

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI PADA ISTRI YANG MENJALANI
PERNIKAHAN JARAK JAUH**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Memperoleh
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh :

SIGIT DWI NUGROHO

F 100 140 102

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI PADA ISTRI YANG MENJALANI
PERNIKAHAN JARAK JAUH**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Memperoleh
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh :

SIGIT DWI NUGROHO

F 100 140 102

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

HALAMAN PERSETUJUAN

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI PADA ISTRI YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH

Yang diajukan oleh :

SIGIT DWI NUGROHO

F100140102

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing Utama



Dra. Zahrotul uyun, M.si, Psikolog

NIK/NIDK. 592/ 0607066401

Surakarta, 5 November 2018

HALAMAN PENGESAHAN

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI PADA ISTRI YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH

Disusun oleh :

SIGIT DWI NUGROHO
F100140102

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Selasa, 13 November 2018
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si, P.Si, Psikolog

Penguji Pendamping I.

Dr. Wiwien Dinar Prastiti, M.Si, Psikolog

Penguji Pendamping II.

Dr. Yudhi Satria Restu, SE., S.Psi., M.Si

[Handwritten signatures of the three examiners: Dra. Zahrotul Uyun, Dr. Wiwien Dinar Prastiti, and Dr. Yudhi Satria Restu]



Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si, Psikolog

NIK/NIDN. 838/062406730

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sigit Dwi Nugroho
NIM : F. 100 140 102
Fakultas / Jurusan : Psikologi / Psikologi Universitas Muhammadiyah
Surakarta
Judul : **Kesejahteraan Psikologi Pada Istri yang
Menjalani Pernikahan Jarak Jauh**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 5 November 2018



. Yang menyatakan,


SIGIT DWI NUGROHO

F. 100 140 102

VISI, MISI DAN TUJUAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

VISI:

Menjadi pusat pendidikan pencetak sarjana Psikologi yang kompeten dan berkarakter sesuai risalah Islam dan budaya Indonesia.

MISI:

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang menguasai dan terampil mengaplikasikan dasar-dasar Psikologi serta memiliki integritas sebagai ilmuwan Psikologi.
2. Mengembangkan pusat penelitian Psikologi Islam dan Indigenous yang menjadi rujukan nasional dan Asia.
3. Mengembangkan pusat layanan Psikologi bagi masyarakat.

TUJUAN:

1. Menghasilkan sarjana Psikologi yang mandiri, jujur, kreatif dan bertanggungjawab dalam menerapkan dasar-dasar ilmu Psikologi.
2. Meningkatkan kualitas dan kuantitas penelitian mahasiswa dan dosen tentang Psikologi Islam dan Indigenous.
3. Meningkatkan peran aktif dosen dan mahasiswa dalam pelayanan Psikologi bagi masyarakat.

MOTTO

Jangan melihat diri kita apa adanya tapi lihatlah bagaimana bisa jadinya.

(penulis)

Jika kita tidak memiliki paras tampan, setidaknya kepintaran kita yang rupawan

(penulis)

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupan
sendiri “

(QS. Al-Baqoroh:286)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Bapak dan Ibu, yang selalu memberikan motivasi dan doa-doa di setiap sujud panjangnya serta selalu memberikan dukungan kepada penulis. Terimakasih selalu memberikan yang terbaik untukku dan telah membimbingku sampai sekarang ini dengan penuh cinta dan kasih sayangmu.
2. Kakak Afian Wardana dan adik Kreshna wahyu Mahendra

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum wr.wb

Alhamdulillahirabbilalamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Shalawat serta salam penuh cinta selalu tercurahkan untuk Rasulullah SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak di hari akhir.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi (S.psi) dari Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan masih banyak kekurangan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Dalam proses penulisan skripsi ini penulis mengalami banyak kendala dan kesulitan, namun berkat bantuan, arahan, bimbingan, dan kerjasama dari berbagai pihak dan tentunya berkah dari Allah SWT, sehingga segala bentuk kesulitan dan permasalahan dan teratasi dengan baik. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

2. Dosen pembimbing akademik bapak Drs. Daliman, SU dan juga dosen pembimbing skripsi ibu Dra. Zahrotul uyun, M.si, Psikolog yang telah meluangkan waktu dan pemikirannya untuk memberikan bimbingan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Seluruh Bapak Ibu Dosen dan staff Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Kedua orang tua, bapak Warsono dan ibu Wahyuni yang telah memberikan segala fasilitas dan juga nasehat serta semangat untuk mewujudkan segala hal yang penulis cita-citakan, tidak lupa doa yang tiada henti yang kalian panjatkan untuk penulis. Serta kakak dan adik yang saya cintai.
5. Teman-teman Asisten Dosen Praktikum Assesmen Anak (Andry, Nolan, Luluk, Hafizh, Shintia, Ikmalia, Wida, Inneke, Annisa Desi, Anidya, Meilani, Angel, Dinar, Awalia, Indah, Nurlita, Anissa ayu, Aindha vega, Dyas, Budi, Amad) yang menjadi keluarga kedua selama dikampus.
6. Untuk sahabat Riki, Yoga, Daris, Panji, Amad, Budi, Nila, Lintang, Fathimah, Asri, Nila terimakasih selalu meluangkan waktu untuk saling bertukar pemikiran dan cerita.
7. Seluruh responden penelitian yang terlibat dalam penelitian ini. Kalian wanita yang luar biasa kuat, semoga kalian selalu diberikan keberkahan dan kebahagiaan bersama suami.

8. Seluruh keluarga besar Psikologi 2014 dan keluarga besar kelas C (semester 1 Fakultas Psikologi 2014) yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih kebersamaan selama ini.

Semoga segala bantuan, dukungan dan doa dari berbagai pihak yang diberikan kepada penulis mendapatkan berkah dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan yang disebabkan oleh keterbatasan penulis. Meskipun demikian, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat serta dapat memberikan inspirasi untuk penelitian selanjutnya.

Wassalamualaikum wr.wb

Surakarta, 5 November 2018
Penulis

SIGIT DWI NUGROHO
F100 140 102

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN DEPAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	iv
VISI, MISI DAN TUJUAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Kesejahteraan Psikologi	7
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologi	7
2. Dimensi Psychological Well Being	8
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi psychological well being	11
B. Pernikahan Jarak Jauh	12
C. Kesejahteraan Psikologi Pada Istri Yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh	16
D. Pertanyaan penelitian	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
A. Gejala Penelitian	19
B. Definisi Operasional Gejala Penelitian	20

C. Informan Penelitian.....	20
D. Metode Dan Alat Pengumpulan Data.....	20
E. Validitas dan Reliabilitas	23
F. Metode Analisis Data	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
A. Persiapan penelitian	26
B. Persiapan Administrasi.....	27
C. Pengumpulan Data	27
1. Prosedur Pengumpulan Data.....	27
2. Penentuan Informan Penelitian	27
3 . Pelaksanaan pengumpulan data	28
4 . Jadwal Pengumpulan Data.....	28
D. Hasil Penelitian dan Analisis Data	29
E. Pembahasan.....	58
BAB V PENUTUP.....	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Panduan Wawancara	21
Tabel 2. Subjek/Partisipan Penelitian	28
Tabel 3. Jadwal Pengumpulan Data	28
Tabel 4. Kesimpulan Wawancara	50
Tabel 5. kesimpulan matrik	56
Tabel 6. Kesejahteraan Psikologi.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Verbatim	76
Lampiran 2. Matriks.....	147
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i>	178
Lampiran 4. Surat penelitian	183

Kesejahteraan Psikologi Pada Istri Yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh

Sigit Dwi Nugroho

Zahrotul Uyun

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Sigitdwi19960305@gmail.com

Abstrak

Kesejahteraan Psikologi adalah istilah yang memiliki arti berbeda bagi orang yang berbeda. Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan kesejahteraan psikologi pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Informan dari penelitian ini dipilih secara *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, Informan penelitian ini adalah lima orang yang menjalani pernikahan jarak jauh di Solo raya. Analisis data menggunakan teknik analisis interaktif. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan ada beberapa permasalahan yang terjadi ketika menjalani pernikahan jarak jauh yaitu perasaan sedih, anak sakit, dukungan suami sebagai figur ayah, membagi waktu, komunikasi, adaptasi dengan lingkungan baru. Berdasarkan hasil penelitian yang mendasari kesejahteraan psikologi kelima subjek sebagai seorang istri yang menjalani pernikahan jarak jauh sebagai berikut. Melakukan usaha untuk mengalihkan perasaan yang menyulitkan agar tidak memunculkan perasaan emosi yang negatif dalam melampiaskan perasaannya, kesehatan juga menjadi bagian dari kesejahteraan subjek. komunikasi juga sangat berpengaruh besar timbulnya perasaan sejahtera pada istri. tercukupinya kebutuhan pokok sehari-hari juga menjadi faktor akan timbulnya rasa sejahtera pada istri. pendidikan anak juga tak lepas dari sorotan seorang istri dalam mewujudkan kesejahteraannya. Dukungan keluarga sangatlah penting adanya ketika seorang istri yang harus menjalani pernikahan jarak jauh. Lalu rasa saling percaya satu sama lain juga berandil besar dalam kesejahteraan istri karena menimbulkan perasaan yang nyaman bagi istri.

Kata kunci : Kesejahteraan psikologi, pernikahan jarak jauh, istri

Abstract

Psychology Well Being is a term that has different meanings for different people. This study aims to describe the psychological well-being of wives undergoing long marriages. Informants from this study were selected by *purposive sampling*. This study uses a qualitative approach, data collection using semi-structured interviews. The informants of this study were five people who were undergoing long marriages at Solo Raya. Data collection techniques used in this study are semi-structured interviews. From the results of the research that has been done, it can be concluded that there are several problems that occur when undergoing long-distance marriage, namely feeling sad, sick child, husband's support as a father figure, dividing time, communication, adaptation to the new environment. Based on the results of research that underlies the well-being of the fifth psychology of the subject as a wife who is undergoing long-distance marriage as follows. Making an effort to distract difficult feelings so as not to emit negative emotions in venturing feelings, health is also part of the welfare of the subject. communication also has a profound effect on the feeling of well-being in the wife. the fulfillment of daily basic needs is also a factor in the emergence of a sense of well-being for the wife. Children's education is also inseparable from the spotlight of a wife in realizing her welfare. Family support is very important when a wife has to undergo a long distance marriage. Then the mutual trust of one another also has a big role in the welfare of the wife because it creates a comfortable feeling for the wife.

Keywords: psychological well-being, long distance marriage, wife