



***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* WANITA DEWASA AWAL  
YANG BERCERAI AKIBAT PERSELINGKUHAN**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

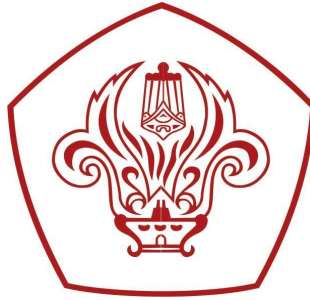
**Rumaisha Medina**

**705130112**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2018**



***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* WANITA DEWASA AWAL  
YANG BERCERAI AKIBAT PERSELINGKUHAN**

**Skripsi ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian  
Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi**

**DISUSUN OLEH:**

**RUMAISHA MEDINA**

**705130112**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2018**

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesempatan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya. Penelitian skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu pertama-tama terima kasih penulis sampaikan kepada para Dekanat dan dosen-dosen yang telah memberikan ilmu dan bimbingan kepada penulis selama perkuliahan. Terima kasih kepada Dr. Fransisca Iriani, M.Si. dan Denrich Suryadi, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing, yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis dengan sabar serta memberikan banyak masukan dalam penelitian ini. Kepada Agustina, M. Psi., Psikolog. selaku pembimbing akademik, yang telah memperhatikan penulis selama menempuh pendidikan. Semoga Tuhan selalu menyertai.

Terima kasih sebesar-besarnya untuk kedua orangtua penulis, dr. Winartono dan Fathya Juber atas dukungan serta doa yang tiada henti bagi penulis. Penulis mengucapkan terima kasih kepada adik penulis, Irhash Deton Milhan yang selalu memberi dukungan kepada penulis. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Gregorius Renato Adhitama yang selalu menemani penulis selama penyusunan skripsi ini.

Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada sahabat penulis, Sarah Safira Utama, Putri Sion Simanjuntak, Della Meilina, Kezia Irene Ginting, Bela Anindya Putri, Yekhonya Vanessa, dan Eva Maria Rikin, yang telah menyemangati, memberikan dukungan dalam suka dan duka yang dirasakan

bersama-sama selama masa perkuliahan, serta seluruh angkatan Fakultas Psikologi 2013, semoga cita-cita kita semua dapat tercapai. Untuk yang selalu di hati penulis, Nadia Sari, Lisa Harviani, Riska Dewi, Dias Cerah, Diva Maudy, Sudarmaya Fauzi, Ary Fadhlurahman, Falliandra Virgio, Elisa CJ, Andy Saputra, Namira Yasqi Nasution, Anisa Yuni, Clinton Willianto, Fristy A. Sari, dan Katarina Sormin, terima kasih atas doa-doanya dan semangatnya.

Tak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada keempat subyek, yaitu subyek FJ, subyek NS, subyek IF, dan subyek EHS karena telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Semoga Tuhan selalu memberkati kita semua. Penulis menyatakan sepenuhnya bertanggung jawab atas keseluruhan skripsi ini.

Jakarta, 9 Maret 2018

Rumaisha Medina

## DAFTAR ISI

Kata Pengantar	i
Daftar isi	iii
Abstrak	vii
Bab I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Sistematis Penulisan	7
Bab II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	11
2.2 Dewasa Awal	14
2.2.1 Perkembangan Fisik pada Dewasa Awal	15
2.2.2 Perkembangan Psikososial pada Dewasa Awal	15
2.2.3 Perkembangan Kognitif pada Dewasa Awal	17
2.3 Perselingkuhan	18
2.3.1 Definisi Perselingkuhan	18
2.3.2 Faktor-faktor Perselingkuhan	18

2.3.3 Dampak Perselingkuhan	19
2.4 Perceraian	20
2.4.1 Definisi Perceraian	20
2.4.2 Faktor-faktor Perceraian	20
2.4.3 Dampak Perceraian pada Pasangan	21
2.5 Kerangka Berpikir	22
<b>Bab III METODOLOGI PENELITIAN</b>	<b>25</b>
3.1 Subyek Penelitian	25
3.1.1 Karakteristik Subyek	25
3.1.2 Teknik Pengambilan Sampel	25
3.2 Jenis Penelitian	26
3.3 Setting dan Peralatan Penelitian	26
3.3.1 Lokasi Penelitian	26
3.3.2 Peralatan Penelitian	26
3.4 Prosedur Penelitian	27
3.4.1 Persiapan Penelitian	27
3.4.2 Pelaksanaan Penelitian	27
3.5 Proses Pengolahan dan Teknik Analisis Data	27
<b>BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS DATA</b>	<b>29</b>
4.1 Proses Pengambilan Data	29
4.1.1 Subyek Pertama ( FJ)	30
4.1.2 Subyek Kedua (NS)	31
4.1.3 Subyek Ketiga (IF)	31
4.1.4. Subyek Keempat (EHS)	32
4.2 Proses Pengolahan dan Analisis Data	34

4.3. Gambaran Data Demografis Subyek	34
4.4 Gambaran Umum Subyek	36
4.4.1 Subyek FJ	36
4.4.2 Subyek NS	36
4.4.3 Subyek IF	37
4.4.4 Subyek EHS	38
4.5 Latar Belakang Hubungan Subyek dengan Mantan Suami	39
4.5.1 Subyek FJ	39
4.5.2 Subyek NS	40
4.5.3 Subyek IF	43
4.5.4 Subyek EHS	44
4.6 Awal Mengetahui Perselingkuhan	46
4.6.1 Subyek FJ	46
4.6.2 Subyek NS	51
4.6.3 Subyek IF	54
4.6.4 Subyek EHS	58
4.6.5 Faktor-faktor Perselingkuhan	62
4.6.6 Dampak Perselingkuhan	64
4.7 Perceraian	66
4.7.1 Faktor-faktor Perceraian	66
4.7.2 Dampak Perceraian	68
4.8 Psychological Well-Being	72
4.8.1 Dimensi Penerimaan Diri	72
4.8.2 Dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain	77
4.8.3 Dimensi Otonomi	82

4.8.4 Dimensi Penguasaan Lingkungan	86
4.8.5 Dimensi Tujuan Hidup	89
4.8.6 Dimensi Pertumbuhan Pribadi	94
4.9 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	97
4.10 Kondisi Kehidupan Subyek Saat ini	100
4.10.1 Subyek FJ	100
4.10.2 Subyek NS	102
4.10.3 Subyek IF	104
4.10.4 Subyek EHS	106
BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN	109
5.1 Simpulan	109
5.2 Diskusi	112
5.3 Saran	114
5.3.1 Saran Teoretis	114
5.3.2 Saran Praktis	115
DAFTAR PUSTAKA	P-1
LAMPIRAN	L-1



## ABSTRAK

Rumaisha Medina (705130112)

*Psychological Well-Being* Wanita Dewasa Awal yang Bercerai Akibat Perselingkuhan;

Dr. Fransisca Iriani, M.Si dan Denrich Suryadi, M.Psi., Psikolog.: Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-vii; 116 Halaman; p1-p4; L1-L20)

Ketika perselingkuhan dilakukan oleh suami biasanya akan memberikan dampak negatif yang cukup besar bagi istri dan berlangsung jangka panjang. Istri yang sudah tidak sanggup untuk melanjutkan hubungan dengan suaminya, biasanya akan berakhir dengan perceraian. Oleh karena itu, seorang istri yang mengalami perceraian karena perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya membutuhkan *psychological well being* untuk menjadi pribadi yang kuat, rasa percaya diri, dan keberanian untuk bertahan hidup. *Psychological Well Being* merujuk pada segala aktivitas yang dilakukan oleh individu yang berlangsung setiap hari dimana dalam proses tersebut kemungkinan mengalami fluktuasi pikiran dan perasaan yang dimulai dari kondisi mental negatif kepada kondisi mental yang positif.

Tujuan penelitian ini untuk menggambarkan dan memperoleh pemahaman tentang *psychological well-being* wanita dewasa awal yang bercerai akibat perselingkuhan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan wawancara secara mendalam (*in-depth interview*). Kriteria yang ditetapkan merupakan wanita dewasa awal yang berusia 20 - 40 tahun, telah bercerai akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh mantan suaminya, dan rentang lama perceraian 0 – 4 tahun. Jangka waktu pengambilan data dilaksanakan selama bulan Maret 2017 hingga Maret 2018. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subyek, subyek FJ, subyek NS, subyek IF, dan subyek EHS mampu memenuhi dua dimensi *psychological well-being*, yaitu penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi.

*Kata Kunci: Psychological Well-Being, Perceraian Akibat Perselingkuhan, Wanita Dewasa Awal.*