

## PENGARUH INTERVENSI *BIBLIOTHERAPY* TERHADAP PENYESUAIAN PERKAWINAN PADA PASANGAN SUAMI DAN ISTRI (USIA PERKAWINAN KURANG DARI 5 TAHUN)

<sup>1)</sup> Agung Prabowo Wisnubroto, <sup>2)</sup> Triana Noor Edwina, <sup>3)</sup> Kondang Budiyan

1) Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi UMBY  
Email: ap.wisnubroto@gmail.com

2) Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi UMBY  
Email: triana@mercubuana-yogya.ac.id

3) Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi UMBY  
Email: kondang@mercubuana-yogya.ac.id

### Abstract

*The research intends to examine the effect of bibliotherapy interventions on marital adjustment of married couples. The type of research is a Quasi-Experiment with the type of design "One Group Pretest-Posttest Design". The subjects in this research were 2 married couples who were divided into 1 group, namely the experimental group with the selection of subjects used Accidental Sampling Techniques. The research instrument used was a Dyadic Adjustment Scale (DAS) from Spanier (1976) which was used by Rumondor (2010). Data analysis techniques used the Paired Sample T-Test with the help of SPSS version 22 for windows. The results revealed that bibliotherapy could increase marital adjustment to be higher, with a value of  $t = -8.996$  and a value of  $p = 0.003 (<0.05)$ .*

**Keywords:** marital adjustment; bibliotherapy.

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh intervensi *bibliotherapy* terhadap penyesuaian perkawinan pada pasangan suami istri. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi-Experiment* dengan jenis rancangan "*One Group Pretest-Posttest Design*." Subjek penelitian berjumlah 2 pasangan suami istri yang dibagi menjadi 1 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dengan pemilihan subjek menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Dyadic Adjustment Scale (DAS)* dari Spanier (1976) yang sudah digunakan oleh Rumondor (2010). Teknik analisis data menggunakan *Paired Sample T-Test* dengan bantuan program *SPSS versi 22 for windows*. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa intervensi *bibliotherapy* dapat meningkatkan penyesuaian perkawinan pasangan suami istri menjadi lebih tinggi dengan nilai  $t = -8,996$  dan nilai  $p = 0,003$  ( $p < 0,005$ ).

**Kata kunci:** penyesuaian perkawinan, *bibliotherapy*

Submitted: 28 Februari 2020

Revision: 09 Maret 2020

Accepted: 25 Maret 2020

## 1. PENDAHULUAN

Lima tahun awal adalah pusat perjalanan sebuah kehidupan perkawinan. Pada tahun-tahun ini penyesuaian perkawinan akan sangat berperan dalam membantu mengelola permasalahan yang sering disebabkan oleh adanya perbedaan antara kenyataan dengan harapan, seperti misalnya perbedaan antara peran yang diharapkan dengan kenyataan peran yang dirasakan, perbedaan antara tujuan dengan pencapaian tujuan yang dirasakan, perbedaan antara kualitas pribadi dalam konsepsinya tentang pasangan yang ideal dengan persepsinya tentang kualitas pribadi yang aktual dari pasangannya (Spanier, 1972).

Penyesuaian perkawinan dapat diartikan sebagai proses diadik antara suami dan istri yang berlangsung secara bergantian (bolak-balik) antara individu dengan individu, individu dengan kehidupan perkawinannya, dan pasangan ini dengan kehidupan perkawinannya yang bergerak dalam suatu kontinum dari penyesuaian yang baik sampai ke penyesuaian yang buruk (Spanier, 1976).

Hasil dari proses ini sendiri ditentukan oleh derajat perbedaan yang dihadapi dalam hubungan, derajat ketegangan interpersonal dan kecemasan pribadi, derajat kepuasan dalam hubungan, derajat kedekatan dalam hubungan, dan derajat kesepakatan tentang hal-hal penting bagi fungsi hubungan (Spanier, 1976).

Pasangan yang mampu melakukan penyesuaian perkawinan dengan baik, keduanya berhasil beradaptasi dengan peran dan tanggung jawab baru sebagai suami dan istri dalam sebuah tim yang kohesif (Kendrick & Drentes, 2016). Sebaliknya, pasangan yang kesulitan dalam melakukan penyesuaian perkawinan akan mengalami peningkatan risiko menurunnya kepuasan dalam hubungan, kekecewaan, keterasingan, dan berpeluang lebih besar untuk bercerai (Gee et.al., 2002).

Berdasarkan catatan Badan Pusat Statistik (BPS, 2018), khusus di D.I Yogyakarta, ribuan jumlah perkara perceraian telah diputus oleh Pengadilan Agama (PA) D.I Yogyakarta selama periode tahun 2015 sampai

dengan 2017. Pada tahun 2015, PA memutus sebanyak 5221 kasus perceraian, tahun 2016 sebanyak 5160 kasus, dan di tahun 2017 sebanyak 5112 kasus.

Perceraian seringkali dipilih sebagai jalan keluar terakhir konflik berkepanjangan tidak juga menemukan jalan keluar (Strong et.al., 2011), sehingga diperlukan upaya pencegahan yaitu dengan mengembangkan ikatan perkawinan yang kuat (respek, percaya, intimasi), dan mengembangkan gaya pasangan yang dapat saling diterima (berfungsi dengan baik dan memuaskan kedua pihak) (McCarthy, 2008).

*Bibliotherapy* melihat bahwa permasalahan penyesuaian perkawinan disebabkan kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang bagaimana melakukan penyesuaian perkawinan yang baik, sebab seperti yang disampaikan oleh (Shechtman, 2012), pada dasarnya semua perilaku dipelajari, dan karenanya dapat dipelajari kembali dengan bimbingan yang tepat.

*Bibliotherapy* bekerja dengan cara yang mirip dengan terapi yang diberikan oleh terapis, di mana buku atau manual memiliki pendekatan psikoterapi yang memberikan informasi dan menguraikan strategi yang dapat digunakan individu untuk menghasilkan wawasan, merangsang kesadaran emosi dan kognisi negatif, memberikan solusi untuk masalah, dan mendorong individu untuk mempraktikkan strategi ini dalam kehidupan sehari-hari (Campbell & Smith, 2003).

Mekanisme perubahan yang terjadi pada individu disebabkan oleh adanya proses belajar sehingga bentuk material tritmen yang diberikan berupa bacaan non-fiksi yang bisa meningkatkan fungsi dan mengatasi masalah individu (Herlina, 2013).

Umumnya materi menyediakan teori, praktik latihan, dan psikoedukasi sebagai sarana guna mengurangi dan menghilangkan beberapa jenis permasalahan psikologi (Pardini & Scogin, 2014).

Dalam penelitian ini, *bibliotherapy* untuk penyesuaian perkawinan terdiri dari membaca buku non-fiksi (bantu diri) untuk penyesuaian perkawinan yang menggunakan prinsip-prinsip belajar kognitif. Ini menggabungkan unsur-unsur dasar dari konseptualisasi penyesuaian perkawinan yang bermasalah dan menyediakan latihan yang dirancang untuk membantu suami dan istri mengatasi permasalahan terkait penyesuaian perkawinan. Buku yang digunakan menyediakan teori, praktik latihan, dan psikoedukasi sebagai sarana guna mengurangi dan menghilangkan beberapa jenis permasalahan dalam penyesuaian perkawinan.

## 2. METODE PENELITIAN

### 2.1. Desain Penelitian

Metode *quasi-experimental*, yaitu penelitian yang mirip dengan penelitian eksperimen sebenarnya dikarenakan adanya manipulasi pada variabel independen. *Quasi-experimental* berbeda dengan penelitian eksperimen sebenarnya karena tidak adanya kelompok kontrol, tidak ada seleksi acak, tidak ada tugas acak, dan/atau tidak ada manipulasi aktif (Abraham & MacDonald, 2011; Kirk, 2009). Jenis penelitian ini sering dilakukan dalam kasus di mana kelompok kontrol tidak dapat dibuat atau pemilihan acak tidak dapat dilakukan. Ini sering terjadi dalam studi medis dan psikologis tertentu (Kantowitz et.al., 2009).

Teknik pengambilan data yang digunakan menggunakan *Dyadic Adjustment Scale* (DAS) dari Spanier (1976) yang sudah digunakan oleh Rumondor (2010) yang telah diterjemahkan oleh Mamdy (2007). DAS terdiri dari 32 item yang akan mengukur penyesuaian perkawinan yang terbagi menjadi empat subskala, yaitu *dyadic consensus*, *dyadic satisfaction*, *dyadic cohesion*, *affectional expression*.

Subjek penelitian ditentukan melalui teknik *accidental sampling*, yaitu subjek yang diambil karena kebetulan ditemui (Purwanto, 2008). Karakteristik subjek dalam penelitian ini yaitu: 1) Usia perkawinan 0-5 tahun; 2)

Skor DAS <100; 3) Pendidikan minimal S1; 4) Kondisi keuangan yang stabil (tidak bermasalah).

### 2.2. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik parametrik dengan menggunakan t-test. Pada t-test untuk dua sampel terkait, maka dua sampel dapat dianggap terkait di dalam *pre and post design* (*self-pairing*) (Pandey, 2015).

Dalam *pre and post design*, setiap subjek digunakan sebagai kontrolnya sendiri. Asumsi yang mendasari untuk menggunakan uji-t berpasangan adalah bahwa di bawah hipotesis nol dalam populasi yang terdistribusi secara normal maka terdapat perbedaan, yang perbedaan tersebut dapat dinilai dengan menggunakan nilai sampel. Lalu, dengan menggunakan perbedaan nilai rata-rata dan standar *error* dari perbedaan rata-rata tersebut, dengan interval kepercayaan 95% maka dapat dihitung perbedaan nilai pre dan post (Pandey, 2015).

## 3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

Menurut Pandey (2015), dalam semua tes parametrik, distribusi variabel kuantitatif dalam populasi diasumsikan terdistribusi secara normal. Jika peneliti tidak memiliki akses ke nilai populasi untuk mengatakan normal atau tidak normal, maka asumsi normalitas dibuat berdasarkan nilai sampel.

Berdasarkan hasil uji normalitas variabel penyesuaian perkawinan, diperoleh skor *Shapiro-Wilk*  $p = 0,962$  untuk pretest, dan  $0,995$  untuk *posttest*. Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 3.1. *Tests of Normality*

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pre	.991	4	.962
Post	.998	4	.995

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas dengan teknik *Shapiro-Wilk*, diketahui bahwa seluruh nilai (*pretest* dan *posttest*) sig > 0.05, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebaran data terdistribusi secara normal.

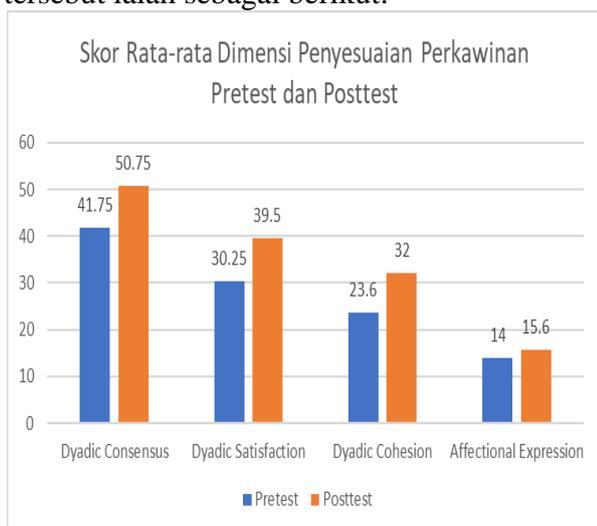
Selanjutnya, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 22 for windows untuk mengetahui pengaruh variabel Y (*bibliotherapy*) terhadap variabel X (penyesuaian perkawinan) antara sebelum dengan sesudah intervensi pada kelompok eksperimen adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.2. Paired Samples Test Pretest-Posttest**

T Hitung	Sig.	Keterangan
-8.996	0.003	Ada perbedaan antara skor pretest dengan posttest pada kelompok eksperimen

Pada Tabel 2 di atas, diperoleh nilai T hitung = -8.996 dan nilai sig = 0.003 ( $p < 0.005$ ), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara skor penyesuaian perkawinan sebelum pemberian *bibliotherapy* dengan setelah pemberian *bibliotherapy*.

Hasil analisa lanjutan juga dilakukan untuk melihat secara lebih rinci aspek-aspek penyesuaian perkawinan yang manakah yang paling terkena dampak *bibliotherapy*. Hasil tersebut ialah sebagai berikut:



**Grafik 3.1. Peningkatan Skor Rata-rata Aspek-aspek Penyesuaian Perkawinan pada Kelompok Eksperimen**

Berdasarkan penjabaran perubahan skor rata-rata masing-masing aspek penyesuaian perkawinan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek yang paling mengalami perubahan skor adalah aspek *Dyadic Satisfaction* yang ditandai dengan meningkatnya skor rata-rata dari *pretest* ke *posttest* sebesar 9.25. Hal ini berarti bahwa perubahan skor penyesuaian perkawinan suami dan istri secara keseluruhan paling dipengaruhi oleh perubahan skor pada aspek *Dyadic Satisfaction*, atau dengan kata lain bahwa *bibliotherapy* memberikan pengaruh paling besar terhadap peningkatan skor pada aspek *Dyadic Satisfaction* dibanding aspek *Dyadic Consensus*, *Dyadic Cohesion*, dan *Affectional Expression*.

### 3.2 Pembahasan

Berdasarkan uji t sampel berpasangan, diperoleh nilai p sebesar 0.003 ( $p < 0.005$ ) yang berarti terdapat perbedaan skor sebelum menerima intervensi dengan setelah menerima intervensi, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian intervensi *bibliotherapy* terhadap peningkatan penyesuaian perkawinan pada kelompok eksperimen.

Penyesuaian perkawinan merupakan proses diadik yang berarti bahwa dua individu di dalam relasi akan saling memengaruhi, sehingga perilaku suami dipengaruhi oleh istri, demikian pula sebaliknya, perilaku istri dipengaruhi oleh suami (Spanier, 1976). Bandura (1978) melihat bahwa hubungan semacam ini adalah saling memengaruhi satu sama lain sehingga perilaku seseorang dipengaruhi oleh lingkungannya, namun respons lingkungan juga dipengaruhi oleh bagaimana individu tersebut berperilaku. Model interaksi seperti ini disebut dengan *Reciprocal Determinism Theory*.

Pemberian intervensi *bibliotherapy* dalam bentuk memberikan buku *Disayang Suami sampai Mati: Tujuh Prinsip Melanggengkan Pernikahan* yang dapat Dipelajari Suami dan Istri akan memberikan pengetahuan pada suami dan istri, dengan cara

menawarkan informasi-informasi yang akan mengantarkan individu pada penemuan hubungan yang paralel antara kehidupan pribadinya dengan materi yang ada dalam buku yang sedang dibacanya (Cornett & Cornett, 1980). Pada tahap identifikasi ini ada semacam “*shock recognition*” yang membuat persepsi pembaca pada konten dalam buku menjadi diwarnai oleh kebutuhannya saat ini (Cornett & Cornett, 1980). Gladding (dalam Myers, 1998) menyebut ini dengan penemuan signifikan tentang dirinya sendiri.

Hasil analisis lanjutan tentang pengaruh *bibliotherapy* terhadap dimensi-dimensi penyesuaian perkawinan menunjukkan bahwa pengetahuan yang diperoleh suami dan istri dari buku *Disayang Suami sampai Mati: Tujuh Prinsip Melanggengkan Pernikahan yang dapat Dipelajari Suami dan Istri* dapat meningkatkan *Dyadic Consensus*, *Dyadic Satisfaction*, *Dyadic Cohesion*, dan *Affetctional Expression* pada suami dan istri.

Perubahan dimensi-dimensi tersebut disebabkan materi dalam buku pada *bibliotherapy* menawarkan pengetahuan kepada suami dan istri tentang membangun peta kasih (mempelajari apa yang penting bagi satu sama lain), berbagi rasa suka dan kagum (untuk saling memberitahu apa yang diinginkan, sukai dan hargai), saling mendekati dan tidak saling menjauhi (memerhatikan pasangan) (Bowdon, 2007).

Semua itu akan menghasilkan perspektif positif untuk menghilangkan penilaian yang salah terhadap pasangan, sehingga hubungan menjadi terasa aman, keduanya akan cenderung saling percaya (menganggap bahwa pasangan adalah pribadi yang baik). Perspektif tersebut akan memengaruhi penilaian tentang kepuasan yang selama ini dirasakan dalam hubungan perkawinan (*dyadic satisfaction*) yang pada giliran selanjutnya, pasangan akan lebih siap untuk saling membuka diri, dan ini akan mengurangi hambatan dalam mengekspresikan afeksi (*affetctional expression*) pada keduanya (Gottman, 1999).

Setelah suami dan istri selesai membaca, maka selanjutnya suami dan istri mulai

mempraktikkan perubahan perilaku yang diperolehnya dari buku, yaitu mempelajari apa yang penting bagi satu sama lain; memberitahu apa yang diinginkan, disukai, dan dihargai; lebih memerhatikan satu sama lain. Suami dan istri juga mempraktikkan mengelola konflik dengan cara belajar menerima pengaruh dari pasangan, mendiskusikan permasalahan, dan praktik menenangkan diri; berkomunikasi secara konstruktif. Termasuk juga mulai berusaha untuk lebih mengenali impian dan harapan pasangannya.

Ketika suami dan istri mulai tergerak dan mempraktikkan perubahan perilaku, maka efek juga muncul dari pasangannya. Perubahan ke arah yang baik juga akan direspons yang sama oleh pasangan. Hal ini seperti yang disampaikan oleh Bandura (2004) bahwa perilaku juga sebagian diatur oleh reaksi sosial yang ditimbulkannya, berupa persetujuan dan ketidaksetujuan dari perilaku tersebut dalam hubungan interpersonal seseorang. Bagaimana reaksi sosial dari perubahan yang akan dilakukan oleh pasangan suami istri akan memengaruhi upayanya untuk melakukan perubahan perilaku.

Pada saat suami dan istri melakukan praktik perubahan, maka suami yang tahu tentang peta kasih pasangan, akan meningkatkan kepuasan (*satisfaction*) istri yang itu akan berpengaruh pada suami, demikian pula sebaliknya. Demikian juga dengan suami yang belajar menerima pengaruh dari pasangan, memilih untuk mendiskusikan masalah, serta mampu tidak berperilaku emosional sehingga mampu berkomunikasi secara konstruktif akan memengaruhi sikap istri kepadanya menjadi lebih positif, demikian pula sebaliknya.

Menurut Bandura (2004), umumnya seseorang akan mengadopsi standar pribadi serta mengatur perubahan perilaku berdasarkan evaluasi kepada dirinya sendiri. Jika perilaku yang dilakukan memberikan kepuasan dan harga diri, maka perilaku tersebut akan dipertahankan sementara perilaku sebaliknya akan dihindari. Ini berarti bahwa respons positif atas perubahan perilaku

dalam bentuk relasi diadik akan mendatangkan kepuasan yang akan menguatkan suami dan istri untuk mempertahankan perilakunya tersebut. Respons pasangan tersebut juga akan menguatkan keyakinan pada diri suami dan istri bahwa perubahan yang dilakukan mendatangkan manfaat sebagai hasil dari kesadaran tentang risiko dan manfaat perubahan perilaku yang relevan dengan pengalaman dalam kehidupannya.

Setelah melalui seluruh proses tersebut, maka pada akhirnya akan terjadi peningkatan pada penyesuaian perkawinan suami dan istri yang dapat diukur dari tingginya persetujuan (*dyadic consensus*) mengenai masalah keuangan, keluarga, rekreasi, agama, filosofi hidup, tugas rumah tangga; tingginya kepuasan dalam hubungan perkawinan (*dyadic satisfaction*), yaitu tingginya frekuensi pertengkaran, menutup diri, pikiran untuk berpisah, rendahnya komitmen terhadap kelanjutan hubungan; tingginya kedekatan hubungan (*dyadic cohesion*) yaitu rendahnya frekuensi melakukan kegiatan bersama, bertukar pikiran, mengerjakan proyek bersama, berbagi minat bersama; dan tingginya ekspresi afeksi (*affectional expression*) yaitu hambatan dalam menunjukkan afeksi dan rendahnya aktivitas seksual.

## 4 KESIMPULAN DAN SARAN

### 4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh intervensi *bibliotherapy* terhadap penyesuaian perkawinan pada pasangan suami dan istri di usia perkawinan kurang dari lima tahun, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *bibliotherapy* terhadap peningkatan penyesuaian perkawinan pada suami dan istri di usia perkawinan kurang dari lima tahun dengan nilai  $t = -9.00$  dan  $p = 0.003$  ( $p < 0.001$ ), di mana *bibliotherapy* mampu meningkatnya rata-rata penyesuaian perkawinan suami dan istri dari kategori bermasalah ( $< 100$ ) (*pretest* = 95.5) menjadi tidak bermasalah ( $> 100$ ) (*posttest* = 120). Pemberian intervensi

*bibliotherapy* dalam bentuk memberikan buku *Disayang Suami sampai Mati: Tujuh Prinsip Melanggengkan Pernikahan yang dapat Dipelajari Suami dan Istri* akan memberikan pengetahuan pada suami dan istri, dengan cara menawarkan informasi-informasi yang akan mengantarkan individu pada penemuan hubungan yang paralel antara kehidupan pribadinya dengan materi yang ada dalam buku yang sedang dibacanya. Meningkatkan pengetahuan suami dan istri tentang pengelolaan penyesuaian perkawinan dapat membantunya untuk memiliki keterampilan yang dibutuhkan guna melakukan penyesuaian perkawinan dengan lebih baik.

### 4.2 Implikasi

Berdasarkan pembahasan pada sebelumnya maka implikasi yang diajukan dari hasil penelitian yaitu:

1. Kepada peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian mengenai pengaruh *bibliotherapy* terhadap penyesuaian perkawinan dapat menambahkan materi yang digunakan dalam bentuk visual (gambar). Saran ini diberikan karena temuan penggunaan gambar dalam intervensi meningkatkan ketertarikan subjek untuk membaca buku.
2. Kepada subjek penelitian. Disarankan untuk terus mempraktikkan keterampilan baru yang sudah diperoleh, serta melanjutkan latihan-latihan lainnya yang ada di dalam buku.

Kepada konselor perkawinan. *Bibliotherapy* dapat digunakan sebagai alternatif dalam program pengayaan perkawinan untuk membantu pasangan suami istri yang memiliki permasalahan dengan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan kurang dari lima tahun.

## 5 DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & McDonald, K. (2011). Quasi-Experimental Research, 506-507. Edt., Fitzpatrick & Wallace. *Encyclopedia of Nursing Research*. Second edition. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Arlinghaus, K. R., & Johnston, C. A. (2017). Advocating for Behavior Change with Education. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 12(2), 113-116.
- Bandura, A. (1978). The Self System in Reciprocal Determinism. *American Psychological Association*, 33(4), 344-358.
- Bandura, A. (2004). Health Promotion by Social Cognitive Means. *Health Education & Behavior*, 31(2), 143-164.
- Bowdon, T. B. (2007). *50 Psychology Classics. How We are, How We Think, What We Do. Insight and Inspiration from 50 Key Books*. Boston: Nicholas Brealy Publishing.
- BPS. (2018). *Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dalam Angka 2018. Daerah Istimewa Yogyakarta Province in Figures 2018*. Yogyakarta: Badan Pusat Statistik Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Campbell, L. F., & Smith, T. P. (2003). Integrating Self-Help Book into Psychotherapy. *JCLP/In Session: Psychotherapy in Practice*, 59(2), 177-186.
- Cornett, C.E., & Cornett, C. F. (1980). *Bibliotherapy: the Right Book at the Right Time*. Indiana: Phi Delta Kappa Educational Foundation.
- Gee, C. B., Scott, R. L., Castellani, A. M., & Cordova, J. V. (2002). Predicting 2-Year Marital Satisfaction from Partners' Discussion of Their Marriage Checkup. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 399-407.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work. A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert*. New York: Crown Publisher, Inc.
- Herlina. (2013). *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak dan Remaja melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama
- Kantowitz, B. H., Roediger III, H. L., & Elmes, D. G. (2009). *Experimental Psychology*. Ninth edition. USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Kendrick, H. M., & Drentes, P. (2016). Marital Adjustment. *The Wiley Blackwell Encyclopedia Family Studies*. 1st. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Kirk, R. E. (2009). Experimental Design. 23-45. Edt., Millsap & Olivares. *The Sage Handbook of Quantitative Methods in Psychology*. London: SAGE Publications Ltd.
- Mamdy, S. Z. (2007). Penyesuaian Pernikahan pada Pasangan yang Baru Memiliki Anak Pertama. *Tugas Akhir*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- McCarthy, B., Ginsber, R. L., & Cintron, J. A. (2008). Primary Prevention in the First Two Years of Marriage. *Journal of Family Psychotherapy*, 19(2), 143-156.
- Myers, J. E. (1998). Bibliotherapy and DCT: Co-constructing the Therapeutic Metaphor. *Journal of Counseling and Development*, 76(3), 243-250.
- Pandey, R. M. (2015). Commonly Used t-tests in Medical Research. *Journal of the Practice of Cardiovascular Sciences*, 1:185:188.
- Pardini, J., Scogin, F., Schriver, J., & Domino, M. (2014). Efficacy and Process of Cognitive Bibliotherapy for the Treatment of Depression in Jail and Prison Inmates. *Psychological Services*, 11(2): 141-152.
- Purwanto. (2008). *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rumondor, P. C. B. (2010). Intervensi Strategic Hope Focused Marital Enhancement Pada Pasangan Di Masa Awal Pernikahan. *Tesis*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Shechtman, Z. (2012). *Treating Child and Adolescent Aggression through*

*Bibliotherapy*. USA: Springer.

- Silverberg, L. I. (2003). *Bibliotherapy: the Therapeutic Use of Didactic and Literary Texts in Treatments, Diagnosis, Prevention, and Training*. *JAOA*, 103(3), 131-135.
- Spanier, G. B. (1972). Romanticism and Marital Adjustment. *Journal of Marriage and Family*, 34(3), 481-487.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similar Dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38(1), 15-28.
- Strong, B., DeVault, C., & Cohen T. F., (2011). *The Marriage and Family Experience: Intimate Relationships in a Changing Society*. 11<sup>th</sup> edition. USA: Wadsworth Publishing