

## Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Penyesuaian Diri Pada Istri Yang Tinggal Bersama Mertua

Dewi Munadiah Hasrullah<sup>1</sup>, Asniar Khumas<sup>2</sup>, Eka Sufartianinsih Jafar<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

E-mail: dewimunadiahh@gamil.com<sup>1</sup>, asniarkhumas@unm.ac.id<sup>2</sup>, ekasjafar@gmail.com<sup>3</sup>

---

### Article History:

Received: 01 Mei 2023

Revised: 07 Mei 2023

Accepted: 13 Mei 2023

**Keywords :** Istri,  
Kesejahteraan Psikologis,  
Mertua, Penyesuaian Diri.

**Abstract:** Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi pada lingkungan sekitar sehingga individu mendapatkan ketentraman secara internal dalam hubungannya dengan dunia sekitarnya. Penyesuaian diri merupakan salah satu permasalahan yang paling sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari individu. Seperti seseorang yang sudah menikah, dimana seseorang tersebut akan menyesuaikan diri entah bagi diri sendiri, suami, anak, mertua dan keluarga pasangan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri pada istri yang tinggal bersama mertua. Partisipan dalam penelitian ini adalah perempuan yang sudah menikah dan tinggal bersama mertua di Sulawesi Selatan sebanyak 106 responden. Penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling. Penelitian ini menggunakan skala kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri, yang hasilnya dianalisis menggunakan teknik analisis product moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan psikologis pada istri yang tinggal bersama mertua ( $p=0.000$ ,  $r=0.605$ ). Penelitian ini menggambarkan bahwa semakin tinggi penyesuaian diri seorang istri maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya. Penelitian ini diharapkan mampu membuat seseorang istri agar lebih mengetahui pendekatan dalam menarik perhatian ibu mertua sehingga dapat menyesuaikan diri dan lebih bisa menemukan solusi dari berbagai permasalahan yang dihadapi.

---

### PENDAHULUAN

Menikah dan hidup berkeluarga merupakan salah satu siklus kehidupan terpenting dalam tumbuh kembang hidup manusia. Pernikahan menyatukan dua individu untuk hidup bersama, membangun keluarga serta menjadi anggota masyarakat sebagai pasangan suami istri (Utami, 2015). Membina pernikahan yang harmonis merupakan dambaan setiap orang. Namun, untuk meraihnya diperlukan pemahaman, bahkan pengorbanan dari setiap anggota keluarga. Penyesuaian diri mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan bagaimana individu tersebut memperoleh keharmonisan baik secara jasmani ataupun rohani (Nasution, 2019).

---

Dalam hal ini juga dibutuhkan kesiapan secara psikologis pada pasangan suami-istri agar dapat menjalani hubungan rumah tangga yang baik. Panney (2012) mengemukakan bahwa pernikahan merupakan salah satu tugas dan perkembangan dewasa awal. Santrock (2012) mengemukakan bahwa masa dewasa dimulai pada usia 18 dan 25 tahun masa beranjak dewasa merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa yang berkesinambungan, dimana rentang usia masa dewasa awal adalah antara 18 hingga 25 tahun tugas perkembangan pada masa dewasa awal ini antara lain adalah menikah atau membangun suatu keluarga, mengelola rumah tangga, mendidik atau mengasuh anak. Pernikahan merupakan suatu hubungan yang dijalani oleh pria dan wanita sebagai pasangan suami istri untuk menjadi suatu keluarga (Noviasari dan Dariyo, 2016).

Dalam pernikahan suami istri memulai hidup barunya dalam menjalani hubungan pernikahan dan memiliki perbedaan karakteristik oleh masing-masing pasangan. Perbedaan dalam kehidupan pernikahan dan sebelum menikah menjadi suatu keharusan yang harus di jalani oleh suami-istri, serta kemampuan pasangan yang harus menyesuaikan diri dengan keluarga yang baru. Setiap wanita yang menikah akan secara otomatis memperoleh sekelompok keluarga, anggota keluarga pasangan dengan usia dan karakter yang berbeda, mulai dari bayi hingga nenek atau kakek.

Banyak pasangan yang mengawali pernikahannya ini harus tinggal di rumah mertua dengan alasan ingin menemani orangtua, mertua sudah tidak sanggup untuk hidup sendiri, bahkan karena pasangan belum memiliki rumah sendiri atau faktor ekonomi (Syaaf, 2014). Keadaan yang dihadapi oleh pasangan suami istri muda adalah belum memiliki rumah dan masih tinggal bersama dengan mertua atau orang tua. Tinggal bersama orang tua atau mertua setelah menikah sering kali memunculkan dinamika tersendiri (Rossalia dan Priadi, 2018). Berdasarkan pada penelitian Lyana (Febriana dan Kusumawati, 2021) menyebutkan bahwa 60% pasangan suami istri mengalami ketegangan hubungan dengan mertua, yaitu antara menantu perempuan dengan ibu mertua. Hal ini sejalan dengan kasus menantu dan mertua di Yogyakarta, Tidak sedikit kasus bahwa menantu perempuan berkonflik dengan mertua perempuan. Dimana mertua memperkarakan menantunya. Hal tersebut terjadi karena selama tinggal bersama, menantu merasa mertuanya terlalu banyak mengintervensi. Merasa tidak harmonis tinggal bersama, menantu memutuskan untuk berpisah dengan suaminya dan membawa barang-barang pemberian mertua. Oleh sebab itu, mertua merasa tidak terima dengan apa yang dilakukan menantunya sehingga mertua memperkarakan dirinya ke pengadilan (Metaram, 2017).

Pasangan terutama pada istri yang tinggal serumah dengan mertua harus belajar terhadap tuntutan diri serta tanggung jawabnya sebagai istri maupun menantu. Oleh karena itu, istri harus memiliki kemampuan untuk mempelajari dan menyesuaikan diri dengan keluarga pasangannya bila tidak menginginkan hubungan yang tegang dengan sanak saudara mereka (Fajriyanti dan Nuz'amidhan, 2018). Berdasarkan penelitian Anjani dan Surayanto (2006) menyebutkan bahwa ditemukan beberapa masalah yang seringkali muncul pada pasangan dengan usia pernikahan dibawah sepuluh tahun, pada periode awal pernikahan dan menghambat proses penyesuaian diri. Seorang istri dapat menyesuaikan diri karena ada dua alasan. Pertama, ketika istri tidak mampu menerima informasi dari lingkungan sekitar. Kedua, istri dapat menyesuaikan diri karena ingin diterima secara sosial dan menghindari celaan terhadap diri kita sendiri (Wulandari, 2016). Penyesuaian menjadi suatu hal yang penting dalam sebuah pernikahan dan akan berdampak terhadap keberhasilan serta keharmonisan rumah tangga (Noviasari dan Dariyo, 2016).

Dalam penelitian ini peneliti hanya memfokuskan masalah pada ibu mertua. Peneliti mengambil fokus penelitian terhadap menantu perempuan dan ibu mertua perempuan karena manantu perempuan lebih banyak berkonflik dengan mertua perempuan. Apter (Ramadhani, 2017) dari hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa dari ratusan keluarga yang diwawancarai selama 20 tahun terakhir, 75% pasangan suami istri memiliki masalah dengan mertua, dan 60% perempuan

---

diantaranya mengalami konflik dengan ibu mertua. Berdasarkan data awal menggunakan metode wawancara dengan memberikan pertanyaan terbuka terhadap 5 responden dan penyebaran survey terhadap 30 responden menantu perempuan yang tinggal bersama mertua di Sulawesi Selatan. Disimpulkan bahwa 5 responden mengalami konflik bersama mertua diantaranya yaitu merasa tertekan, selalu dibandingbandingkan, merasa sering mengalami perbedaan pendapat, sering terjadinya miss komunikasi dengan mertua, sering merasa disindir dan serba salah, merasa tertekan, adanya ketidakcocokan dengan mertua atau saudara ipar, masih bergantung dengan mertua. Ryff (1989) mengemukakan bahwa ketika individu yang telah mencapai kesejahteraan psikologis yang baik, maka individu dapat mengatasi setiap tuntutan diri yang ada pada lingkungan barunya, seperti pada pasangan yang mampu menjalani pernikahannya dengan baik.

Peneliti memilih variabel penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis dijadikan sebagai penelitian bagi menantu perempuan dan ibu mertua, karena peneliti ingin melihat bagaimana penyesuaian diri yang dilakukan oleh menantu perempuan dalam segi aspek kesejahteraan psikologis dan kedua variabel tersebut memiliki hubungan satu sama lain. Hasil penelitian yang dilakukan Noviasari dan Dariyo (2016) terdapat 382 istri yang tinggal di rumah mertua menunjukkan bahwa adanya hubungan positif dan signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri pada istri yang serumah dengan mertua. Artinya bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis seorang istri, maka akan semakin baik kemampuan penyesuaian diri seorang istri yang serumah dengan mertuanya. Sebaliknya, semakin rendah kesejahteraan psikologis, maka kemampuan penyesuaian diri istri juga cenderung rendah. Dimana individu yang memiliki kesejahteraan psikologis dapat bersikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat mengatur tingkah lakunya sendiri, mampu menciptakan dan mengatur lingkungan serta berusaha mengembangkan dirinya. Berdasarkan uraian permasalahan yang dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan psikologis menantu perempuan yang tinggal di rumah ibu mertuanya.

Berdasarkan pokok pembahasan di atas peneliti merumuskan masalah apa yang menjadi pokok permasalahan yaitu apakah ada hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri pada istri yang tinggal bersama mertua dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri pada menantu perempuan yang tinggal di rumah mertua.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan metode korelasional. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *kuesioner*. Populasi dalam penelitian ini yaitu perempuan yang sudah menikah dan tinggal bersama ibu mertua. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *accidental* sampling untuk menentukan jumlah sampel menggunakan *software Gpower* versi 3.1.9.2, dengan jumlah sampel minimal yang dapat diikutkan dalam penelitian ini sebesar 13 responden dengan *actual power* sebesar 0,95 ( $\alpha$  err prob = 0,05). Hasil ini didapatkan berdasarkan dari nilai koefisien determinasi ( $R^2 = 0,712 \times 0,712 = 0,507$ ) dari penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2016), sehingga dengan melibatkan jumlah responden sebanyak 106 atau lebih, tentunya jumlah ini dianggap sudah sangat memadai dengan keakuratan 95% karena telah melampaui batas minimal dari total sampel size yang dihasilkan dari pengujian power sampel menggunakan *Software Gpower*.

Skala penyesuaian diri dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek Haber dan Runyon (1984) yang terdiri dari lima aspek yaitu persepsi terhadap realitas, kemampuan mengatasi stres dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik dan hubungan interpersonal yang baik. Skala penyesuaian diri

.....

dalam penelitian ini terdiri dari 12 aitem dengan lima pilihan jawaban yaitu respon sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Pemberian skor dalam tiap aitem bergerak dari angka 1 sampai 5. Uji validitas isi terhadap 12 aitem pada skala penyesuaian diri menunjukkan bahwa koefisien validitas isi memiliki nilai 0,75 – 1. Nilai daya diskriminasi aitem pada skala penyesuaian diri bergerak dari 0,358 – 0,692. *CFA* skala penyesuaian diri bergerak dari 0,580 – 0,928. Skala penyesuaian diri memiliki nilai reliabilitas yaitu 0,890.

Skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek Ryff (1989) yang terdiri dari enam aspek yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini terdiri dari 15 aitem dengan lima pilihan jawaban yaitu respon sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Pemberian skor dalam tiap aitem bergerak dari angka 1 sampai 5. Uji validitas isi terhadap 15 aitem pada skala kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa koefisien validitas isi memiliki nilai 0,583 – 1. Nilai daya diskriminasi aitem pada skala Kesejahteraan psikologis bergerak dari 0,422 – 0,762. *CFA* skala kesejahteraan psikologis bergerak dari 0,573 – 0,907. Skala kesejahteraan psikologis memiliki nilai reliabilitas yaitu 0,906.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada subjek penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif untuk mendeskripsikan data yang diperoleh, analisis ini memberikan gambaran mengenai jumlah data, skor maksimum dan minimum, mean, dan standard deviasi. Uji hipotetis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi pearson product moment. Data di uji dengan menggunakan bantuan SPSS 25 *for Windows*. Kriteria yang digunakan dalam menguji hipotesis yaitu, Data di uji dengan menggunakan bantuan SPSS 25 *for Windows*. Kriteria yang digunakan dalam menguji hipotesis yaitu, jika nilai signifikansi (p value) > 0,05, maka H0 diterima dan Ha ditolak, sebaliknya jika nilai signifikansi (p value value) < 0,05 maka H0 diterima.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Subjek dalam penelitian ini yaitu 106 istri yang tinggal bersama ibu mertua, 62 diantaranya berusia 20 sampai 29 tahun, 36 berusia 30 sampai 39 tahun, 7 berusia 40 sampai 49 dan 1 diantaranya berusia 50 tahun. Dari bebrapa subjek dengan lama pernikahan diantaranya terdapat 16 subjek dengan lama pernikahan dibawah satu tahun, 52 subjek dengan lama pernikahan 1 sampai 5 tahun, 23 subjek dengan lama pernikah 6 sampai 10 tahun dan 15 subjek dengan lama pernikahan diatas sepuluh tahun. Terdapat 45 subjek berasal dari suku Makassar, 36 subjek berasal dari suku Bugis, 4 subjek berasal dari suku Bugis Makassar, 8 subjek berasal dari suku Toraja, 2 subjek berasal dari suku Jawa, 9 subjek berasal dari suku Mandar, 1 subjek berasal dari suku Tolaki dan 1 subjek berasal dari suku Minang. Dalam penilitian ini subjek terbanyak pada istri berstatus IRT sebanyak 52 subjek, 20 subjek berstatus sebagai karyawan, 16 subjek berstatus sebagai guru, 13 subjek berstatus sebagai PNS dan 5 subjek berstatus sebagai wiraswasta.

**Tabel 1. Deskripsi Partisipan Penelitian**

Karakteristik Partisipan	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
20-29 tahun	62	58
30-39 tahun	36	34
40-49 tahun	7	7
50 keatas	1	1
Usia pernikahan		

< 1 tahun	104	15
1-5 tahun	66	49
6-10 tahun	23	22
> 10 tahun	15	14
<b>Pekerjaan</b>		
Karyawan	20	19
IRT	52	49
Guru	16	15
PNS	13	12
Wiraswasta	5	5
<b>Suku</b>		
Makassar	45	42
Bugis	36	34
Bugis Makassar	4	4
Toraja	8	8
Jawa	2	2
Mandar	9	8
Tolaki	1	1
Minang	1	1

**Tabel 2. Data Hipotetik Skala Kesejahteraan Psikologis**

Variabel	Hipotetik	Standar deviasi
	Mean	
Kesejahteraan psikologis	45	10

Tabel 2 menunjukkan deskripsi data hipotetik skala kesejahteraan psikologis dengan skor terendah yaitu 45 dan standar deviasi sebesar 10.

**Tabel 3. Kategorisasi Skala Kesejahteraan Psikologis**

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
< 35	4	3,77%	Rendah
35 - 55	80	75,45%	Sedang
55 <	22	20,75%	Tinggi
<b>Total</b>	<b>106</b>	<b>100%</b>	

Tabel 3 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil kategorisasi hipotetik menunjukkan bahwa pada menantu perempuan terdapat 4 menantu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah dengan presentase 3,77%. 80 menantu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang dengan presentase 75,45% dan 22 menantu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi dengan presentase 20,75%. Hasil presentase menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada istri yang tinggal bersama ibu mertua berada pada kategori sedang.

**Tabel 4. Data Hipotetik Skala Penyesuaian Diri**

Variabel	Hipotetik	Standar deviasi
	Mean	
Penyesuaian Diri	36	8

Tabel 4 menunjukkan bahwa skor terendah pada skala ini adalah 36 dan standar deviasi

sebesar 8.

**Tabel 5. Kategorisasi Hipotetik Skala Penyesuaian Diri**

Interval	Frekuensi	Persentase	Kriteria
< 28	10	9,43%	Rendah
28-44	76	71,70%	Sedang
44<	20	18,87%	Tinggi
<b>Total</b>	<b>106</b>	<b>100%</b>	

Tabel 6 menunjukkan bahwa terdapat berdasarkan hasil kategorisasi hipotetik menunjukkan bahwa 10 menantu memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah dengan presentase 9,43%. 76 menantu memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang dengan presentase 71,70% dan 20 menantu memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi dengan presentase 18,87%. Hasil presentase menunjukkan bahwa penyesuaian diri pada istri yang tinggal bersama ibu mertua berada pada kategori sedang.

**Tabel 6. Hasil Uji Normalitas**

Nomal Parameters		Asymp. Sig (2-tailed)	Keterangan
<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	510.200	Normal
0.000	5.874		

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 6 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas yang diperoleh yaitu nilai signifikansi  $0,200 > 0,05$ . Sehingga data penelitian ini dapat dikatakan terdistribusi normal.

**Tabel 7. Hasil Uji Linearitas**

	Sig.	Keterangan
<i>Deviation From Linearity</i>	0.406	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas pada tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji linearitas menggunakan ANOVA dengan bantuan SPSS 25 for windows yang diperoleh  $0,407 > 0,05$ . Sehingga, data penelitian dapat dikatakan terdapat hubungan yang linear antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri.

**Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	r	p	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis dan Penyesuaian Diri	0.605	0.000	Signifikan

Pada tabel 8 menunjukkan bahwa hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri sebesar  $r=0,605$  dengan nilai signifikansi  $p=0,000$ . Kaidah yang digunakan adalah jika signifikansi dibawah  $0,05$  ( $p < 0,05$ ), maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Berdasarkan hasil tabel tersebut menunjukkan bahwa  $0,000 < 0,05$  yang berarti

terdapat hubungan signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri pada istri yang tinggal bersama mertua.

Koefisien korelasi sebesar 0,605 yang berada diantara 0,000 sampai +1,000 menunjukkan bahwa hubungan yang kuat antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan searah yang signifikan antara variabel kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri pada istri yang tinggal bersama mertua. Hasil koefisien korelasi antara variabel kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri sebesar  $r=0,605$  dengan nilai signifikansi  $p=0,000$ .

### **Pembahasan**

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa istri yang tinggal bersama ibu mertua memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang menjadi subjek penelitian, memiliki tingkat kesejahteraan psikologis secara hipotetik dalam kategori sedang. Juwita dan Kustanti (2018) dari hasil penelitiannya mengemukakan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi adalah individu yang memiliki kondisi emosional yang positif, merasa puas dengan hidupnya, mampu melalui pengalaman-pengalaman buruk yang mampu menghasilkan kondisi-kondisi emosional yang negatif.

Maulida dan Sari (2016) dari hasil penelitiannya mengemukakan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah dapat dilihat dari ketidakmampuan individu untuk mengembangkan diri dan terbuka terhadap hal baru, sulit membangun hubungan interpersonal dengan orang lain, tidak memiliki tujuan hidup serta kurang mampu menerima keadaan dirinya. Hapsari (2020) mengemukakan bahwa setiap individu sebaiknya memiliki kesejahteraan psikologis agar dapat hidup dengan bahagia. Apabila individu memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, diharapkan individu tersebut lebih sehat, bukan hanya sehat secara fisik namun diharapkan individu tersebut dapat sehat secara mental sehingga timbul perasaan bahagia ketika individu tersebut menjalankan kehidupannya. Pedhu (2022) mengemukakan bahwa strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis yaitu regulasi emosi, pelatihan ketangguhan, strategi koping dan pemanfaatan layanan konseling baik bersifat spiritual maupun layanan konseling umum.

Hasil analisis deskriptif penyesuaian diri menunjukkan bahwa istri yang tinggal bersama ibu mertua yang menjadi subjek penelitian, penyesuaian diri secara hipotetik dalam kategori sedang. Hasmayani (2014) berdasarkan dari hasil penelitiannya mengemukakan bahwa apabila seseorang memiliki penyesuaian diri yang tinggi maka seseorang tidak akan mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungannya. Nadlyfah dan Kustanti (2020) mengemukakan bahwa penyesuaian diri yang baik adalah ketika seseorang dapat menunjukkan sikap yang ramah terhadap orang lain, ikut berpartisipasi dan dapat menjalankan perannya dalam suatu lingkungan. Windaniati (2015) berdasarkan hasil penelitiannya mengemukakan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang kurang, menunjukkan gejala yang selalu pasif, tidak berani memulai pembicaraan, kurang percaya diri, kurang motivasi dan kurang mampu menerima dirinya apa adanya. Rahayu dan Arianti (2020) mengemukakan bahwa masalah yang dapat timbul pada seseorang yang mengalami penyesuaian diri yang rendah yaitu, stress, kurang dapat berinteraksi sosial dengan orang lain dilingkungan sekitar dan muncul rasa kesepian.

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis Pearson Product moment menunjukkan bahwa nilai korelasi kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri dengan nilai signifikansi  $r=0,605$  dan  $p=0,000$ . Nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan psikologis pada istri yang tinggal bersama mertua. Berdasarkan hasil di atas terdapat hubungan antara kedua

.....

variabel tersebut. Kemudian hasil keeratan kedua variabel sebesar  $r=0,605$ , artinya tingkat kekuatan hubungan antara kedua variabel termasuk kategori kuat. Kemudian untuk arah hubungan kedua variabel  $0,605$  bernilai positif sehingga, hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki jenis hubungan searah.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa penyesuaian diri yang tinggi dapat menghasilkan kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya, hasil penelitian Wulandari (2016) terhadap 137 siswa menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis. Ditemukan bahwa semakin tinggi kemampuan penyesuaian diri seseorang maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya. Penelitian yang dilakukan Noviasari dan Dariyo (2016) pada 382 responden menunjukkan bahwa adanya hubungan antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan psikologis.

Hal ini sejalan dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti bahwa terdapat hubungan positif antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan psikologis, dimana semakin baik penyesuaian diri seseorang maka semakin baik pula kesejahteraan psikologisnya, sebaliknya semakin buruk penyesuaian diri seseorang maka semakin buruk pula kesejahteraan psikologisnya. Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima dan ada hubungan antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan psikologis pada istri yang tinggal bersama mertua. Hal ini sesuai dengan pendapat yang telah dikemukakan oleh Ryff (Ramadhani, 2016) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis yaitu penyesuaian diri, dimana penyesuaian diri merupakan prediktor yang cukup kuat dalam terbentuknya kesejahteraan psikologis.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara penyesuaian diri dengan kesejahteraan psikologis pada istri yang tinggal bersama mertua. Semakin tinggi penyesuaian diri istri yang tinggal bersama mertua maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis istri yang tinggal bersama mertua.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Anissa, N., & Handayani, A. (2012). Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. *Jurnal Psikologi: Pitutur*, 1(1), 53-64. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/article/download/36/35>
- Anjani, C. (2006). Pola penyesuaian perkawinan pada periode awal. *Jurnal Insan*, 8(3), 198-210. [https://www.researchgate.net/profile/Suryanto-Suryanto-9/publication/325079048\\_Pola\\_Penyediaan\\_Perkawinan\\_pada\\_Periode\\_Awal/links/5af55337a6fdcc0c030b3237/Pola-Penyediaan-Perkawinan-pada-Periode-Awal.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Suryanto-Suryanto-9/publication/325079048_Pola_Penyediaan_Perkawinan_pada_Periode_Awal/links/5af55337a6fdcc0c030b3237/Pola-Penyediaan-Perkawinan-pada-Periode-Awal.pdf)
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian* (Edisi I). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fajriyanti, N., & Nuz'amidhan, R. L. (2018). Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 1(5), 183-191. <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/download/2833/601>
- Febriana, M. A., & Kusumiati, R. Y. (2021). Penyesuaian perkawinan pada istri yang tinggal bersama mertua di desa suruh, kecamatan suruh. *Psikologi Konseling*, 18(1), 873-887. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/Konseling/article/download/27830/16630>

- Haber, A., & Runyon, R. P (1984). *Psychology of Adjustment*. Homewood, Illinois: The Dorsey Press.
- Hapsari, I. (2020). Konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologi pekerja yang menjalani work from home selama pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 13(1). <https://doi.org/10.35760/psi.2020.v13i1.2623>
- Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). Dukungan sosial, penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa sma negeri 2 binjai. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 148-155. <http://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.5906>
- Hasmayni, B. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri remaja. *Jurnal Analitika*, 6(2), 98-104. <https://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/download/850/826>
- Huppert, F.A. (2009). Psychological well-being: evidence regarding its causes and consequences. *Journal of Health and Well-Being*, 1(2), 137-164. doi:10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Indrawati, E. S., & Fauziah, N. (2012). Attachment dan penyesuaian diri dalam perkawinan. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 11(1), 40-49. [http://eprints.undip.ac.id/38765/1/Journal\\_Attachment\\_dan\\_Penyesuaian\\_Diri\\_Perkawinan.pdf](http://eprints.undip.ac.id/38765/1/Journal_Attachment_dan_Penyesuaian_Diri_Perkawinan.pdf)
- Juwita, V. R., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan. *Jurnal Empati*, 7(1), 274-282. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/viewFile/20196/19051>
- Maulida, M., & Sari, K. (2016). Hubungan memaafkan dengan kesejahteraan psikologis pada wanita yang bercerai. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Psikologi*, 1(4). <https://jim.unsyiah.ac.id/Psikologi/article/viewFile/1406/737>
- Metaram, C. (2017). Konflik Menantu\_Mertua. Diakses pada tanggal 5 April 2022 dari <https://news.detik.com/berita/d-3755224/siram-kopi-panas-ke-mertua-menantu-meringkuk-di-tahanan>
- Nadlyfah, A. K., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara pengungkapan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau di semarang. *Jurnal Empati*, 7(1), 136-144. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/download/20171/19029>
- Nasution, E. S. (2019). Penyesuaian diri dalam perkawinan pada remaja putri yang menikah di usia muda. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan SD*, 8(2), 68-80. <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/download/600/575/0>
- Noviasari, N., & Dariyo, A. (2016). Hubungan psychological well-being dengan penyesuaian diri pada istri yang tinggal di rumah mertua. *Psikodimensia*, 15(1), 134-151. <http://103.243.177.137/index.php/psi/article/viewFile/596/447>
- Panney, U. (2012). *Psikologi Perkembangan* (terjemahan) Jakarta: Erlangga.
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 65-78. <https://doi.org/10.29210/162200>
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: Studi pada mahasiswa fakultas psikologi uksw. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73-84. <http://journal.unpad.ac.id/jpsp/article/viewFile/26681/14030>
- Ramadhani, T. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai (Studi Deskriptif Yang Dilakukan Pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Kesejahteraan Psikologis*. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/article/download/1638/1287>

- Ramadhani, Y. (2017). Membongkar Ketegangan antara Menantu-Mertua Wanita. Diakses pada tanggal 5 April 2022 dari <https://amp.tirto.id/membongkar-ketegangan-antara-menantu-mertua-wanita-cxoQ>
- Rossalia, N., & Priadi, M, A. G. (2018). Conflict management style pada pasangan suami istri yang tinggal bersama mertua. *Manasa-old*, 7(1), 35-50. <http://mx2.atmajaya.ac.id/index.php/Manasa/article/download/147/335>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Cambridge University Press*, 4(4), 99-104. DOI:10.1007/s10902-006-9019-0
- Ryff, C. D., Singer, B. H. (2006). Know Thyself And Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*. Published by: Springer. 9: 13-39. DOI 10.1007/s10902-006-9019-0
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Edisi 13* (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Sugiyono. (2017). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syaaf, S. (2014) Sebelum tinggal bersama, kenali dulu tipe mertua anda. Diakses pada 5 April 2022. <https://amp.kompas.com/lifestyle/read/2014/09/02/000700520/sebelum-tinggal-bersama-kenali-dulu-tipe-mertua-anda>.
- Utami, F. T. (2015). Penyesuaian diri remaja putri yang menikah muda. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 1(1), 11-21. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/download/553/491>
- Windananti. (2015). Meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa melalui teknik cognitive restructuring pada kelas X TKRI 1 SMK Negeri 7 Semarang tahun 2012/2013. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 3(1), 1-9. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/JPP/article/viewFile/5701/4573>
- Wulandari, S. W. (2016). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri siswa kelas X SMK Santa Maria Jakarta. *Psiko Edukasi*, 14(2), 94-100. <https://core.ac.uk/download/pdf/2962616>
-