

SUBJECTIVE WELL-BEING PADA PASANGAN YANG MENIKAH MELALUI PROSES TA'ARUF

Sayu Pipit Listian, Alhamdu
UIN Raden Fatah Palembang
e-mail: alhamdu@ymail.com

Abstract: *Subjective well-being on married couple by ta'aruf proceses. The purpose of this study want to find the subjective well-being on married couple by ta'aruf proceses. The samples of this study chosen by purposive sampling and qualitative phenomenological approach used in this study. The result showed that the fourth subject described that they were interpreting their lives as a good satisfaction and happy lives. Meanwhile, in this study also found some factors that influence the postive subjective well being on marride couple by ta'aruf, there are including the factor of trust, caring, faith, educational, consciouness, family and environmental factors, the religiosity, and the last is the economic and financial factors. In other hands the factors that influence the negative subjective well-being, belonging to misstrust among couples, egoistic, religiosity, and economic factor.*

Keywords: *Subjective well-being, ta'aruf, married.*

Abstrak: *Subjective well-being pada pasangan yang menikah melalui proses ta'aruf.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi *subjective well-being* pasangan yang menikah melalui proses ta'aruf. Sample yang dalam penelitian dipilih dengan teknik *purposive sampling*, dan kualitatif fenomenologi merupakan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini. Hasil penelitian ditemukan bahwa dari keempat pasang subjek menjelaskan bahwa mereka dapat merasakan kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahannya sesuai dengan apa yang mereka harapkan. Penelitian ini juga mendapatkan beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* yang positif, yaitu faktor kepercayaan, perhatian, keimanan, pendidikan, kesadaran, lingkungan keluarga, faktor agama, dan yang terakhir adalah faktor ekonomi serta keuangan. Sedangkan faktor yang negatif dipengaruhi oleh rasa saling tidak percaya, sifat egois satu sama lain, kurangnya pengetahuan tentang agama, serta faktor ekonomi.

Kata kunci : *Subjective well-being, ta'aruf, dan menikah.*

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan sebuah institusi sosial yang penting dalam menyempurnakan keperibadian manusia. Pernikahan merupakan hubungan antar jiwa, hubungan harmonis dan kedamaian, cinta dan kasih sayang, kemuliaan dan keindahan.

Pernikahan adalah perintah agama kepada yang mampu untuk segera melaksanakannya, karena pernikahan dapat mengurangi kemaksiatan, baik dalam bentuk penglihatan atau dalam bentuk perzinaan, sehingga melalui gerbang pernikahan individu akan mendapatkan kebahagiaan dan kepuasan hidup. Akan tetapi dalam pelaksanaannya, tidak semua pernikahan akan mendapatkan kebahagiaan dan kepuasan itu, karena dalam prosesnya banyak faktor yang akan mempengaruhi pencapaian kepuasan suatu pernikahan.

Kepuasan pernikahan sangat mempengaruhi kebahagiaan. Kepuasan ini merupakan penilaian individu terhadap kualitas kehidupannya secara global. Seseorang yang merasakan kepuasan dapat merasakan afek positif atau emosi yang menyenangkan seperti perasaan bahagia dan kegembiraan, yang akan tampak dalam aktifitas-aktifitas positif dalam kehidupannya. Artinya, bagaimana seseorang mengevaluasi kehidupan pernikahannya akan menentukan tingkat kebahagiaan yang akan dicapai dalam suatu pernikahan. Hal ini dalam kajian psikologi dikenal dengan istilah *subjective well-being* (Diner, 1997, 1999, 2000, 2003, Alhamdu dan Hamdana, 2015).

Subjective well-being merupakan evaluasi seseorang terhadap kehidupannya sendiri, baik secara efektif maupun kognitif (Diener, 1999). Orang merasakan *subjective*

well-being yang melimpah ketika mereka mengalami perasaan nyaman yang melimpah dan hanya sedikit perasaan tidak nyaman, ketika terlibat dalam kegiatan yang menarik dan ketika mereka merasakan banyak kesenangan dan sedikit rasa sakit, dan ketika mereka puas dengan hidup mereka. *Subjective well-being* juga bisa mencerminkan penilaian masing-masing individu terhadap diri sendiri tentang kualitas kehidupan mereka, dan dalam hal ini adalah pernikahan.

Evaluasi dalam pernikahan ini, juga berhubungan dengan proses bagaimana pernikahan itu terjadi. Proses untuk menuju pernikahan merupakan proses yang sangat penting untuk dilakukan bagi setiap individu. Oleh karena itu, agar tidak terjadi penyesalan dikemudian hari, proses tersebut hendaklah dilakukan secara baik dan benar sesuai dengan ketentuan hukum (agama, adat, dan budaya) dan nilai-nilai yang ada dimasyarakat. Akan tetapi yang terjadi terkadang proses tersebut tidak dilalui secara baik dan benar, seperti melalui proses pacaran yang dapat mengarahkan individu melewati batas-batas yang seharusnya dilakukan, sehingga tak jarang kita mendengar istilah *married by accident* (MBA) akibat dari proses yang kurang baik tersebut. Oleh karena itu, Islam menganjurkan dengan cara *ta'aruf* sebagai suatu proses untuk memasuki jenjang pernikahan tersebut. Proses *ta'aruf* ini

dilakukan untuk mengenal calon pasangan sesuai dengan ketentuan syariat dan akhlak sebelum diputuskan untuk melanjutkan kejenjang pernikahan.

Berdasarkan data yang didapatkan peneliti dilapangan, orang-orang yang telah menikah dan mempunyai anak terlihat ada yang mendapatkan kepuasan dan kebahagiaan dalam hidupnya dan begitu juga sebaliknya. Oleh karena itulah, penulis tertarik mempelajari hal tersebut secara lebih mendalam dan ingin mengetahui bagaimana gambaran *subjective well-being* pada pasangan yang menikah melalui proses *ta'aruf* dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *subjective well-being* pada pasangan yang menikah melalui proses *ta'aruf* tersebut.

Subjective well-being

Seperti sudah dijelaskan diatas, bahwa *subjective well-being* merupakan evaluasi subjektif individu yang berhubungan dengan kehidupannya. (Alhamdu dan Hamdana, 2015). *Subjective well-being* ini merupakan bagian dari *happiness*, istilah *happines* dan *subjective well-being* ini juga sering digunakan secara bergantian. Ada peneliti yang menggunakan istilah *emotion well-being* untuk pengertian yang sama, akan tetapi lebih banyak penelitian yang menggunakan istilah *subjective well-being* (Diener 2003).

Menurut Diener, Suh, dan Oishi (1999), *subjective well-being* merupakan evaluasi yang dilakukan seseorang terhadap kehidupannya. Evaluasi tersebut bersifat kognitif dan afektif. Evaluasi yang bersifat kognitif meliputi bagaimana seseorang merasakan kepuasan dalam hidupnya. Evaluasi yang bersifat afektif meliputi berapa sering seseorang merasakan emosi positif dan emosi negative (Diener, 1997, 1999). Seseorang dikatakan mempunyai tingkat *subjective well-being* yang tinggi jika orang tersebut merasakan kepuasan dalam hidup, sering merasakan emosi positif seperti kegembiraan dan kasih sayang serta jarang merasakan emosi negatif seperti kesedihan dan amarah.

Subjective wel-being merupakan kategori yang luas mengenai fenomena yang menyangkut respon-respon emosional seseorang. Menurut Diener (2000) terdapat dua komponen dasar *subjective well-being*, kepuasan hidup sebagai komponen kognitif dan kebahagiaan (*happiness*) sebagai komponen afektif.

Komponen afektif ini muncul dalam bentuk emosi positif atau emosi yang menyenangkan. Emosi ini merupakan bagian dari *subjective well-being* karena merefleksikan reaksi individu terhadap peristiwa dalam hidup individu yang dianggap penting bagi individu tersebut

karena hidupnya berjalan sesuai dengan apa yang diinginkan olehnya.

Sementara, afek negatif termasuk suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan serta merefleksikan respon negatif yang dialami oleh individu terhadap hidup mereka, kesehatan, peristiwa-peristiwa yang terjadi dilingkungan mereka. Dari sekian banyak emosi negatif yang paling umum dirasakan adalah kesedihan, kemarahan, kecemasan, kekhawatiran, stress, frustasi, rasa malu, dan bersalah serta iri hati.

Selanjutnya, Diner dkk (1997, 1999, 2000) juga menjelaskan bahwa kepuasan hidup termasuk dalam komponen kognitif karena keduanya didasarkan pada keyakinan tentang kehidupan seseorang. Kepuasan hidup merupakan penilaian individu terhadap kualitas kehidupannya secara global. Penilaian umum atas kepuasan hidup merepresentasikan evaluasi yang berdasar kognitif dari sebuah kehidupan seseorang secara keseluruhan.

Pencapaian kepuasan dan kebahagiaan ini tidaklah datang begitu saja, akan tetapi ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* antara lain yaitu:

a. Faktor genetik

Diener (2005) menjelaskan bahwa peristiwa di dalam kehidupan mempengaruhi *subjective well-being*,

seseorang dapat beradaptasi terhadap perubahan dan kembali kepada level adaptasi yang ditentukan secara biologis. Adanya stabilitas dan konsistensi didalam *subjective well-being* terjadi karena adanya peran yang besar dari komponen genetik.

b. Kepribadian

Kepribadian merupakan prediktor terkuat dan yang paling konsisten pada *subjective well-being* (Diener & Lucas, 1999). Menurut Eddington dan Shuman (2005) kepribadian menunjukkan peran yang lebih signifikan dibandingkan dengan peristiwa hidup spesifik lainnya dalam menentukan *subjective well-being*. Dua sifat kepribadian, *extrovert* dan *neurotisme* memiliki korelasi yang kuat terhadap *subjective well-being* (Pavot & Diener, 2004). *Extrovert* diketahui secara konsisten menunjukkan korelasi level pertengahan dengan emosi menyenangkan dan *neuroticism* juga menunjukkan hal yang hampir sama atau bahkan lebih kuat dalam mempengaruhi emosi negatif.

c. Faktor demografi

Wilson (dalam Diener & Oishi, 2005) menyatakan bahwa faktor demografis berkorelasi dengan *subjective well-being*. Secara umum, Diener mengatakan bahwa efek faktor demografis (misalnya pendapatan, pengangguran, status pernikahan, umur, jenis kelamin, pendidikan, ada tidaknya anak) terhadap *subjective well-being* biasanya kecil. Faktor

demografis membedakan antara orang yang sedang-sedang saja dalam merasakan kebahagiaan (tingkat SWB sedang) dan orang yang sangat bahagia (tingkat SWB tinggi).

Pengertian *Ta'aruf*

Ta'aruf berasal dari bahasa Arab. Artinya, perkenalan atau penjabakan. Ia bentuk *masdar* (kata benda) dari *ta'arofa* yang berarti “berkenalan”. Menurut kamus bahasa arab kata *ta'aruf* merupakan asal kata dari kata *'arofa* yang berarti mengenal. Imtichanah (2006) menuliskan bahwa *ta'aruf* adalah proses saling mengenal dan memperkenalkan diri yang berkaitan dengan masalah nikah antara pria dan wanita dengan tujuan untuk menetapkan diri masing-masing sebelum melangkah ke jenjang pernikahan sesuai dengan aturan Islam. Dengan rentang waktu yang relatif singkat yaitu maksimal tiga bulan.

Pemahaman mengenai istilah *ta'aruf* hanya dikenal dalam sistem pendidikan Islam, yaitu *ta'akhrifa* – *ya'taafofu* – *ta'aruf*, yang artinya: mengenal, saling mengenal, hendak mengetahui atau melakukan pendekatan hubungan (Louis Ma'luf, 1986). Menjelaskan bahwa konsep *ta'aruf* adalah suatu pendekatan hubungan yang dilakukan manusia untuk saling kenal mengenal sedangkan menurut (Mahmud Yunus, 1989). Konsep *ta'aruf* merupakan suatu proses perkenalan antara dua insan yang dibingkai dengan akhlak yang benar,

yang di dalamnya ada aturan main yang melindungi kedua pihak dari pelanggaran berperilaku atau maksiat.

Ta'aruf merupakan proses perkenalan antara laki-laki dan wanita yang memiliki niat sama, yaitu pernikahan. Akan tetapi pada proses ini tidak dilakukan hanya berdua saja melainkan harus ada pihak ketiga, misalnya orang tua, atau siapapun yang mereka percayai sebagai pembimbing. Adapun proses *ta'aruf* yang Islami agar tercipta rumah tangga yang *sakinah, mawaddah, wa rahmah* adalah sebagai berikut :

a. Bertukar Informasi

Memberikan informasi lengkap dengan jujur sangat dianjurkan dalam proses *ta'aruf*, karena dengan memberikan informasi secara lengkap bisa dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan proses *ta'aruf*.

b. Melakukan shalat istikharah dengan khusyuk

Shalat istikharah dilakukan supaya mendapatkan jawaban yang terbaik yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Akan tetapi shalat istikharah ini harus dilakukan dengan khusyuk dan luruskan niat serta ikhlaskan hati sehingga apa yang akan dihasilkan nanti sesuai dengan apa yang sudah diniatkan.

- c. Memanfaatkan pertemuan untuk mendapatkan informasi akurat secara langsung

Setelah mendapatkan informasi secara tertulis, maka momen pertemuan untuk mendapatkan informasi secara akurat ini sangat penting untuk dilakukan, karena momen ini dilakukan agar bisa mendapatkan informasi tentang pribadi calon pasangan, dan dalam hal ini keberadaan mediator diperlukan kehadirannya.

- d. Menentukan pertemuan lanjutan dengan keluarga perempuan

Jika diantara keduanya sudah merasa cocok satu sama lain, maka pihak laki-laki harus segera memutuskan untuk berta'aruf juga dengan keluarga wanitanya. Dalam proses ini, mediator harus tetap dilibatkan agar terhindar dari fitnah.

- e. Menentukan Waktu Khitbah

Apabila keduanya sudah sama-sama cocok maka langsung tentukan waktu untuk mengkhitbah atau melamar jika keduanya sudah sepakat untuk melanjutkan ke jenjang pernikahan.

METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah orang-orang yang menikah melalui proses *ta'aruf* yang bertempat tinggal di Kabupaten Banyuasin Kecamatan Tanjung Lago dan Kecamatan Air Kumbang. Pengambilan

subjek penelitian dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Karakteristik subjek sebagai berikut :

- a. Subjek merupakan pasangan yang menikah dengan *ta'aruf*.
- b. Usia pernikahan lebih dari 3 tahun.
- c. Subjek sudah mempunyai keturunan.

Selanjutnya, metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis, yakni: observasi pasangan yang menikah melalui proses *ta'aruf*. Wawancara mendalam dengan menggunakan pedoman wawancara yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan komponen-komponen *subjective well-being*, dan dokumentasi yang nanti akan digunakan adalah berupa hasil foto atau rekorder baik kegiatan ketika wawancara terjadi maupun ketika observasi.

Setelah data dikumpulkan, maka data selanjutnya dianalisis. Analisis data dalam penelitian ini yaitu mencakup analisis tematik, analisis awal dan analisis data berdasarkan teori. Analisis tematik merupakan suatu proses mengkode informasi, yang dapat menghasilkan daftar tema, model tema atau indikator yang kompleks, kualifikasi yang biasanya terkait dengan tema itu secara minimal memungkinkan interpretasi fenomena. Analisis awal merupakan pemadatan faktual dan menemukan tema-tema Analisis awal dalam penelitian kualitatif berupa data-data

yang telah dikumpulkan. Analisis data berdasarkan teori merupakan langkah-langkah atau koding yang terdiri dari: koding terbuka, koding aksial, koding selektif. Koding terbuka yaitu mengidentifikasi kategori-kategori. Sedangkan pada koding aksial yaitu peneliti melakukan organisasi data melalui hubungan-hubungan dan kategori-kategori. Koding selektif yaitu peneliti menyeleksi kategori yang paling mendasar dan secara sistematis menghubungkannya dengan kategori-kategori lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan data, maka ada beberapa episode tema yang didapat, yaitu “*episode kehidupan setelah menikah*”, dimana pada episode ini mengungkap kehidupan subjek setelah menikah. Episode kedua, yaitu “*episode kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahan*” pada episode ini subjek akan merasakan kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahannya. Episode terakhir, yaitu “*episode faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan*” pada episode ini subjek akan menjelaskan tentang faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kebahagiaan dalam rumah tangga, yang selanjutnya akan dibahas dibawah ini :

Pembahasan

Pengalaman *subjective well-being* yang subjek alami melewati beberapa tahap.

Tahapan ini ditunjukkan oleh tema-tema yang muncul dalam setiap episode. Berikut tahapan *subjective well-being* subjek :

a. Episode kehidupan setelah menikah, sebagian besar subjek menceritakan bahwa subjek memperlakukan pasangan dengan baik. Salah satu pasang subjek mengungkapkan bahwa setelah menikah sang istri memperlakukan pasangannya sebagaimana mestinya serta selalu bertukar pendapat kepada suami dalam segala hal. Sedangkan sang suami berusaha memperlakukan istri sesuai dengan syar’i serta memberikan kebebasan terhadap istri dengan catatan sang istri mengetahui batasan-batasan yang boleh dilakukan dan yang tidak boleh dilakukan. Sedangkan pasangan subjek lain mengungkapkan bahwa berusaha sebisa mungkin untuk memperlakukan pasangan dengan baik dan sesuai dengan apa yang diajarkan oleh agama serta berusaha untuk memenuhi hak-hak dan kewajiban sebagai seorang istri dan seorang suami.

Penjelasan diatas juga didukung dengan ayat Al-Qur’an yang menjelaskan tentang hak-hak dan kewajiban suami istri yang harus lakukan oleh setiap individu yang sudah menikah, hal ini antara lain adalah sebagai berikut :

Artinya: Laki-laki (suami) itu pelindung bagi perempuan (istri), karena Allah telah

melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (perempuan), dan karena mereka (laki-laki) telah memberikan nafkah dari hartanya. Maka perempuan-perempuan yang saleh, adalah mereka yang taat (kepada Allah) dan menjaga diri ketika (suaminya) tidak ada, karena Allah telah menjaga (mereka). Perempuan-perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz, hendaklah kamu beri nasihat kepada mereka, tinggalkanlah mereka ditempat tidur (pisah ranjang), dan (kalau perlu) pukululah mereka. tetapi jika mereka menantimu, maka janganlah kamu mencari-cari alasan untuk menyusahkannya. Sungguh, Allah Maha tinggi, Maha besar. (QS. An-Nisa. 34).

Ayat Al-Qur'an diatas menjelaskan tentang hak-hak dan kewajiban sebagai seorang suami dan seorang istri yang wajib dilakukan oleh setiap orang dalam menjalani kehidupan berumah tangga. Ungkapan yang diceritakan subjek diatas terlihat sama dengan apa yang dijelaskan dalam Al-Qur'an walaupun subjek hanya menjelaskan poin-poin besarnya saja akan tetapi tidak keluar dari apa yang sudah Al-Qur'an ajarkan.

b. Episode yang kedua, yaitu kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahan. Pada episode ini, sebagian besar subjek menceritakan tentang bagaimana pengalaman yang mereka rasakan setelah menikah, serta bagaimana

gambaran kebahagiaan dan kepuasan yang mereka rasakan selama pernikahannya. Semua subjek dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa subjek merasa bahagia dan puas dengan kehidupan rumah tangga yang mereka jalani. Hal ini subjek tunjukan dalam kehidupan sehari-hari. Bagi semua subjek kebahagiaan itu merupakan sesuatu yang diharapkan oleh semua orang, sehingga dari keempat pasangan subjek mengungkapkan bahwa kebanyakan para individu berusaha untuk selalu menciptakan suasana bahagia, serta berusaha memperlakukan pasangan dan anak-anaknya dengan baik, selalu menilai setiap kejadian yang terjadi dengan baik dan berusaha untuk mengontrol emosi. Dan tidak hanya itu setiap subjek dari penelitian ini juga mempunyai cara tersendiri dalam menilai dan memaknai kehidupan mereka. Seperti satu pasang subjek yang pertama, subjek tersebut justru menyakini kehidupannya dengan cara selalu menerima dengan baik atas apa yang ia terima, karena subjek yakin bahwa Allah akan memberikan sesuatu sesuai dengan apa yang mereka butuhkan begitu juga dengan subjek-subjek yang lain.

Ungkapan subjek diatas senada dengan apa yang dijelaskan oleh Diener, bahwa individu dengan *subjective well-being* yang tinggi akan lebih mampu

mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik. (Diener, 2000). Selain dari apa yang dijelaskan oleh Diener diatas, kebahagiaan juga dijelaskan dalam Al-Qur'an surat An-Nahl ayat 97:

Artinya: *“Barang siapa mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka pasti akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan”*. (QS. An-nahl: 97).

Berdasarkan uraian yang dijelaskan oleh peneliti diatas maka dapat dirumuskan beberapa cara yang biasa dilakukan oleh subjek untuk menciptakan suasana bahagia dalam rumah tangga seperti berikut ini:

- a. Berkumpul bersama keluarga, ketika mereka sedang berkumpul bersama biasanya hal-hal yang mereka lakukan adalah melakukan aktifitas bersama, seperti, menonton TV bersama, saling bercerita satu sama lain, bermain bersama anak-anak, serta berdiskusi atau bermusyawarah dalam menyelesaikan sebuah permasalahan.
- b. Menjaga komunikasi, dalam hal ini biasanya mereka berusaha untuk selalu menjaga komunikasi dengan baik. Baik itu ketika berada didalam rumah maupun ketika suami atau istri sedang berada diluar rumah. Hal ini mereka

lakukan untuk menjaga hubungan yang baik dan mencegah terjadinya kesalah fahaman antara keduanya.

- c. Memberikan sebuah kebebasan, yaitu sebagian dari subjek penelitian memang sengaja menanamkan sifat tersebut dalam keluarganya, karena subjek menyakini akan satu hal, apabila seseorang diberikan kebebasan maka orang tersebut akan lebih mudah untuk mengaplikasikan kemampuan yang ia miliki. Akan tetapi dalam hal ini mereka harus mengetahui tentang batasan-batasan yang boleh dan tidak boleh untuk dilakukan.
- d. Menjalankan apa yang diperintahkan oleh Allah SWT, yaitu dalam dalam hal ini subjek berusaha untuk selalu mengajarkan tentang keagamaan kepada anak-anaknya, terutama tentang sholat dan kewajiban untuk berpuasa. Ketika waktu sholat tiba maka subjek berusaha untuk mengingatkan satu sama-lain dan mengajarkan anak-anaknya untuk bisa membaca al-qur'an.
- e. Melaksanakan hak dan kewajibannya masing-masing. Dalam hal ini subjek harus mengetahui tentang hak-hak dan kewajibannya sebagai seorang istri dan seorang suami, seorang suami berusaha untuk menafkahi istri secara lahir dan batin, sedangkan istri sebaik mungkin

memberikan perlakuan yang baik untuk para suami-suaminya.

Cara-cara diatas merupakan cara yang subjek anggap pantas untuk mereka lakukan, karena menurut beberapa subek penelitian cara tersebut sudah mereka lakukan sejak awal pernikahan dan sekarang mereka sudah memasuki usia pernikahan yang terhitung sudah cukup lama ada yang baru 4 tahun, 9 tahun dan bahkan 11 tahun. Dan tidak hanya itu subjek juga mengaku bahwa selain cara-cara tersebut mereka juga mempunyai cara-cara tersendiri dalam memaknai setiap peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam kehidupan rumah tangganya. Dalam hal ini terdapat 3 pasang subjek penelitian yang mengungkapkan bahwa mereka memaknai peristiwa dalam kehidupannya dengan cara menyerahkan semuanya kepada Allah dan selalu memaknai sesuatu dengan baik serta pasrah kepada Allah dan tetap bersyukur dengan apapun yang terjadi dikehidupannya. Akan tetapi terdapat 1 subjek yang justru memaknai sesuatu dengan dua hal, ketika mengalami peristiwa yang menyenangkan maka ia akan bersyukur kepada Allah akan tetapi jika dihadapkan kepada peristiwa yang tidak menyenangkan maka ia justru merasa kesal namun pada akhirnya menyerahkan semuanya kepada Allah

Penjelasakan diatas senada dengan pendapat Park yang mengungkapkan bahwa Individu dengan level *subjective well-being*

yang tinggi, pada umumnya memiliki sejumlah kualitas yang mengagumkan. Individu ini akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik. Sedangkan individu dengan *subjective well-being* yang rendah, memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan dan oleh sebab itu timbul emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan.

c. Tahap akhir dari *subjective well-being* yang dibahas diatas adalah episode faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka didapatkan sembilan faktor utama yang mempengaruhi *subjective well-being* yang positif yakni sebagian besar dipengaruhi oleh faktor kepercayaan, perhatian, faktor keimanan, faktor pendidikan, faktor kesadaran, faktor lingkungan dan keluarga, faktor agama, dan yang terakhir adalah faktor ekonomi dan keuangan. Selain faktor-faktor diatas, terdapat juga faktor lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* seperti, pasangan yang menyenangkan, rasa saling peduli satu sama lain, dan rasa saling menghargai. Sedangkan faktor yang negatif dipengaruhi oleh rasa saling tidak percaya, sifat egois satu sama lain, kurangnya

pengetahuan tentang agama, serta faktor ekonomi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan data dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek mengaku bisa merasakan kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahannya sesuai dengan apa yang mereka harapkan walaupun belum maksimal namun mereka merasa sudah cukup bahagia. Selain itu sebagian besar subjek juga memiliki *subjective well-being* yang tinggi karena subjek mengaku sudah bisa memaknai setiap peristiwa-peristiwa yang terjadi dengan baik. Walaupun terdapat satu subjek yang masih bisa dikatakan memiliki *subjective well-being* yang rendah, karena terkadang masih menggunakan tingkat emosionalnya dalam memaknai sesuatu.

Peneliti juga mendapatkan sembilan faktor utama yang mempengaruhi *subjective well-being* yang positif, yaitu faktor kepercayaan, perhatian, faktor keimanan, faktor pendidikan, faktor kesadaran antara keduanya, faktor lingkungan dan keluarga, faktor agama, dan yang terakhir adalah faktor ekonomi dan keuangan. Selain dari faktor-

DAFTAR RUJUKAN

Al Qur'an (2009). Syaamil Al-Qur'an, The Miracle. Departemen Agama RI. Sygma Examedia Arkanleema.

faktor diatas, terdapat juga faktor lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* seperti, pasangan yang menyenangkan, rasa saling peduli satu sama lain, dan rasa saling menghargai. Sedangkan faktor yang negatif dipengaruhi oleh rasa saling tidak percaya, sifat egois satu sama lain, kurangnya pengetahuan tentang agama, serta faktor ekonomi.

Saran

Diharapkan kepada semua subjek agar bisa meningkatkan *subjective well-beingnya* sehingga bisa mencapai sebuah kebahagiaan dan kepuasan seperti apa yang diinginkan serta bisa meningkatkan *subjective well-being* yang rendah menjadi tinggi dan bisa menciptakan kehidupan harmonis dalam kehidupan keluarga dan bisa semakin mendekatkan diri kepada Allah Swt. Serta memberikan contoh-contoh yang baik kepada individu-individu lain terkhusus kepada para remaja agar tertarik melakukan sebuah pernikahan melalui proses *ta'aruf*.

Sementara untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji masalah ini dengan lebih luas sehingga bisa mendapatkan gambaran yang lebih mendalam sehingga bisa mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

Alhamdu. (2015). *Subjective well-being* siswa MAN 3 yang tinggal di asrama. *Jurnal Psikis*, 1, 1-14.

- Amran, H. (2002). Pacaran no, ta'aruf yes. *Ummi* edisi 19 Febuari-18 Maret. 09, (13).
- Avigdor, S. B., & Greenberg, L. C. (2011). *What happy working mothers know*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Carr, A. (2004). *Postive psychology: the science of happiness and human strengths*. New York: Brunner_Routledge. Compton, W. C. (2005). *An Introduction to Positive Psychology*. Belmont: Thomson Wadsworth.
- Diener. E. (2000). *Subjective well-being : the science of happiness and a proposal for a national index*. *American Psychologist*, 55(1),34-43.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent finding in *subjective well-being*. *Indian Journal of Clinical Psychology*. 24 (1),25-41.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith. H. L. (1999). *Subjective well-being: three decades of progress*. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Diener. E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of *Subjective well-being: the multifaceted nature of happiness*. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15,187-215.
- Diener, E. (2000). The optimum level of *well-being: can people be too happy*. *Departement of Psychology University of Virginia*.
- Hamid, M. (2010). *Bahagiakan hati suami*. Solo: Al-Hambara.
<https://safwankita.wordpress.com/2010/05/14/konsep-taaruf-pembentukan-keluarga-dalam-tinjauan-psikologi-islam>.
- <http://talimulquranalasaror.blogspot.com/2014/03/pacaran-taaruf-yang-diperbolehkan-islam.html>
- Munir A, Aliyah, Thobroni M, (2010). *Meraih berkah dengan menikah*. Yogyakarta: Pustaka Marwa.
- Mustik, M., & Rihardini, (2007). *Ta'aruf forever*. Semarang: Qudsi Media.
- Nayana, F. N. (2013). Kefungsian keluarga dan *subjective well-being* pada remaja. *Jurnal Psikologi*, Vol. 1 (2)
- Saharani, Soharani, Tihami, (2013) *Fikih munakahat, kajian fikih nikah lengkap*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Selamat, Kasmuri, Tihami, (2006). *Pedoman menggayuh bahtera rumah tangga (Panduan Perkawinan)*. Jakarta: Kalam Mulia.