

Pengungkapan Diri dan Kepuasan Pernikahan

Pada *Long-Distance Married Couples*

Ayuningtyas Dwina Firmanto¹, Ratih Eka Pertiwi²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang,
Jl. Raya Tlogomas No.246, Babatan, Tegalondo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur, 65144

ayuningtyaaaas@gmail.com, ratihekapertiwi@umm.ac.id

Abstrak

Pasangan suami istri yang tidak tinggal bersama (terpisah jarak) mengalami tantangan tersendiri yang mungkin dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan. Kepuasan pernikahan dapat dicapai salah satunya lewat pengungkapan diri kepada pasangan. Penelitian ini memiliki tujuan yaitu mengetahui pengaruh pengungkapan diri terhadap kepuasan dalam pernikahan pada pasangan yang tinggal berjauhan dengan pasangannya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Teknik sampling yang digunakan ialah *non probability sampling* yaitu *accidental sampling* dengan karakteristik sampel perempuan/ laki-laki yang menjalani pernikahan jarak jauh sejumlah 100 orang (68 Perempuan, 32 Laki-laki). Penelitian ini menggunakan dua instrumen yaitu *The Marital Self Disclosure Questionnaire (MSDQ)* dan *ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengungkapan diri dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan pada *long distance married couple* dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Implikasi penelitian ini untuk pasangan yang menjalani *long distance marriage* diharapkan dapat lebih terbuka lagi pada masing-masing pasangan sehingga kepuasan dalam pernikahan dapat tercapai.

Kata kunci: Kepuasan Pernikahan; Pasangan Suami Istri Jarak Jauh; Pengungkapan Diri

Abstract

Married couples living separately face challenging situations that might affect their marital satisfaction. Marital satisfaction can be achieved by self-disclosure to partners. This study aimed to determine the effect of self-disclosure on marital satisfaction in long-distance married couples. This study used quantitative research methods with a correlational quantitative design. The sampling technique applied was non-probability sampling, namely accidental sampling with the characteristics of a sample of 100 women/men who underwent long-distance marriages (68 women, 32 men). Two instruments were utilized: The Marital Self Disclosure Questionnaire (MSDQ) and the ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS). The results indicated that self-disclosure can affect marital satisfaction in long-distance married couples as evidenced by a significance value of $0.000 < 0.05$. The implication of this research for couples undergoing long-distance marriage is that they are expected to be more open to each partner so that satisfaction in marriage can be achieved.

Keywords: Long Distance Marriage (LDM); Marital Satisfaction; Self-Disclosure

PENDAHULUAN

Idealnya, pasangan yang sudah menikah tinggal bersama dengan pasangannya. Akan tetapi, seiring dengan perkembangan, model perkawinan tradisional seperti ini mengalami perubahan. Sebagai individu yang hidup di era kemajuan teknologi dan eskalasi ekonomi, baik laki-laki maupun perempuan memiliki kesempatan yang sama besarnya untuk mengaktualisasikan diri lewat pendidikan yang lebih tinggi ataupun peningkatan karier. Tidak jarang kesempatan untuk meningkatkan pendidikan dan kondisi finansial ini memaksa pasangan menikah untuk tinggal

secara terpisah (Supatmi & Masykur, 2020). Hubungan *long-distance marriage* (LDM) ialah keadaan dimana pasangan suami-istri memiliki batasan pada jarak dan waktu untuk bertemu, sehingga berdampak pada singkatnya pertemuan antar pasangan (Prameswara & Sakti, 2016). Lebih lanjut, menurut Kariuki (2014) *long distance marriage* ialah keadaan pernikahan dimana pasangan suami-istri tinggal di lokasi geografis yang terpisah dalam kilometer, negara ataupun benua pada jangka pendek ataupun panjang. Hal ini juga bisa mengacu pada “jarak emosional” yang tercipta antar pasangan seiring frekuensi tatap muka langsung yang jarang.

Pada *long-distance married couples* kerap ditemui adanya perasaan jenuh, permasalahan terkait anak yang kurang mengenal sosok salah satu orang tuanya, kecurigaan akan diselingkuhi bahkan perselingkuhan (Prameswara & Sakti, 2016). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Kariuki (2014) juga menyebutkan ketidakhadiran pasangan berdampak negatif yaitu pada kebutuhan seksual yang tidak terpenuhi (81%), terpisahnya secara emosional (72%), ketidaksetiaan dan perselingkuhan (45%) serta konflik lain pada keluarga yang sering terjadi.

Tantangan lain yang dihadapi oleh *long-distance married couples* dengan kondisi yang terpisah ialah tidak dapat menghabiskan waktu luang bersama, sehingga suami/istri merasa rindu dan kesepian (Pistole et al., 2010). Kurangnya kesempatan berinteraksi antara suami dan istri yang tinggal terpisah juga menimbulkan kesulitan pada pasangan untuk mengenali kebiasaan dan sifat pasangan maupun menangani konflik antar pasangan (Handayani, 2016). Beragam kondisi demikian dapat berakibat pada adanya ketidakpuasan pernikahan baik dalam menjalankan peran sebagai suami/istri maupun sebagai orang tua (Astuti & Puspitarani, 2013; Pertiwi, 2018; Primagareta, 2020; Kusumawati, 2022).

Istilah kepuasan pernikahan mengacu pada kondisi suami atau istri yang bahagia dan puas terhadap pernikahannya (Amirnovin & Ghaffarian, 2018). Menurut Olson et al. (2011) kepuasan pernikahan merupakan hasil dari evaluasi pasangan mengenai seberapa jauh pernikahan mereka bisa memenuhi harapan dan kebutuhan. Individu yang memiliki kepuasan pernikahan yang tinggi berarti memiliki komunikasi, pemecahan masalah dan beberapa aspek dalam kepuasan pernikahan yang bagus dengan pasangan (Sari & Fauziah, 2016). Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut Safarzadeh et al. (2011), kepuasan pernikahan dapat memberikan dampak terhadap kebahagiaan individu sehingga dapat dikatakan kepuasan pernikahan merupakan hal yang utama dalam sebuah pernikahan.

Ada beberapa hal yang mempengaruhi kepuasan pernikahan, di antaranya spiritualitas dan religiusitas, seksualitas dan relasi interpersonal, komunikasi dan interaksi antar pasangan (Zaheri, et al., 2016), serta pengungkapan diri (Hendrick, 1981; Rini & Retnaningsih, 2008). Beberapa faktor demografis seperti latar belakang pendidikan, usia pernikahan, dan pendapatan keluarga juga dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan (Zainah, et al, 2012). Di antara faktor-faktor tersebut, faktor pengungkapan diri perlu ditelaah lebih lanjut dalam kaitannya dengan kepuasan pernikahan pada pasangan yang tinggal terpisah. Hal ini perlu dilakukan mengingat pada *long-distance married couples* dapat muncul jarak emosional dengan pasangan (Kairuki, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Faradina et al. (2020) menunjukkan bahwa ada perbedaan pengungkapan diri di antara pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh dan pasangan yang tinggal bersama. Pasangan yang tinggal terpisah cenderung kurang terbuka kepada pasangannya dibandingkan pasangan yang tinggal bersama. Studi menunjukkan bahwa dengan adanya keterbukaan dari suami maupun istri menjadi salah satu makna keharmonisan pada pasangan yang menjalani *long-distance marriage* (Rubyasih, 2016). Studi lain juga menyebutkan bahwa individu yang terbuka mengenai dirinya pada pasangan cenderung akan merasakan kepuasan dalam pernikahan (Manullang, 2021). Sejalan dengan hal tersebut,

Degenova (2005) berpendapat bahwa saat proses penyesuaian, masing-masing individu akan menyesuaikan pola perilakunya dengan pasangan agar terjalin komunikasi yang baik sehingga tercapainya kepuasan yang maksimal dalam pernikahan.

Teori tentang pengungkapan diri pertama kali dikemukakan oleh Jourard pada tahun 1964, namun baru 3 dekade kemudian yaitu pada 1998 Waring, Holden, dan Wesley secara spesifik mengemukakan teori pengungkapan diri dalam relasi pernikahan. Waring et al., (1998) berpendapat bahwa pengungkapan diri merupakan proses mengekspresikan diri secara verbal untuk menunjukkan pemikiran, perasaan, kepercayaan, dan peristiwa masa lalu kepada pasangan. Pengungkapan diri merupakan bagian penting dalam hubungan interpersonal, yang berguna untuk memahami fungsi pernikahan dan mengukur sifat serta tingkat keterbukaan antar pasangan. Seseorang yang terbuka mengenai dirinya pada pasangan dapat meningkatkan kepuasan dalam pernikahan, hal ini dikarenakan individu yang terbuka menjadi lebih bisa memahami pasangannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengungkapan diri memberikan sumbangan yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan pada suami (Rini & Retraningsih, 2008). Demikian pula yang dirasakan oleh istri, dalam penelitian yang dilakukan oleh Harahap dan Purba (2019) pengungkapan diri memiliki dampak yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan pada istri,

Hampir semua penelitian tentang pengungkapan diri dan kepuasan pernikahan menunjukkan hasil adanya hubungan yang positif secara signifikan. Penelitian yang sejalan dengan hal tersebut beberapa diantaranya ialah penelitian yang dilakukan oleh Manullang (2021) dimana ditemukannya hubungan yang positif dan signifikan antara pengungkapan diri dengan kepuasan pernikahan pada pasangan yang menjalani *long-distance marriage* di Kalimantan Timur. Selanjutnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2017) ditemukan hasil yang sama yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan pada pengungkapan diri dengan kepuasan pernikahan. Penelitian lain yang juga mengungkapkan hasil yang sama yaitu penelitian menyatakan bahwa dimana terdapat hubungan positif dan signifikan antara pengungkapan diri dengan kepuasan pernikahan pada dewasa awal di Kota Bukittinggi (Sari et al.,, 2018).

Di sisi lain, hasil penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Karney dan Bradbury (2020) menunjukkan hasil yang tidak selaras dengan model perilaku pada pernikahan. Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa komunikasi negatif di antara pasangan cenderung sulit diubah, tidak serta merta menghasilkan hubungan yang lebih memuaskan jika diubah, dan tidak selalu memprediksi stress pada pasangan. Penelitian yang dilakukan oleh Aritonang et al. (2022) juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengungkapan diri dengan kepuasan hubungan, baik pada pasangan yang terpisah jarak (*long-distance*) maupun pasangan yang tinggal bersama. Dengan adanya inkonsistensi ini, peneliti melihat masih perlu adanya studi untuk mengetahui pengaruh pengungkapan diri terhadap kepuasan pernikahan secara spesifik pada pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui apakah pengungkapan diri berpengaruh terhadap kepuasan dalam pernikahan pada pasangan yang menjalani *long-distance marriage*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi kajian psikologi keluarga dan acuan intervensi dalam konseling pasangan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik analisis data yang digunakan yaitu regresi linier sederhana. Responden dalam penelitian ini ialah perempuan/laki-laki yang menjalani *long distance marriage*. Berdasarkan hasil

penyebaran skala, jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 100 responden yang terdiri dari 68 responden berjenis kelamin perempuan dan 32 responden berjenis kelamin laki-laki. Dalam memperoleh subjek, teknik sampling yang digunakan adalah *non probability sampling* yaitu *accidental sampling*.

Data variabel pengungkapan diri diperoleh menggunakan skala *The Marital Self Disclosure Questionnaire* (MSDQ) yang telah yang dikemukakan oleh Waring, et al., (1998) dan diadaptasi oleh Trisnawati (2018). Skala ini terdiri dari 25 item dengan 16 item *favorable* dan 9 item *unfavorable*. Item-item ini disusun berdasarkan aspek yaitu *relationship, sex, money, dan balance*. Salah satu contoh item dari skala MSDQ adalah “Saya jarang membahas aspek dalam hubungan kami yang ingin diubah”. Alat ukur ini menggunakan skala likert yang memiliki 4 pilihan jawaban yaitu “sangat sesuai”, “sesuai”, “tidak sesuai”, dan “sangat tidak sesuai”. Instrumen ini memiliki nilai validitas sebesar 0,246-0,690 dan nilai koefisien *Alpha Cronbach’s* (reliabilitas) instrumen ini sebesar 0,901.

Skala berikutnya yaitu *ENRICH Marital Satisfaction Scale* (EMS) yang dikemukakan oleh Fowers dan Olson (1993) yang diadaptasi oleh Safira (2022). Proses translasi dan uji coba skala telah dilakukan di tahun 2017, kemudian Safira (2022) melakukan uji coba ulang pada subjek pelaku *commuter marriage* sejumlah 101 orang. Skala ini digunakan untuk mengukur kepuasan pernikahan. Skala EMS terdiri dari 15 aitem dengan 9 aitem *favorable* dan 6 aitem *unfavorable*. Aitem-aitem ini disusun berdasarkan aspek-aspek komunikasi, aktivitas waktu luang, orientasi agama, resolusi konflik, pengelolaan keuangan, hubungan seksual, keluarga dan teman, anak dan pengasuhan, isu kepribadian, kesamaan peran dan distorsi idealis. Salah satu contoh item dari skala EMS adalah “Saya dan pasangan sepenuhnya mengerti satu sama lain”. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini ialah skala likert dengan 5 pilihan jawaban antara lain sangat tidak setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Alat ukur ini memiliki nilai validitas sebesar 0,459-0,711 dan nilai koefisien *Alpha Cronbach’s* (reliabilitas) sebesar 0,908.

HASIL

Berdasarkan hasil pengambilan data, diperoleh responden sebanyak 100 individu yang menjalani *long-distance marriage*.

Tabel 1.
Data Statistik Deskriptif

Variabel	Kategori	Norma Kategori	Frekuensi	Persentase
Pengungkapan Diri	Tinggi	$X \geq 84$	21	21 %
	Sedang	$66 \leq X < 84$	65	65 %
	Rendah	$X < 66$	14	14 %
Kepuasan Pernikahan	Tinggi	$X \geq 66$	18	18 %
	Sedang	$47 \leq X < 66$	66	66 %
	Rendah	$X < 47$	16	16 %
TOTAL			100	100

Sebagaimana dapat dilihat pada tabel 2 bahwa terdapat 18 orang responden dengan persentase 18% memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang tinggi, 66 responden dengan persentase 66% memiliki tingkat kepuasan yang sedang dan 16 responden dengan persentase

16% memiliki tingkat kepuasan dalam pernikahan yang rendah.

Sedangkan pada variabel pengungkapan diri, hasil yang didapatkan ialah terdapat 21 orang responden yang memiliki tingkat pengungkapan diri tinggi dengan persentase 21%, responden dengan kategori sedang sebanyak 65 responden dengan persentase 65% dan responden dengan kategori rendah sebanyak 14 responden dengan persentase 14%.

Pada penelitian ini, analisis yang digunakan ialah analisis regresi linier sederhana, sehingga penelitian ini memerlukan uji normalitas dan linieritas sebelum dilakukan analisis tersebut. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini didapat dari hasil nilai Skewness dan Kurtosis. Nilai skewness pada variabel pengungkapan diri sebesar 0,261 dan nilai kurtosis variabel ini adalah -0,164. Selanjutnya, pada variabel kepuasan pernikahan nilai skewness ialah sebesar -0,891 dan nilai kurtosis sebesar -0,438. Berdasarkan hasil tersebut, ditemukan bahwa nilai kedua variabel masih berada dalam batas toleransi yaitu dalam rentang antara -1,96 sampai dengan 1,96, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Selanjutnya ialah data diuji linieritas. Hasil uji linieritas pada variabel kepuasan pernikahan menunjukkan bahwa nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar 0,791 dimana nilai sig > 0,05 yang berarti var X dengan var Y terdapat hubungan yang linier. Dari hasil uji asumsi tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini telah memenuhi asumsi normalitas dan linieritas sehingga dapat dilanjutkan dengan uji regresi linier sederhana.

Tabel 2.

Hasil Uji Hipotesis Pengungkapan Diri Terhadap Kepuasan Pernikahan

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Regression	2662.129	1	2662.129	43.53	0.0
Residual	5992.061	98	61.143	9	00
Total	8654.190	99			

Dari tabel 2 ditemukan bahwa nilai F hitung sebanyak 43.539 dengan tingkat signifikansi sejumlah $0,000 < 0,05$ hal ini berarti terdapat pengaruh variabel pengungkapan diri (X) terhadap kepuasan pernikahan (Y) pada pasangan *long-distance marriage* dengan nilai koefisien regresi ($\beta = 0.574$).

DISKUSI

Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Riza et al. (2022) yaitu pengungkapan diri merupakan faktor yang mempengaruhi kepuasan dalam pernikahan. Selain itu, pasangan yang menjalani *long-distance marriage* membutuhkan keterbukaan dalam penyelesaian konflik rumah tangga. Seperti yang dijelaskan dari hasil penelitian Safira (2022) bahwa keterbukaan diri pada pasangan ialah salah satu strategi konflik yang bisa digunakan dalam menyelesaikan pertikaian serta menjadi upaya untuk saling memberi dukungan dalam mengatasi masalah dan membangun kepercayaan pada masing-masing pasangan.

Penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2019) menunjukkan bahwa semakin seorang individu melakukan keterbukaan diri maka akan semakin tinggi pula kepuasan dalam pernikahannya. Hal ini berarti, semakin sering keterbukaan diri yang dilakukan maka berdampak positif dalam kepuasan pernikahan dan sebaliknya semakin sedikit keterbukaan diri yang dilakukan maka dapat berdampak negatif dan merugikan kepuasan pernikahan. Hal tersebut juga dibuktikan

pada penelitian terbaru yang dilakukan oleh Mardiyah (2018) yaitu ditemukan perbedaan kepuasan pernikahan suami/ istri yang didasari oleh faktor keterbukaan diri. Penelitian tersebut menyatakan bahwa kepuasan suami disebabkan oleh faktor-faktor pengungkapan diri terhadap pasangannya.

Terdapat empat aspek dalam pengungkapan diri, yaitu *relationship*, *sex*, *money* dan *balance* (Waring, et al., 1998). Aspek *relationship* mengacu pada bagaimana pikiran dan perasaan individu terhadap keterlibatannya dalam suatu hubungan. Individu yang lebih terbuka terkait keterlibatannya dalam suatu hubungan dapat berdampak secara positif pada kepuasan pernikahannya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afolabi et al. (2017) bahwa pasangan yang lebih terbuka dalam mengomunikasikan hubungan cenderung lebih puas terhadap pernikahannya. Penelitian lain yang juga sependapat dengan penelitian tersebut ialah penelitian yang dilakukan oleh Trisnawati (2018) variabel *relationship* memiliki pengaruh yang signifikan dan menyumbang pengaruh sebesar 30,5%.

Aspek lain yaitu *sex* ialah pengungkapan diri terkait dengan hubungan seksualitas. Pasangan yang lebih terbuka mengenai hubungan seksualnya memiliki hasil yang positif pada kepuasan dalam pernikahannya. Keterbukaan dalam komunikasi seksual antara pasangan dapat menjadi prediktor persepsi kepuasan pernikahan secara umum (Seyedi & Shah Nazari, 2019). Penelitian lain menunjukkan hasil yang serupa, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Trisnawati (2018), aspek *sex* berpengaruh secara signifikan yaitu sebesar 15,5% terhadap kepuasan pernikahan pasangan.

Selanjutnya, pada aspek *money* merupakan pengungkapan informasi terkait dengan permasalahan keuangan. Individu yang terbuka terkait dengan masalah keuangan seperti hutang piutang, penghasilan, anggaran keuangan dan pandangan individu terhadap uang cenderung memiliki kepuasan dalam pernikahan. Riset terdahulu menunjukkan bahwa faktor demografis seperti kemapanan dalam status sosial ekonomi mempengaruhi kepuasan pernikahan (Zainah, et al., 2012). Selanjutnya keterbukaan dalam mengelola sumber daya, kejujuran, dan adanya rasa saling percaya antar pasangan juga mempengaruhi kebahagiaan mereka dalam menjalani pernikahan (Asoodeh et al., 2010). Hasil penelitian lain yang juga selaras dengan penelitian tersebut ialah penelitian yang dilakukan oleh Trisnawati (2018) variabel *money* memiliki pengaruh yang signifikan dan menyumbang pengaruh sebesar 1,2%.

Aspek terakhir yaitu *balance*. *Balance* adalah persepsi individu terkait dengan keterbukaan yang dilakukan oleh pasangan terhadap dirinya. Konflik dalam pernikahan mungkin terjadi ketika individu mempersepsi bahwa ada ketidakseimbangan dalam melakukan pengungkapan diri antara dirinya dan pasangannya (Faradina, et al., 2020). Individu yang mempersepsi bahwa pengungkapan dirinya seimbang dengan pengungkapan diri pasangannya cenderung lebih puas pada pernikahannya (Asoodeh et al., 2010). Hasil penelitian Trisnawati (2018) menunjukkan aspek *balance* memiliki pengaruh yang signifikan dan menyumbang pengaruh sebesar 12,9%.

Pada penelitian ini juga menemukan bahwa persentase *long-distance marriage couples* yang memiliki kepuasan pernikahan kategori tinggi lebih sedikit dibanding dengan pasangan yang memiliki kepuasan pernikahan dengan kategori menengah-rendah. Hal ini bisa terjadi dikarenakan tingkat keterbukaan diri yang rendah pada *long-distance marriage couples*. Faktor lain yang mempengaruhi kepuasan pernikahan pada *long-distance marriage couples* ialah usia pernikahan. Sebuah penelitian menyatakan bahwa usia pernikahan mempengaruhi kualitas kesejahteraan pasangan suami-istri (Setiawati & Nurhayati, 2020).

KESIMPULAN

Dari hasil analisis data dan diskusi memberikan kesimpulan bahwa pengungkapan diri dapat mempengaruhi kepuasan dalam pernikahan pada pasangan *long distance marriage*. Bagi pasangan yang menjalani *long distance marriage*, implikasi penelitian ini ialah diharapkan agar dapat lebih terbuka lagi pada pasangan sehingga kepuasan dalam pernikahan dapat terpenuhi. Kelebihan penelitian ini ialah pengambilan data dilakukan secara *online* yang dapat disebar dengan mudah sehingga dapat menjangkau responden lebih luas. Kelemahan penelitian ini ialah pemilihan responden penelitian tidak secara khusus pada usia pernikahan tertentu, padahal usia dan usia pernikahan juga merupakan hal yang mempengaruhi kecenderungan individu untuk melakukan pengungkapan diri kepada pasangan. Bagi konselor pernikahan, peneliti menyarankan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam mencari upaya untuk meningkatkan kepuasan pernikahan pada pasangan yang menjalani *long distance marriage*. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti dengan tema ini disarankan untuk menentukan responden dengan usia pernikahan tertentu, sehingga diharapkan mendapati hasil yang lebih spesifik dan dapat memperkaya hasil penelitian sebagai bentuk upaya pengembangan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Afolabi, A., Oladotun, A., Chinedu, E., & Tolulope, O. (2017). Psychosocial factors in marital satisfaction among married couples in Benin City: Implication for couple therapy. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 4(10), 177-182. doi:10.14738/assrj.410.3067
- Amirnovin, E., & Ghaffarian, A. (2018). Assessment of Marital Satisfaction and Happiness in Men and Women who are Married at Early Age and Old Age. *Research Association for Interdisciplinary Studies*, (pp. 233-237). doi: 10.5281/zenodo.1571042
- Aritonang, C., Samosir, W., & Simbolon, H. (2022). Looking back self-disclosure and relationship satisfaction in partners after the pandemic. *International Conference of Psychology*. 2 (1), p. 115. Universitas Ahmad Dahlan. doi:ISSN: 2829-2561
- Asoodeh, M., Khalili, S., Daneshpour, M., & Lavasani, M. (2010). Factors of successful marriage: Accounts from self described happy couples. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 2042-2046. doi:doi:10.1016/j.sbspro.2010.07.410
- Astuti, V., & Puspitarani, P. (2013). *Keterlibatan ayah dalam pengasuhan jarak jauh remaja*. Seminar Nasional Parenting, (hal. 121-131). Semarang.
- Aulia, Z. (2019). *Pengaruh pemaafan dan keterbukaan diri terhadap kepuasan pernikahan pada lima tahun pertama usia pernikahan*. Skripsi Sarjana, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta.
- DeGenova, M. K. (2005). *Intimate relationships, marriages & families* (6th ed.). New York: McGraw Hill.
- Faradina, S., Yuliana, Y., Mawarpury, M., Sari, K., & Dayo, T. (2020). Self-disclosure in marriage. *The 1st International Conference on Psychology (ICPsy 2019)* (pp. 206-212). SCITEPRESS – Science and Technology Publications,. doi:DOI: 10.5220/0009441002060212
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). ENRICH Marital Satisfaction Scale: A brief research clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7 (2), 176–185. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0893-3200.7.2.176>
- Handayani, Y. (2016). Komitmen, conflict resolution, dan kepuasan perkawinan pada istri yang

- menjalani hubungan long distance marriage. *Psikoborneo*, 4(3), 325–333. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4090>
- Harahap, N.F., & Purba, A. W. D. (2019). Hubungan keterbukaan diri (self disclosure) dengan kepuasan pernikahan pada istri di Kelurahan Mangga Medan. *Jurnal Diversita*, 5(1), 43-50. 10.31289/diversita.v5i1.2378
- Hendrick, S. S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(6), 1150–1159. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.40.6.1150>
- Kariuki, J. W. (2014). *The impact of long distance marriage on the family: A study of families with spouses abroad in Kiambu County*. Thesis Magister, Postgraduate Program University of Nairobi, Kenya.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on Marital Satisfaction and Stability in the 2010s: Challenging Conventional Wisdom. *Journal of marriage and the family*, 82(1), 100–116. <https://doi.org/10.1111/jomf.12635>
- Kusumawati, U. (2022). *Hubungan trust dan kualitas komunikasi dengan komitmen pernikahan pada suami yang menjalani long distance marriage*. Skripsi Sarjana, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung.
- Manullang, O. C. (2021). Keterbukaan diri dengan kepuasan pernikahan pada pasangan long distance marriage. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 667. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6507>
- Mardiyah, U. (2018). *Perbedaan kepuasan pernikahan suami dari istri yang bekerja berdasarkan faktor keterbukaan diri*. Skripsi Sarjana, Program Sarjana Universitas Muhammdiyah Malang, Malang.
- Margiani, K., & Ekayati, N. (2013). Stress, dukungan keluarga dan agresivitas pada istri yang menjalani long distance marriage. *Persona, jurnal psikologi indonesia*, 2, (3), 191-198.
- Ningsih, T. Y. (2017). *Hubungan keterbukaan diri dengan kepuasan pernikahan pada istri di Kecamatan Singosari Malang*. Skripsi Sarjana, Program Sarjana Universitas Islam Negeri UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Olson, D., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2011). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths (7th edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Pertiwi, R. E. (2018). Long-distance parenting: sebuah tren baru pada orangtua millennial. *Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Tumbuh Kembang Anak Empati* (hal. 276-280). Malang: LPTKA UMM.
- Pistole, M. C., Roberts, A., & Chapman, M. L. (2010). Attachment, relationship maintenance, and stress in long distance and geographically close romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(4), 535-552.
- Prameswara, A. D., & Sakti, H. (2016). Marital satisfaction pada long distance marriage (studi fenomenologi pada suami yang istrinya bekerja keluar negeri di Kabupaten Ponorogo). *Empati*, 5(3), 417-423.
- Primagareta, D. (2020). *Long distance marriage (studi kualitatif fenomenologis pada istri yang menjalani long distance marriage)*. Skripsi Sarjana, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/31110/2/13410041.pdf>
- Rini, Q. K., & Retnaningsih, R. (2008). Keterbukaan diri dan kepuasan perkawinan pada pria dewasa awal. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 152-157.
- Riza, W. L., Rahman, P.R.U., Fajri, D.T. (2022). Attachment dan self-disclosure sebagai prediktor dari kepuasan pernikahan pada pasangan yang menikah secara ta'aruf. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 6 (2), 20-33.

- Rubyasih, A. (2016). Model komunikasi perkawinan jarak jauh. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 4(1), 109–119.
- Safira, J. A. (2022). Hubungan gaya resolusi konflik dengan kepuasan pernikahan pada pasangan commuter marriage. Skripsi Sarjana, Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Malang, Malang. <https://eprints.umm.ac.id/87645/1/SKRIPSI.pdf>
- Safarzadeh, S., Esfahaniasl, M., & Bayat, M. R. (2011). The relationship between forgiveness, perfectionism and intimacy and marital satisfaction in Ahwaz Islamic Azad University married students. *Middle-East Journal of Scientific Research*, 9(6), 778-784.
- Sari, A. N., & Fauziah, N. (2016). Hubungan antara empati dengan kepuasan pernikahan pada suami yang memiliki istri bekerja. *Jurnal Empati*, 5(4), 667-672.
- Sari, N., Rinaldi., & Ningsih, T. Y. (2018). Hubungan self disclosure dengan kepuasan pernikahan pada dewasa awal di Kota Bukittinggi. *Jurnal RAP UNP*, 9(1), 59-69.
- Setiawati, F. A., & Nurhayati, S. R. (2020). Kualitas perkawinan orang Jawa : tinjauan faktor jenis kelamin, usia perkawinan, jumlah anak, dan pengeluaran keluarga. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13 (1), 13-24. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.13>
- Seyedi, S., & Shah Nazari, M. (2019). Prediction of sexual satisfaction of married women based on marital adjustment, communication patterns and emotional regulation. *Rooyesh*, 8(9), 179-188. doi:10.29252/Rooyesh
- Supatmi, I., & Masykur, A. M. (2020). “KETIKA BERJAUHAN ADALAH SEBUAH PILIHAN” Studi Fenomenologi Pengalaman Istri Pelaut yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh (Long Distance Marriage). *Jurnal EMPATI*, 7(1), 288-294. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20221>
- Trisnawati, D.(2018). *Pengaruh self-disclosure dan religiusitas terhadap kepuasan pernikahan pada suami-istri dengan status sosial ekonomi rendah di Jakarta Utara*. Skripsi Sarjana Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/58991/1/DEWI%20TRISNAWATI-FPSI.pdf>
- Waring, E.M., Holden, R.R., & Wesley, S. (1998). Development of the marital self disclosure questionnaire (MSDQ). *Journal of Clinical Psychology*, 54 (6),817-824. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199810\)54:6<817::AID-JCLP9>3.0.CO;2-D](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199810)54:6<817::AID-JCLP9>3.0.CO;2-D)
- Zaheri, F., M, D., M, S., M, S., A, E., & SB., A. (2016, Dec 25). Effective Factors in Marital Satisfaction in Perspective of Iranian Women and Men: A systematic review. *Electron Physician*, 8(12), 3369-3377. doi:doi: 10.19082/3369.
- Zainah, A.Z., Nasir, R, Hashim, Suliza, R., Noraini, M.Y. (2012). Effects of Demographic Variables on Marital Satisfaction. *Asian Social Science* 8(9):46–9. doi: 10.5539/ass.v8n9p46.