketidaksetiaan, persoalan salah satu pasangan ataupun keduanya selalu berada di luar rumah sehingga tidak mempunyai waktu yang cukup untuk berinteraksi dengan keluarga sehingga menimbulkan konflik. Berdasarkan ciri pembawaan seorang individu maupun disebabkan oleh tingkah laku ataupun perbuatan dari masing-masing pasangannya dapat membentuk kemampuan pasangan suami istri mengatasi berbagai masalah dalam perkawinannya.

Menurut Bodenmann (1998) dalam Baron dan Byrne (2005) laki-laki lebih cenderung untuk menghindari berbicara mengenai konflik daripada perempuan, namun hal ini juga bukan solusi yang memuaskan anatar pasangan. Ketika konflik dan ketidaksetujuan muncul dalam suatu hubungan, sering kali hal-hal ini berkembang menjadi suatu konteks dengan fokus interaksinya adalah mana yang benar dan mana yang salah atau mana yang menang dan mana

²⁸ Hurlock, E.B. (*Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta. 1980)

yang kalah.

Cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya yang dimiliki individu dengan menggunakan strategi *Coping*. Strategi *coping* dibedakan menjadi dua. Pertama *Problem focused coping*, yaitu usaha mengatasi masalah dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan. Yang kedua *Emotion focused coping* adalah usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan. Kemampuan untuk mengatasi masalah yang dialami pasangan dalam rumah tangga pasti berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya sesuai dengan kepribadiannya dan dalam pemilihan strategi coping pun berbeda-beda pula sesuai dengan situasi.

Pada awal perkawinan juga dihadapkan beragam masalah. Masalah yang diakibatkan dari berturan-benturan kebiasaan satu sama lain dan kepribadian bawaan oleh masing-masing pasangan suami dan istri. Perkawinan tidak mengubah sepenuhnya kebiasaan-kebiasaan dan kepribadian masing-masing. Kepribadian merupakan salah satu factor yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan. Karena penyesuaian perkawinan meliputi proses adaptasi yang berusaha meyatukan dua individu dengan nilai-nilai, keyakinan, pengalaman serta karakteristik kepribadian yang saling berhubungan satu sama lain²⁹.

Sifat-sifat kepribadian yang berbeda akan mempengaruhi perbedaan masing-masing individu dalam hal menilai, menerima, memahami pasangannya, serta menyikapi setiap masalah yang terjadi dalam kehidupan perkawinannya. Jika perbedaan kepribadian tidak benar-benar dipahami maka akan menimbulkan ketidaksesuaian dalam hubungan perkawinan.

Tipe kepribadian ada dua yaitu tipe kepribadian extrovert dan introvert. Tipe kepribadian ekstrovert dalam menghadapi masalah individu akan melakukan sesuatu dengan menilai situasi dengan optimis bahwa masalah yang dihadapinya dapat dikendalikan dan diatasi. Individu dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung tegas dalam mengambil keputusan, dan tidak segan-segan untuk menempatkan dirinya dalam posisi kepemimpinan. selalu menunjukkan sikap yang aktif terhadap perubahan keadaan. Namun berbeda dengan tipe kepribadian introvert yang melakukan sesuatu dengan sebaliknya. Perbedaan dalam kepribadian ekstrovert dan introvert ini mempengaruhi cara orang dalam menghadapi situasi sekitar secara berbeda.

²⁹ Hurlock, E.B. (*Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta. 1980)

Hipotesis

1. Ada hubungan antara *problem focus coping* dan tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan.
2. Ada hubungan antara *problem focus coping* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan.
3. Ada hubungan antara tipe kepribadian *extrovert* dalam penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan.

Subjek Penelitian

Subjek dari penelitian ini adalah pasangan suami dan istri yang sudah menikah di periode awal pernikahan (<10 tahun). Sampel diambil dengan metode *purposive sampling*. Adapun karakteristik sebagai berikut:

1. Pasangan Suami dan Istri (Status Menikah)
2. Pernikahan monogami,
3. Usia pernikahan dibawah 10 tahun (Periode Awal Pernikahan)
4. Individu dewasa awal usia 18-40 tahun.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Uji Hipotesis

Uji hubungan yang ingin diteliti dalam penelitian ini adalah Hubungan antara *Problem Focus Coping* dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di Periode awal Perkawinan. dan Hubungan antara Tipe Kepribadian Extrovert dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di Periode awal Perkawinan. Dikatakan terdapat ada hubungan yang signifikan antar variabel apabila pada *output Spearman* menunjukkan nilai korelasinya signifikansi > 0.5 maka korelasi antar variabel dikatakan memiliki hubungan dan sebaliknya jika pada *output Spearman* menunjukkan nilai korelasinya signifikansi < 0.5 maka korelasi antar variabel dikatakan tidak

Hasil menunjukkan bahwa Ada Hubungan yang signifikan antara Penyesuaian Perkawinan dengan *Problem Focus Coping* dengan nilai $p= 0.565$, $sig= 0.000$.

Penyesuaian Perkawinan dengan Tipe Kepribadian Extrovert menunjukkan bahwa tidak ada Hubungan yang signifikan dengan nilai $p= -0,143$, $sig= 0.231$.

Dari data gambaran subjek pada skala Penyesuaian Perkawinan di dapatkan hasil 72 suami dan istri. Pada penyesuaian perkawinan suami dan istri dapat disimpulkan bahwa penyesuaian perkawinan suami dan istri cukup baik. Hal ini terlihat dengan hasil penyesuaian perkawinan yang tinggi pada

suami didapatkan 30 subjek (41,7%) dan penyesuaian perkawinan pada istri didapatkan 37 subjek (51,5%). Dapat disimpulkan bahwa suami dan istri sering digunakan dalam penyelesaian masalah dalam perkawinannya dengan *Problem Focus Coping*, total 36 responden (50,1%). Dapat disimpulkan bahwa dominasi tipe kepribadian extrovert cenderung sedang pada suami 16 subjek (22,2%) dan istri 17 subjek (23,6%). Sedangkan tipe kepribadian extrovert yang tinggi pada suami 7 subjek (9,7%) dan pada istri 11 subjek (15,3%), namun tidak berbeda jauh dengan tipe kepribadian extrovert yang rendah pada suami didapatkan 10 subjek (13,9%) dan pada istri 11 subjek (15,3%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tipe kepribadian di dominasi tipe kepribadian extrovert yang sedang. Gambaran pada penyesuaian perkawinan suami dan istri dapat disimpulkan bahwa penyesuaian perkawinan suami dan istri cukup baik. Gambaran dalam penyelesaian masalah dalam perkawinannya suami dan istri juga cenderung menggunakan *Problem Focus Coping* yang di dominasi tipe kepribadian extrovert yang sedang.

Pembahasan

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan hipotesis 1 yang diajukan oleh peneliti yaitu tidak ada hubungan antara *Problem Focus Coping* dan tipe kepribadian dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan. Hal ini tidak sejalan dengan teori Zanden, bahwa tipe kepribadian extrovert lebih banyak menggunakan coping yang berfokus pada masalah pada individu yakin dengan sumber daya yang dimiliki dan menilai situasi / masalah yang dihadapinya dapat dikendalikan dan diatasi. Dalam menghadapi masalah individu yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert akan melakukan sesuatu dengan lebih konkrit dan individu yakin dengan sumber daya yang dimiliki dan menilai situasi dengan optimis bahwa masalah yang dihadapinya dapat dikendalikan dan diatasi sehingga selalu menunjukkan sikap yang aktif terhadap perubahan keadaan³⁰.

Dari data gambaran penelitian ini dilihat dari penyesuaian perkawinan suami dan istri dapat disimpulkan bahwa penyesuaian perkawinan suami dan istri cukup baik. hal ini didukung dengan penelitian Mahabella, P.H yang menyebutkan bahwa ada perbedaan karakteristik antara suami dan istri dapat mempengaruhi perbedaan keduanya dalam menghadapi penyesuaian perkawinan. Sedangkan dalam penyelesaian masalah dalam penyesuaian perkawinannya suami dan istri juga cenderung menggunakan *Problem Focus Coping*

³⁰ Zanden, J, W dan Vonder (*Human Development* (6th edition). New York: Mc. Graw Hill. 1997)

dan tipe kepribadian yang di dominasi tipe kepribadian extrovert yang sedang hingga tinggi. Kemampuan untuk mengatasi masalah yang dialami pasangan dalam rumah tangga pasti berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya sesuai dengan kepribadiannya dan dalam pemilihan strategi coping yang berbeda-beda pula sesuai dengan situasi, ada yang memilih menggunakan coping yang terpusat pada emosi (*emotion focused coping*) atau ada yang memilih menggunakan coping yang terpusat pada masalah (*problem focused coping*)³¹.

1. Uji Hipotesis 2

(Apakah ada Hubungan antara Penyesuaian Perkawinan dengan *Problem Focus Coping*)

Hasil menunjukkan bahwa Ada hubungan penyesuaian perkawinan yang signifikan dengan *Problem Focus Coping* dengan nilai $p= 0.565$, $sig= 0.01$. Usia awal perkawinan merupakan masa untuk menyesuaikan diri bagi setiap pasangan suami istri, di usia satu hingga dua tahun perkawinan merupakan masa penyesuaian diri yang paling penting bagi pasangan suami istri yang mana setiap pasangan suami maupun istri harus meninggalkan keluarganya, kehilangan kebebasan, dan mulai menjalankan fungsinya sebagai pasangan dan akan mulai mengalami permasalahan dalam perkawinannya.

Penyesuaian perkawinan memiliki kerentanan konflik dalam rumah tangga pada pasangan periode awal. Ketika suatu perkawinan sering diwarnai pertengkaran, merasa tidak bahagia, atau masalah lainnya seringkali terpikir untuk mengakhiri pernikahan tersebut. Perceraian dapat diartikan sebagai suatu tindakan terakhir dari penyesuaian perkawinan yang buruk dan terjadi bila suami istri sudah tidak mampu lagi mencari cara untuk menyelesaikan masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak³². Adanya ketidaksetiaan, persoalan salah satu pasangan ataupun keduanya selalu berada di luar rumah sehingga tidak mempunyai waktu yang cukup untuk berinteraksi dengan keluarga sehingga menimbulkan konflik. Berdasarkan ciri pembawaan seorang individu maupun disebabkan oleh tingkah laku ataupun perbuatan dari masing-masing pasangannya dapat membentuk kemampuan pasangan suami istri mengatasi berbagai masalah dalam perkawinannya.

Menurut Bodenmann (1998) dalam Baron dan Byrne (2005) laki-laki lebih cenderung untuk menghindari berbicara mengenai konflik daripada perempuan, namun hal ini juga bukan solusi yang memuaskan antar pasangan. Keti-

³¹ Mahabella, P. H (2014). Perbedaan Penyesuaian Perkawinan antara Suami dan Istri yang Menikah pada Usia Remaja Akhir di Surabaya. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Psikologi Universitas Airlangga . Vol. 3 - No. 3 / 2014-12.

³² Hurlock, E.B. (*Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta. 1980)

ka konflik dan ketidaksetujuan muncul dalam suatu hubungan, sering kali hal-hal ini berkembang menjadi suatu konteks dengan fokus interaksinya adalah mana yang benar dan mana yang salah atau mana yang menang dan mana yang kalah.

Cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya yang dimiliki individu dengan menggunakan strategi *Coping*. Strategi *coping* dibedakan menjadi dua. Pertama *Problem focused coping*, yaitu usaha mengatasi masalah dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan. Yang kedua *Emotion focused coping* adalah usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan.

Kemampuan untuk mengatasi masalah yang dialami pasangan dalam rumah tangga pasti berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya sesuai dengan kepribadiannya dan dalam pemilihan strategi coping pun berbeda-beda pula sesuai dengan situasi. Terdapat berbagai macam faktor yang mempengaruhi keberhasilan pasangan suami istri melakukan penyesuaian perkawinan³³. Dari sekian banyak faktor pendukung itu, diantaranya adalah: Menginginkan kebahagiaan suami istri dalam perkawinan serta menjaga hubungan baik dalam keluarga.; Kesiediaan masing-masing pasangan untuk saling memberi dan menerima cinta dengan memberikan perhatian-perhatian kecil, berusaha meluangkan waktu untuk menikmati kebersamaan dengan keluarga. Cara mengekspresikan afeksinya pada pasangan, entah itu mengungkapkan rasa sayang secara verbal, mempunyai 'panggilan khusus' pada pasangan atau lewat tindakan seperti membantu mengerjakan tugas rumah tangga. Menurutny, ekspresi afeksi ini berbeda ketika masa pacaran. Ketika pacaran, masing-masing pasangan samasama tertutup dan segan untuk terbuka mengenai perasaannya, tetapi setelah menikah mereka lebih terbuka untuk mengungkapkan perasaan; Pasangan lebih menanamkan rasa toleransi, kerukunan, menghormati, menghargai serta memahami pada masing-masing pasangan. Masing-masing pasangan menyadari kapasitas dan peran yang harus dijalankan dalam rumah tangga serta tidak memaksakan kehendak masing-masing; Pasangan menerapkan sikap saling terbuka diantara mereka mengenai hal sekecil apapun terutama menyangkut keluarga. Bahkan saling kerja sama dalam rumah tangga mereka tanamkan, menjaga kualitas kebersamaan dengan keluarga. Dan selalu menanamkan rasa cinta.

³³ Hurlock, E.B. (*Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta. 1980)

Hal ini sesuai dengan teori Haber dan Runyon yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah individu dengan keterbatasan, kemampuan serta kepribadiannya untuk bereaksi terhadap lingkungan dengan cara yang matang, efisien, bermanfaat dan memuaskan. Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik dengan memiliki beberapa karakteristik di antara dengan memiliki persepsi yang akurat terhadap realitas, mampu mengatasi kecemasan, memiliki citra diri yang positif, mampu mengekspresikan perasaan, dan memiliki hubungan interpersonal yang baik. Sedangkan individu yang memiliki penyesuaian diri yang tidak baik adalah mereka yang tidak mampu mengatasi konflik yang dimilikinya sehingga menimbulkan perasaan frustrasi pada dirinya³⁴.

Kemampuan untuk mengatasi masalah yang dialami pasangan dalam rumah tangga pasti berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya sesuai dengan kepribadiannya dan dalam pemilihan strategi coping pun berbeda-beda pula sesuai dengan situasi. Hal ini juga diperkuat dengan teori Lazarus dan Folkman yang mengatakan bahwa tidak semua strategi *coping* tepat digunakan untuk segala situasi. Penggunaan strategi *coping* tergantung pada siapa yang menggunakan, kapan dan bagaimana strategi *coping* itu digunakan. Proporsi penggunaan kedua strategi *coping* relatif bervariasi tergantung pada bagaimana penilaian individu terhadap situasi yang sedang dihadapinya³⁵. Menurut Lazarus, pemilihan strategi *coping* ada kaitannya dengan bentuk permasalahan yang dihadapi. Ketika individu menilai bahwa kondisi stress dapat dikontrol dengan aksi atau tindakan maka *problem focused coping* yang lebih dominan³⁶.

2. Uji Hipotesis 3.

(Apakah ada Hubungan antara Penyesuaian Perkawinan dengan Tipe Kepribadian Extrovert)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak Ada Hubungan yang signifikan antara Penyesuaian Perkawinan dengan Tipe Kepribadian Extrovert dengan nilai $p = -0,143$, $\text{sig} = 0.231$. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Anjani Terdapat hubungan antara kepribadian ekstraversi dengan kepuasan perkawinan pada wanita yang bekerja³⁷. Kepribadian merupakan salah satu faktor

³⁴ Haber, A. & Runyon, R.P. (*Psychology of Adjustment*. Illinois: Dorrsey Press. 1984)

³⁵ Lazarus, R.S., & Folkman, S. (*Stress, appraisal and coping*. New York; Spinger Publishing Company Inc. 1984)

³⁶ Lazarus, R.S., (*Pattern of Adjusment* (3rd ed) Tokyo : McGraw-Hill. 1976)

³⁷ Anjani, C. S. (*Pola Penyesuaian Perkawinan pada Periode Awal*, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. 2006)

yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan. Karena penyesuaian perkawinan meliputi proses adaptasi yang berusaha meyatukan dua individu dengan nilai-nilai, keyakinan, pengalaman serta karakteristik kepribadian yang saling berhubungan satu sama lain (Hurlock, dalam Anjani 2012). Perbedaan karakteristik antara suami dan istri dapat mempengaruhi perbedaan keduanya dalam menghadapi penyesuaian perkawinan (Mahabella, P. H., 2014), namun dalam hasil penelitian ini suami dan istri memiliki penyesuaian perkawinan yang sama tinggi. Faktor penghambat dalam penyesuaian perkawinan itu diantaranya: Tidak bisa menerima perubahan sifat dan kebiasaan pasangan sejak awal pernikahan; Begitu juga dengan masalah yang terjadi diantara mereka. Salah satu pasangan merasa pasangannya tidak mampu menyelesaikan masalah dan tidak ada inisiatif untuk menyelesaikannya; Pembagian tugas dalam rumah tangga yang tidak saling menerima tugas tersebut. Pembagian tugas itu bisa berhubungan dengan kepengurusan anak, pengaturan keuangan dan campur tangan keluarga pasangan; Adanya campur tangan keluarga yang sangat kuat dalam perkawinan; Kembalinya pasangan saling mengukuhkan pendapat dan pemikirannya seperti sebelum menikah misalnya dalam hal keyakinan.

Pada awal perkawinan juga dihadapkan beragam masalah. Tidak selalu penyesuaian perkawinan dilakukan secara bersama pasangan. Ada kalanya penyesuaian perkawinan ini sebaiknya dilakukan secara individual pada pasangan tersebut agar pencapaian akhir dari perkawinan tercapai. Penyesuaian diri dalam perkawinan adalah upaya aktif pasangan suami dan istri untuk mencapai kesepakatan mengenai kepentingan-kepentingan dirinya sendiri dengan kepentingan pasangannya, sehingga diperoleh persetujuan bersama mengenai kepentingan-kepentingan tersebut (Suparlan). Menyesuaikan diri itu berarti pasangan suami dan istri saling menghormati kebutuhan pasangannya dan memberikan kesempatan pada pasangannya untuk mengembangkan potensi dalam dirinya secara optimal³⁸.

Kepribadian dapat mempengaruhi perbedaan masing-masing individu dalam menerima pasangan dan memberikan penjelasan terhadap peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam perkawinan. Meskipun kepribadian individu berbeda-beda dan unik, namun namun kepribadian itu saling berpengaruh terhadap dalam hubungan antar pasangan dan perkawinan³⁹. Masalah yang

³⁸ Wisnubroto, A. (2009) Kebahagiaan perkawinan ditinjau dari penyesuaian diri pada pasangan suami dan istri. Diakses 8 Agustus 2018 dari http://www.academia.edu/10152523/KEBAHAGIAAN_PERKAWINAN_Ditinjau_dari_penyesuaian_diri_pada_pasangan_suami_istri

³⁹ Anjani, C. S. Op.Cit.

diakibatkan dari bernturan-benturan kebiasaan satu sama lain dan kepribadian bawaan oleh masing-masing pasangan suami dan istri. Perkawinan tidak mengubah sepenuhnya kebiasaan-kebiasaan dan kepribadian masing-masing. Sifat-sifat kepribadian yang berbeda akan mempengaruhi perbedaan masing-masing individu dalam hal menilai, menerima, memahami pasangannya, serta menyikapi setiap masalah yang terjadi dalam kehidupan perkawinannya. Jika perbedaan kepribadian tidak benar-benar dipahami maka akan menimbulkan ketidaksesuaian dalam hubungan perkawinan.

Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini tidak ada hubungan antara *Problem Focus Coping* dan tipe kepribadian dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan di periode awal perkawinan.

Adanya hubungan penyesuaian perkawinan dengan *Problem Focus Coping*. Didasari oleh kemampuan untuk mengatasi masalah yang dialami. Setiap pasangan rumah tangga berbeda-beda dalam pemilihan strategi *coping* untuk mengatasi masalah antara suami dan istri sesuai dengan kepribadiannya. Namun tidak semua strategi *coping* tepat digunakan untuk segala situasi. Penggunaan strategi *coping* tergantung pada siapa yang menggunakan, kapan dan bagaimana strategi *coping* itu digunakan. Proporsi penggunaan kedua strategi *coping* relatif bervariasi tergantung pada bagaimana penilaian individu terhadap situasi yang sedang dihadapinya. Menurut Lazarus (1993), pemilihan strategi *coping* ada kaitannya dengan bentuk permasalahan yang dihadapi. Ketika individu menilai bahwa kondisi stress dapat dikontrol dengan aksi atau tindakan maka *problem focused coping* yang lebih dominan.

Ketiadaan hubungan yang signifikan antara penyesuaian perkawinan dengan tipe kepribadian extrovert dikarenakan pemilihan strategi *coping* juga ada kaitannya dengan bentuk permasalahan yang dihadapi. Ketika individu menilai bahwa kondisi stress dapat dikontrol dengan aksi atau tindakan maka *problem focused coping* yang lebih dominan. Tipe kepribadian ekstrovert dan introvert tidak mempengaruhi cara orang dalam menghadapi situasi dalam penyesuaian perkawinan. Sehingga dalam penyesuaian perkawinan tergantung kondisi yang dihadapi dalam penyesuaian perkawinan bukan berpusat pada tipe kepribadiannya. Tipe kepribadian hanya bagaimana cara pasangan suami dan istri dalam merespon situasi dalam penyesuaian perkawinannya sesuai tipe kepribadian masing-masing. Hanya saja dalam penyesuaian perkawinan pasangan suami dan istri diharapkan untuk bisa belajar menyesuaikan diri dalam hal menilai, menerima, memahami pasangannya, serta menyikapi setiap masalah yang terjadi dalam kehidupan perkawinannya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat kali ini, diharapkan pasangan menggunakan strategi *coping* sesuai kondisi dan situasi yang ada dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Dan pasangan suami dan istri diharapkan untuk bisa belajar menyesuaikan diri dalam hal menilai, menerima, memahami pasangannya, serta menyikapi setiap masalah yang terjadi dalam kehidupan perkawinannya.

Daftar Pustaka

- Sadarjoen, Sawitri Supardi. *Konflik Marital*. Bandung: PT. Refika ADITAMA, 2005.
- Abidin, L., & Suyasa, P. T. Y. S. (2003). Perbedaan penguasaan tugas perkembangan antara remaja yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert dan remaja yang memiliki tipe kepribadian introvert. *Jurnal Phronesis*, 5, 93-110.
- Alwisol. (2004). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Anang. 2009. *Strategi Coping Pengguna Narkoba dan Obat Terlarang*. Diambil tanggal 28 Juni 2018, dari: <http://pamangsah.blogspot.com/2008/10/strategico-pingpenggunaanarkobadanobatlarang.html>.
- Anjani, C. S. (2006). *Pola Penyesuaian Perkawinan pada Periode Awal*, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Arnold, B. B., Karen, I., Van, D. Z., Kerry, A. L., & Maureen, F. D. (2006). The Relationship Between the Big Five Personality Factors and Burnout: A Study Among Volunteer Counselors. *The Journal of Social Psychology*, 146(1), 31-50. doi: 10.3200/SOCP.146.1.31-50
- Christina, D. & Matulesy, A. (2016) . Penyesuaian Perkawinan, Subjective Well Being dan Konflik Perkawinan Persona, *Jurnal Psikologi Indonesia Januari 2016, Vol.5, No.01*, hal1-14.
- Citra, Ayu P., dan Hirmaningsih (2016). Hubungan Coping dan Resiliensi pada Perempuan Kepala Rumah Tangga Miskin. *Jurnal Psikologi Desember 2016, Volume 12 Nomor 2*.
- Clinebell, H.J. & Clinebell, C.H. (2005). *The Intimate Marriage (online)*. Diambil tanggal 28 Juni 2018, dari <http://www.indomedia.com/bpost/032005/8/ragam/art-1.htm>.
- Cresswell. John W. (2010) *Research Design : Pendekatan kualitatif, kuantitatif dan Mixed*. Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Davidoff, L. L. 1991. *Psikologi Suatu Pengantar*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Diponegoro, A. M. dan Thalib, S. B. 2001. Meta- Analisis tentang Perilaku Coping Preventif dan Stress. UMS. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Psikologi*. No.12, VI, 51-61.
- Daryl, S. (1987). *Personality Types: Jung's Model of Typology*. Toronto: Inner City Books.

- Eysenck, H. J. 1970. *Personality: Theory and Research*. Canada: John Wiley and Sons, Inc.
- Fieldman, R.S (1989). *Adjustmen applying psychology in a complex world*. (international ed.) Singapore: Mc-Graw- Hill Book Co.
- Friedman, H. S & Schustack, M. W. 2008. *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Ghufron, M. N. (2011). *Psikologi*. Kudus: Nora Media Enterprise.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: AR-RUZ Media.
- Goliszek, A. (2005). *Manajemen Stress*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer, Kelompok Gramedia.
- Gunarsa, S.D. (1982). *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Haber, A. & Runyon, R.P. (1984). *Psychology of Adjustment*. Illinois: Dorrsey Press.
- Hassan, R. (2004, 19 Juni). *Usia Lima Tahun Perkawinan Rawan?*. Diambil Tanggal 28 Juni 2018, dari http://www.republika.co.id/koran/detail.asp?id=194604&kat.id=311&kat_id1=&kat_id2=
- Hapsari, R.A. Karyani, U. dan Taufik. (2002). Perjuangan Hidup Pengungsi Kerusuhan Etnis (Studi Kualitatif tentang Bentuk-Bentuk Perilaku Coping pada Pengungsi di Madura). *Indigenous*, Vol 6 No 2. Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.
- Hoffman, L.W & Nye, I. (1974). *Housband- Wife Relationship dalam Working Mother*. California: Boss inc
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta.
- Indirawati, E. (2006). Hubungan Kematangan Beragama dengan Kecenderungan Strategi Coping. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Vol 3 No 2.
- Koeswara, E. 1991. *Teori-teori Kepribadian*. Bandung: Eresco.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York; Spinger Publishing Company Inc.
- Lazarus, R.S., (1976). *Pattern of Adjusment* (3rd ed) Tokyo : McGraw-Hill.
- Mahabella, P. H (2014). Perbedaan Penyesuaian Perkawinan antara Suami dan Istri yang Menikah pada Usia Remaja Akhir di Surabaya. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Psikologi Universitas Airlangga . Vol. 3 - No. 3 / 2014-12.
- McCullough, M. E., Tsang, J.A., & Brion, S. (2003). Personality Traits in Adolescence as Predictors of Religiousness in Early Adulthood: Findings from the Terman Longitudinal Study. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(8), 980-991.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A. Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Edisi kelima. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Olson, D. H. and DeFrain, J. (2003). *Marriage and Families*. Boston: Mc. Graw Hill.
- Papalia, D. E. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Edisi 9. Bagian

- V s/d IX. Jakarta: Kencana.
- Pervin, L. A. (1996). *The science of personality* (1st ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (1997). *Personality: Theory and research* (7th ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Pouty, A. M., Markowski, Edward. Mel., & Barnes, Howard. L. (2000). Using The Dyadic Adjustment In Marital Therapy: An Exploratory Study. *The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families* , Vol 8 No 3, 250-257.
- Posella D. (2006). Coping styles used by introverts and extroverts in varying stress situations. Diambil pada 2 Mei 2018, dari: <http://web.sbu.edu/psychology/lavin/daniella.htm>.
- Purwanto, M. N.(2006) *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sa'diah, S. S. (2010). *Strategi Koping Mahasiswa Kos Ditinjau Dari Tipe Kepribadian dan Jenis Kelamin*. Skripsi tidak diterbitkan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, Riau.
- Sadarjoen, S. S. (2005). *Konflik Marital*. Bandung: PT. Refika ADITAMA.
- Sitanggang, H. (1994). *Kamus Psikologi*, Bandung : Armico
- Shofia, R. Nora dan Muryantinah, Mulyo H. (2012). Hubungan antara Bentuk Strategi Coping dengan Komitmen Perkawinan pada Pasangan Dewasa Madya Dual Karir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* Vol. 1, No. 03, Desember 2012.
- Suryabrata, Sumadi. 2006. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Storr, A. 1991. *Freud Peletak Dasar Psikoanalisis*. Jakarta: PT. Temprint.
- Taylor, S.E. (1999). *Health Psychology* (fourth edition). NewYork: Mc Graw Hill Inc.
- Wade, C. dan Tavris, C. 2007. *Psikologi*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Wismanto, B. (2005, 22 Agustus). *Kepuasan Perkawinan Diperoleh Dari Komitmen Perkawinan*. Diakses 28 Juni 2018 dari <http://www.unika.ac.id/warta/22082005.htm>.
- Wisnubrt, A. (2009) *Kebahagiaan perkawinan ditinjau dari penyesuaian diri pada pasangan suami dan istri*. Diakses 8 Agustus 2018 dari [http://www.academia.edu/10152523/KEBAHAGIAAN PERKAWINAN Ditinjau dari penyesuaian diri pada pasangan suami istri](http://www.academia.edu/10152523/KEBAHAGIAAN_PERKAWINAN_Ditinjau_dari_penyesuaian_diri_pada_pasangan_suami_istri)
- Zanden, J, W dan Vonder (1997). *Human Development* (6th edition). New York: Mc. Graw Hill.
- Zeidner, Moshe and Endler, Norman S. 1996. *Handbook of Coping: Theory, Research, Application*. *www.ebook.com*. Diakses tanggal 20 Juli 2018