



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KEPUASAN PERNIKAHAN PADA PASANGAN PERNIKAHAN JARAK JAUH DI INDONESIA: LITERATURE REVIEW

Ni Kadek Dwi Martini, Ni Made Ari Wilani

Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

Abstrak

Pencapaian kepuasan pernikahan yang dialami oleh pasangan dalam pernikahan jarak jauh merupakan indikator penting untuk menjaga keutuhan dan kestabilan kehidupan keluarga, meskipun terpisah oleh jarak dan waktu. Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh di Indonesia. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur terhadap artikel-artikel yang diterbitkan antara tahun 2018 hingga 2023, yang bersumber dari Google Scholar. Temuan dari analisis terhadap 10 artikel menunjukkan adanya faktor personal dan sosial yang memengaruhi kepuasan pernikahan dalam konteks pernikahan jarak jauh. Faktor personal meliputi komitmen, pemecahan masalah, penyesuaian pernikahan, religiusitas, dan keterbukaan diri. Sementara itu, faktor sosial mencakup komunikasi interpersonal, keberadaan anak, dan hubungan baik dengan keluarga. Suami dan istri berperan penting dalam mendorong dan mendukung satu sama lain untuk mencapai kepuasan pernikahan, meskipun terpisah jarak.

Kata Kunci: Kepuasan Pernikahan, Pasangan, Jarak Jauh.

PENDAHULUAN

Melangsungkan pernikahan termasuk dalam tugas perkembangan manusia pada usia dewasa yang melibatkan kesepakatan dua orang untuk hidup bersama. Pernikahan dapat mengandung makna sebagai penyatuan dari dua individu dengan keduanya

saling membutuhkan, memberi dukungan, serta semua tercermin dalam kehidupan pernikahan yang dijalani dan dirasakan secara bersamaan (Wardhani, 2013). Setelah resmi terikat dalam pernikahan, idealnya suami istri akan hidup secara bersama-sama, baik dalam menghabiskan waktu yang dimiliki serta

*Correspondence Address : dwimartini3323@gmail.com

DOI : 10.31604/jips.v12i8.2025. 3288-3301

© 2025UM-Tapsel Press

atap yang ditempati (Desiana *et al.*, 2024). Pada kenyataannya, tidak semua pasangan suami istri selalu hidup berdekatan dalam satu wilayah. Hubungan pasangan suami istri yang mau tidak mau menjalin pernikahan secara terpisah pada dua tempat berbeda karena keperluan tertentu dikenal dengan sebutan pernikahan jarak jauh (Paramita *et al.*, 2025). Selain itu, pernikahan jarak jauh memiliki beberapa terminologi, yaitu *Long-Distance Marriage* (LDM) dan *commuter marriage* (Kuswartanti & Anugerah, 2022).

Pernikahan jarak jauh dapat didefinisikan sebagai hubungan yang dilakukan oleh suami dan istri secara berjauhan dan terpisah pada dua lokasi geografis yang berbeda, baik dalam lingkup kota, pulau, negara, maupun benua (Akbar, 2023). Holt & Stone (dalam Akhmad, 2021) juga menyatakan bahwa pernikahan jarak jauh dapat dikategorikan sebagai kondisi terpisah, baik dari segi waktu, frekuensi pertemuan, serta jarak fisik. Ditinjau dari waktu dalam bulan, dibagi menjadi 0, kurang dari enam bulan, hingga lebih dari enam bulan. Secara pertemuan dapat terhitung mulai dari sekali seminggu, seminggu hingga sebulan, hingga lebih jarang dari sebulan. Sementara ukuran letak geografis antara 0-1 mil, 2-294 mil, serta lebih dari 250 mil. Hubungan ini pun memiliki arti sebagai bentuk pernikahan dengan suami dan istri yang hidup terpisah jauh dalam jarak dan lama secara periode waktu karena motif tertentu sehingga memicu keterbatasan interaksi maupun kedekatan secara fisik (Akhmad, 2021).

Pernikahan jarak jauh bukan hanya pilihan semata, tetapi dilatarbelakangi oleh faktor pekerjaan, keterbatasan ekonomi, serta pendidikan (Jamil *et al.*, 2023). Adapun salah satu pekerjaan yang mendorong pasangan untuk menetap di berbeda tempat adalah

PMI. Ditinjau dari data yang dimiliki oleh Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) (2023), sebanyak 101.550 orang atau mencapai 47% dari PMI telah tercatat dengan status menikah pada periode Januari hingga September 2023. Angka ini menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Jumlah PMI tahun 2022 terhitung sebanyak 83.635 orang (42%), tahun 2021 sebanyak 31.417 orang (43%), serta tahun 2020 sebanyak 50.027 orang (44%) (BP2MI, 2022). Data tersebut menunjukkan bahwa hampir sebagian dari total PMI telah berstatus menikah sehingga mengharuskan terjalannya pernikahan jarak jauh. Penelitian Safitri *et al* (2020) juga menemukan bahwa pasangan dari anggota TNI harus menjalani pernikahan dengan terpisah jarak. Hal ini menunjukkan bahwa pernikahan jarak jauh turut dialami oleh pasangan di Indonesia akibat faktor pekerjaan.

Tinggal terpisah dalam periode waktu tertentu merupakan tantangan yang lebih kompleks bagi pasangan daripada hidup berdampingan dalam satu rumah dan hampir setiap hari bertemu (Anisah *et al.*, 2023). Pernikahan jarak jauh memberikan pengaruh secara signifikan pada berbagai aspek kehidupan pasangan. Hubungan terpisah jarak menimbulkan risiko adanya kecemburuan, kekhawatiran terjadi perselingkuhan, pertengkaran akibat kesalahpahaman, dan kurangnya keintiman pasangan (Kahar & Ilyas, 2022; Desiana *et al.*, 2024). Rachman (2017) turut memaparkan dampak dari pernikahan jarak jauh yang dominan bersifat negatif, yaitu munculnya perasaan kesepian, kecurigaan, memperkecil kesempatan memiliki anak, hubungan keluarga menjadi renggang akibat konflik, serta memicu perceraian. Dampak secara psikologis pun mengarah pada gejala

depresi, gangguan kualitas tidur, serta tingkat stres (Craft & Garcia, 2016).

Data yang terpublikasikan dalam direktori putusan yang dimiliki oleh Mahkamah Agung Republik Indonesia antara tahun 2019 hingga 2021 menemukan sebanyak 8.137 putusan gugat cerai yang terjadi di Pengadilan Agama Makassar. Sebanyak 2.322 atau 28.53% diantaranya adalah pasangan pernikahan jarak jauh (dalam Jamil *et al.*, 2023). Lebih lanjut pada tahun 2019, Pengadilan Agama Ponorogo juga mencatat sebanyak 1633 kasus perceraian, baik cerai gugat (1162 kasus) dan cerai talak (471 kasus). Sebanyak 70% dari kasus cerai gugat tersebut adalah tenaga kerja wanita (TKW) atau PMI dengan alasan faktor ekonomi serta perselingkuhan (dalam Dewi & Setiawan, 2019). Hal ini membuktikan bahwa pasangan mengalami kesulitan saat menjalani pernikahan jarak jauh sehingga berujung pada jalur perceraian sebagai keputusan akhir. Di sisi lain, sejatinya pernikahan sebagai ikatan sakral dengan harapan dapat dijaga oleh tiap individu sehingga berlangsung hanya sekali seumur hidup serta membawa kebahagiaan yang berarti meskipun mengalami tantangan dan kompromi (Manullang, 2021; Indriyanti *et al.*, 2024). Maka dari itu, sangat penting bagi setiap pasangan untuk memiliki komponen evaluasi terhadap pernikahan yang sedang dijalannya, yakni melalui tercapainya kepuasan yang dialami dalam pernikahan.

Kepuasan pernikahan dapat didefinisikan sebagai pengalaman emosional positif bagi suami dan istri selama menjalani pernikahan, meliputi perasaan bahagia, nikmat, serta senang (Lestari, 2016). Kepuasan pernikahan juga merujuk pada evaluasi subjektif dari setiap individu terkait kualitas hubungan pernikahan secara menyeluruh serta bentuk tertinggi dari kebahagiaan pasangan (Veronika & Afdal, 2021). Tercapainya kepuasan dalam

pernikahan tentu menjadi tujuan dari setiap pasangan. Hal ini juga berlaku pada pasangan pernikahan jarak jauh. Tanggung jawab yang dimiliki serta permasalahan yang dihadapi turut berimplikasi pada kepuasan dari pasangan yang menikah dengan terpisah jarak (Handayani, 2016). Hasil temuan Lee (2018) menunjukkan bahwa pasangan *commuter marriage* cenderung mengalami kehidupan pernikahan yang kurang memuaskan dibandingkan pasangan yang tinggal bersama. Anisah *et al* (2023) juga membuktikan bahwa kepuasan pernikahan yang dirasakan oleh pasangan dalam pernikahan jarak jauh di Indonesia belum mencapai kategori tinggi, yakni berada pada rata-rata sedang.

Hadirnya kepuasan yang dialami dalam pernikahan nyatanya membawa dampak yang signifikan terhadap keberlangsungan hubungan. Sejalan dengan penelitian Zuhdi & Yusuf (2022) bahwa kepuasan pernikahan membawa dampak positif terhadap keutuhan hubungan serta terhindar dari perceraian. Menurut Harahap & Lestari (2018) bahwa pasangan yang kurang merasakan kepuasan tidak sedikit yang mengakhiri pernikahannya dengan perceraian. Individu yang merasakan kepuasan dalam hubungan pernikahan jarak jauh ditunjukkan dengan adanya sikap terbuka dalam penyelesaian masalah serta tidak mengungkit masa lalu (Anisah *et al.*, 2023). Kepuasan pernikahan juga memiliki korelasi negatif terhadap kecenderungan berselingkuh (Amalia & Ratnasari, 2017) dan *post power syndrome* (Hapsari & Indriana, 2015). Artinya semakin rendah kepuasan yang dirasakan pasangan selama menjalani pernikahan, diikuti oleh semakin tingginya kecenderungan berselingkuh dan *post power syndrome* yang dapat dialaminya. Dengan demikian, merasakan kepuasan dalam pernikahan termasuk salah satu faktor

penguat bagi pasangan untuk menjaga hubungan pernikahannya.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, hadirnya kepuasan dalam hubungan pernikahan sangat krusial dan diperlukan pada pasangan pernikahan jarak jauh sebagai pegangan satu sama lain selama menghadapi dinamika pernikahan. Kepuasan ini juga mendorong hubungan yang dijalani agar tetap awet hingga masa tua. Adapun tujuan dari pembuatan artikel ini sebagai identifikasi terhadap berbagai faktor yang berkontribusi pada terciptanya kepuasan pernikahan yang dialami pasangan pernikahan jarak jauh di Indonesia. Informasi tersebut dapat membantu pasangan dengan kehidupan pernikahan yang terpisah jarak jauh sebagai upaya meningkatkan kepuasan yang dirasakan serta menjaga keharmonisan rumah tangga. Lebih lanjut, menjadi upaya preventif bagi pasangan yang akan melangsungkan pernikahan jarak jauh agar terhindar dari dampak negatif.

METODE PENELITIAN

Studi ini dilakukan dengan merujuk pada pendekatan kajian literatur (*literature review*). Literatur didapatkan melalui penelusuran di Google Scholar dengan kata kunci “kepuasan pernikahan”, “pasangan”, dan “jarak jauh”. Dalam pencarian literatur tersebut diperoleh 331 artikel yang kemudian dipilih sebanyak 10 artikel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan sebelumnya. Kriteria inklusi yang dijadikan acuan

pemilihan mencakup beberapa hal yang wajib dipenuhi, antara lain 1) publikasi dalam rentang waktu 5 tahun terakhir, yaitu 2018-2023, 2) memaparkan faktor-faktor kepuasan pernikahan, 3) artikel yang membahas kepuasan pasangan pernikahan jarak jauh, 4) penelitian dilakukan di Indonesia, 5) penelitian menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif, 6) variabel yang dibahas memiliki hasil meningkatkan kepuasan pernikahan. Sementara itu, kriteria eksklusi dari artikel dalam kajian ini yaitu 1) artikel yang membahas kepuasan pasangan yang tinggal bersama, 2) penelitian dilakukan di luar Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Meninjau dari artikel yang didapatkan sesuai dengan kriteria inklusi, terdapat 10 artikel (Kurniady & Taufik, 2022; Ramadhan *et al.*, 2023; Kuswartantia *et al.*, 2023; Safitri *et al.*, 2020; Chrys & Soetjiningsih, 2022; Hananiah & Sanjaya, 2023; Firmanto & Pertiwi, 2023; Manullang, 2021; Erlangga & Widiasavitri, 2018; Ramadhani & Nur’aeni, 2021) yang membahas mengenai kepuasan pernikahan pada pasangan pernikahan jarak jauh di Indonesia ditinjau dari berbagai faktor yang memengaruhinya. Terdapat delapan jurnal dengan metode kuantitatif dan dua jurnal lainnya menggunakan metode kualitatif. Ringkasan hasil studi literatur yang menelaah 10 artikel disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Hasil Literature Review

Identitas Artikel	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Kurniady, D., & Taufik, T. (2022). Hubungan antara Komitmen Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan Istri Pasangan Domisili Jarak Jauh	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel, yaitu <i>purposive sampling</i> . Jumlah subjek sebanyak 37 orang istri di Kecamatan Salimpaung, Kabupaten Tanah Datar.	Terdapat hubungan positif antara komitmen pernikahan dengan kepuasan pernikahan istri pasangan domisili jarak jauh dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,586 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Ramadhan, M. O. M., Meiuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (2023). Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Commuter Marriage: Bagaimana Peranan Problem Solving?	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel, yaitu <i>snowball sampling</i> . Jumlah subjek sebanyak 57 orang di Surabaya.	Terdapat hubungan dengan arah positif antara <i>problem solving</i> dengan kepuasan pernikahan pada pasangan <i>commuter marriage</i> dengan nilai korelasi sebesar 0,445 dan signifikansi 0,001 ($p < 0,05$).
Kuswartanti, D. R. (2023). My Religion Keeps Me in Long Distance Marriage (LDM). International Journal of Research in Community Services	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Jumlah subjek sebanyak 50 orang istri yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia.	Terdapat hubungan positif signifikan antara religiusitas terhadap kepuasan pernikahan pada istri yang menjalani LDM dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,454 serta taraf signifikansi senilai 0,001 ($p < 0,05$).
Safitri, A. A. N., Hardjono, & Anggarani, F. K. (2020). Hubungan Komitmen dan Penyesuaian Perkawinan dengan Kepuasan Perkawinan pada Istri Anggota Batalyon Paskhas 467 TNI AU yang Menjalani Long Distance Marriage	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel, yaitu <i>non-random purposive sampling</i> . Jumlah subjek sebanyak 72 orang istri dari prajurit TNI AU dengan tempat dinas di Batalyon Paskhas 467 Lanud Halim Perdanakusuma Jakarta.	Variabel komitmen perkawinan memiliki nilai koefisien B sebesar 1,084 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Sementara itu variabel penyesuaian perkawinan memiliki koefisien B 0,931 dan taraf signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini menandakan adanya hubungan positif signifikan yang kuat antara komitmen dan penyesuaian dengan kepuasan pada istri prajurit dalam hubungan perkawinan LDM.
Chrys, M. S., & Soetjningsih, C. H. (2022). Religiositas dan Kepuasan Pernikahan Pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh di Desa Jumo Kabupaten Temanggung	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel, yaitu <i>purposive sampling</i> . Jumlah subjek sebanyak 40 orang istri di Desa Jumo, Kabupaten Temanggung.	Terdapat pengaruh positif antara religiusitas terhadap kepuasan pada istri yang menjalani perkawinan jarak jauh di Desa Jumo, Kabupaten Temanggung dengan koefisien korelasi senilai 0,448 serta signifikansi senilai 0,002 ($p < 0,05$).
Hananiah, R., & Sanjaya, E. L. (2023). Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kepuasan Hubungan pada Pernikahan Jarak Jauh Pasangan Dewasa Awal	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel, yaitu <i>snowball sampling</i> . Jumlah subjek sebanyak 100 orang.	Terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dan kepuasan hubungan pada pasangan yang merasakan pernikahan jarak jauh. Hal ini dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar 0,437 serta signifikansi 0,001 ($p < 0,01$).
Firmanto, A. D., & Pertiwi, R. E. (2023). Pengungkapan Diri dan Kepuasan Pernikahan pada Long-Distance Married Couples	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel, yaitu <i>accidental sampling</i> . Jumlah subjek sebanyak 100 orang dengan 68 orang perempuan dan 32 orang laki-laki.	Terdapat pengaruh variabel pengungkapan diri terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan <i>long-distance marriage</i> dengan nilai koefisien regresi sebesar 0.574 dan nilai signifikansi sejumlah 0,000 ($p < 0,05$).
Manullang, O. C. (2021). Keterbukaan Diri dengan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh	Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel, yaitu <i>purposive sampling</i> . Jumlah subjek sebanyak 100 orang di Kalimantan Timur.	Terdapat hubungan positif yang kuat antara keterbukaan diri dengan kepuasan yang dialami pasangan selama pernikahan dengan jarak jauh ditinjau dari nilai korelasi sebesar 0.726 dan signifikansi 0.000 ($p < 0.005$).
Erlangga, I. G. M. S., & Widiasavitri, P. N. (2018). Gambaran Kepuasan Pernikahan pada Istri Anak Buah Kapal (ABK)	Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengambilan sampel adalah <i>purposive sampling</i> . Jumlah subjek	Faktor-faktor yang meningkatkan kepuasan pernikahan pada istri ABK, yakni terjalinnya komunikasi yang baik dengan suami, kehadiran anak, dan hubungan yang baik dengan mertua.

sebanyak 4 orang istri di Denpasar dan Badung, Bali.		
Ramadhani, Z., & Nur'aeni, N. (2021). Phenomenological Study: Marriage Satisfaction on Wife Who Has Long-Distance Marriage	Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Jumlah subjek sebanyak 2 orang istri dengan suami yang bekerja di luar pulau Jawa.	Memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dapat memengaruhi kepuasan pernikahan pada istri yang menjalani <i>long distance marriage</i> . Subjek tetap menanyakan kabar serta sering mengunjungi tempat keluarga pasangannya, baik saat suaminya ada maupun saat pergi bekerja.

Ketahanan dalam hubungan pernikahan jarak jauh dapat dievaluasi tiap pasangan melalui suatu komponen yang disebut dengan kepuasan pernikahan. Kepuasan pernikahan merupakan evaluasi global terhadap kualitas dari hubungan pernikahan (Li & Fung, 2011). Berdasarkan hasil *literature review*, diperoleh 10 artikel yang menyajikan sejumlah faktor yang secara positif memengaruhi atau meningkatkan kepuasan pernikahan pada pasangan yang mengalami pernikahan jarak jauh di Indonesia. Selanjutnya dapat diklasifikasikan menjadi dua faktor, yaitu personal dan sosial. Faktor personal mencakup komitmen, pemecahan masalah, penyesuaian pernikahan, religiusitas, serta keterbukaan diri (Kurniady & Taufik, 2022; Ramadhan *et al.*, 2023; Kuswartantia *et al.*, 2023; Safitri *et al.*, 2020; Chrys & Soetjiningsih, 2022; Firmanto & Pertiwi, 2023; Manullang, 2021). Sementara itu, faktor sosial mencakup komunikasi interpersonal, kehadiran anak, serta hubungan baik dengan keluarga (Hananiah & Sanjaya, 2023; Erlangga & Widiasavitri, 2018; Ramadhani & Nur'aeni, 2021).

A. Faktor Personal

Faktor personal berkaitan dengan aspek-aspek yang melekat pada diri individu, seperti pola pikir, kepribadian, atau pengalaman hidup

(Taylor, 2010). Adapun faktor personal yang ditemukan sebagai berikut.

1. Komitmen

Johnson *et al* (1999) menyatakan bahwa komitmen pernikahan diartikan sebagai keinginan baik suami maupun istri dalam mempertahankan hubungan pernikahan dari berbagai kondisi yang dihadapi, baik sulit maupun senang. Hal ini dapat dilatarbelakangi oleh ketertarikan terhadap pasangan atau hubungan pernikahan, rasa tanggung jawab moral untuk tetap bertahan, atau memilih bertahan karena terdapat faktor eksternal yang menghalangi untuk bercerai. Berdasarkan penelitian dengan metode kuantitatif yang dilakukan oleh Kurniady & Taufik (2022) melaporkan tingginya komitmen pernikahan pada istri diikuti dengan tingginya tingkat kepuasan dalam hubungan pernikahan jarak jauh. Hasil penelitian ini serupa dengan temuan Safitri *et al* (2020) yang juga menunjukkan hubungan secara positif. Lebih lanjut Fatimah (2018) menemukan bahwa cinta komitmen memiliki hubungan yang positif terhadap kepuasan yang dirasakan oleh pasangan pernikahan jarak jauh. Hadirnya komitmen menjadi pondasi dalam hubungan pernikahan, terutama saat mengatasi adanya konflik. Adapun bentuk dari komitmen selama menjalani pernikahan jarak jauh dapat tercermin ketika seseorang mampu menerima, menempuh, serta merasakan

kenikmatan dalam setiap tahapan kehidupan pernikahannya (Mauliana *et al.*, 2018). Pasangan pernikahan jarak jauh juga dapat membangun kepercayaan satu sama lain sehingga keduanya tetap berkomitmen untuk bertahan dalam segala kondisi, baik menyenangkan maupun menyulitkan (Handayani, 2016).

2. Pemecahan Masalah

Pemecahan masalah dapat dimaknai sebagai proses penyelesaian masalah yang dihadapi seseorang sehingga memberikan opsi yang mendekati kebenaran untuk mencapai tujuan tertentu (Maulidya, 2018). Hasil penelitian Ramadhan *et al* (2023) dengan metode kuantitatif memperlihatkan semakin tinggi kemampuan *problem solving* yang dimiliki disertai dengan semakin tinggi pula kepuasan pada pasangan yang hidup dalam hubungan *commuter marriage*. Sejalan dengan temuan Jannah & Wulandari (2022) yang menyebutkan bahwa salah satu faktor menonjol dari pasangan *commuter marriage* yang merasakan kepuasan dalam pernikahan adalah resolusi konflik. Resolusi konflik merupakan suatu tindakan untuk menemukan solusi dari sebuah masalah. Pruitt & Rubin (2004) menyatakan bahwa salah satu dari lima strategi dalam resolusi konflik adalah dengan pemecahan masalah atau *problem solving*. Hal ini mengindikasikan bahwa pasangan menikah dengan kemampuan pemecahan masalah yang efektif akan mampu pula merasakan kepuasan dalam pernikahannya. Sebaliknya, keduanya kurang memiliki kemampuan pemecahan masalah yang efektif maka kepuasan pernikahan yang dirasakan juga menjadi rendah. Adapun pemecahan masalah yang efektif diwujudkan dengan tidak mempermasalahkan kejadian yang telah berlalu, terbuka dengan mengungkapkan perasaan dan bertukar informasi,

menitikberatkan pada inti permasalahan, tidak saling menyalahkan, serta memiliki keinginan untuk berubah (Renanita & Setiawan, 2018).

3. Penyesuaian Pernikahan

Hurlock (2010) memaparkan bahwa penyesuaian pernikahan merupakan proses adaptasi dari pasangan dalam suatu hubungan pernikahan, meliputi penyesuaian keuangan, penyesuaian seksual, serta penyesuaian terhadap keluarga dari pihak pasangan. Mengacu pada penelitian Safitri *et al* (2020) yang menemukan hubungan signifikan antara penyesuaian pernikahan dengan kepuasan pada pasangan dalam pernikahan terpaut jarak. Diperkuat juga oleh temuan Rachmawati & Mastuti (2013), yaitu adanya perbedaan kepuasan yang dirasakan ditinjau dari kemampuan istri untuk menyesuaikan diri dalam hubungan LDM. Tingginya tingkat penyesuaian pernikahan yang dimiliki individu turut diikuti dengan tingginya kepuasan yang dirasakan dibandingkan dengan individu pada tingkat penyesuaian pernikahan sedang. Bentuk dari penyesuaian pernikahan yang penting dilakukan pada pernikahan jarak jauh berupa komunikasi, baik verbal dan non-verbal. Hal ini dapat disalurkan dan dikelola secara menyeluruh, tepat, serta tanpa menimbulkan kesalahpahaman. Dengan adanya penyesuaian yang optimal secara dua arah, maka memenuhi kebutuhan, keinginan, serta harapan suami dan istri sehingga akhirnya berdampak pada tercapainya kepuasan pasangan (Yuliantika & Santoso, 2024). Selain itu, individu yang mampu melakukan penyesuaian juga dapat bertoleransi untuk memahami tugas-tugas dari pasangannya yang sangat dibutuhkan pada pasangan pernikahan jarak jauh (Rachmawati & Mastuti, 2013).

4. Religiusitas

Jalaluddin (2005) menyatakan bahwa religiusitas adalah aspek dalam diri individu yang mendorongnya untuk bertindak sesuai dengan anjuran agama yang dianut. Individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi memiliki wawasan mengenai hal-hal dasar akan agama, kitab suci, ketentuan peribadatan sebagai pedoman saat akan beribadah serta terkait pelaksanaannya ke dalam seluruh pandangan akan kehidupannya (Ancok & Suroso, 2011). Penelitian Kuswariantia *et al* (2023) melaporkan hubungan dengan arah positif antara religiusitas terhadap kepuasan pernikahan pada istri dalam hubungan LDM. Adanya korelasi positif ini juga serupa dengan hasil temuan Chrys & Soetjningsih (2022). Sejalan dengan penelitian Vrismaya & Coralia (2016) yang menemukan bahwa *religious orientation* menempati persentase paling tinggi pada suami TKW dengan kepuasan yang tinggi juga, yakni sebesar 96,6%. Religiusitas tercermin dari penghayatan yang dirasakan oleh suami TKW bahwa pernikahannya termasuk ibadah. Kondisi terpisah jarak dapat dijalani dengan sabar serta memiliki kepercayaan yang kuat terhadap Tuhan mengenai kehidupan pernikahan yang lebih baik dapat memperkuat timbulnya kepuasan pada pasangan. Berdasarkan penjelasan tersebut telah dibuktikan bahwa religiusitas dapat meningkatkan kepuasan pernikahan yang dialami oleh pasangan yang terpisah jarak jauh.

5. Keterbukaan Diri

Rosyida (2018) memaparkan definisi keterbukaan diri sebagai bentuk dari komunikasi yang dilakukan dengan cara pengungkapan pikiran, emosi, serta pengalaman mengenai diri sendiri yang dibagikan kepada orang lain. Keterbukaan diri juga memberikan nilai dan manfaat yang berdampak pada

individu, baik sebagai pendengar dan pengungkap. Didukung oleh penelitian Firmanto & Pertiwi (2023) yang menemukan hasil bahwa keterbukaan diri memiliki pengaruh secara signifikan terhadap kepuasan pernikahan yang dialami oleh pasangan selama berjauhan. Serupa dengan temuan Manullang (2021) yang menunjukkan hasil hubungan dengan arah yang positif antara keterbukaan dan kepuasan pernikahan. Diperkuat oleh Rostati & Hatta (2021) yang turut menemukan pengaruh kedua variabel. Faktor ini dapat membantu suami dan istri saling menyatakan perasaan, bertukar informasi mengenai kehidupan, serta mengurangi rasa curiga saat berjauhan. Hal ini turut meringankan beban satu sama lain serta individu merasa puas akan pernikahannya. Keterbukaan diri termasuk bagian penting yang berkaitan erat dengan komunikasi antarpribadi (Syahputri & Prima, 2024). Intensitas dari komunikasi turut menghasilkan pengenalan yang mendalam dari waktu ke waktu. Lebih lanjut, informasi yang diperoleh dari orang terdekat pasangan membantu proses keterbukaan diri individu. Keterbukaan diri sangat diperlukan dalam hubungan jarak jauh sehingga hubungan tersebut dapat dipertahankan serta konflik yang terjadi mampu terselesaikan (Piranti, 2023).

B. Faktor Sosial

Faktor sosial mencakup elemen-elemen di luar diri individu yang berpengaruh sebagai pemicu atau pendorong perilaku individu tersebut serta menyangkut interaksi dalam kelompok dan hubungan antar kelompok (Taylor, 2010). Adapun faktor sosial yang ditemukan sebagai berikut.

1. Komunikasi

Interpersonal

Menurut Devito (1997), komunikasi interpersonal dapat dijelaskan sebagai suatu proses bertukar

pesan, baik melibatkan pengiriman dan penerimaan, yang dilakukan setidaknya oleh dua individu atau dalam kelompok kecil dengan menghasilkan reaksi serta umpan balik. Kualitas umum dari komunikasi interpersonal meliputi saling terbuka, empati, memberikan dukungan, sikap positif, serta hubungan yang setara. Ditinjau dari penelitian Hananiah & Sanjaya (2023) yang mengemukakan adanya keterkaitan positif antara komunikasi interpersonal yang terjalin dengan tingkat kepuasan yang dialami oleh pasangan dalam hubungan pernikahan lintas jarak. Hasil penelitian Erlangga & Widiyasavitri (2018) juga menemukan bahwa terjalinnya komunikasi yang baik dengan suami dapat meningkatkan kepuasan istri anak buah kapal. Sejalan dengan temuan Rohmah *et al* (2020) yang menegaskan adanya jalinan komunikasi yang efektif terbukti meningkatkan kepuasan istri dalam ikatan pernikahan lintas jarak. Stafford & Merolla (2007) (dalam Zulkifli *et al.*, 2023) juga menyatakan bahwa pasangan yang mengalami kesulitan berkomunikasi akibat faktor jarak menunjukkan tingkat kepuasan hubungan yang lebih rendah dan lebih mungkin mengalami ketidakstabilan hubungan. Komunikasi interpersonal pada pernikahan jarak jauh dapat terjalin dengan memanfaatkan keberadaan media sosial. Lebih lanjut, melibatkan terjalinnya komunikasi baik secara langsung juga nonverbal, salah satunya menggunakan aplikasi WhatsApp (Shabila & Supratman, 2023). Komunikasi efektif yang terjalin dalam hubungan suami istri dapat dilihat dari adanya perilaku saling terbuka dalam berbagai aspek kehidupan. Keterbukaan ini menyebabkan pasangan yang telah menikah dapat merasakan kepuasan, meski dibatasi oleh jarak yang jauh (Putra & Afdal, 2020).

2. Kehadiran Anak.

Keluarga merupakan unit sosial dalam masyarakat yang paling fundamental dan beranggotakan beberapa individu yang terhubung dalam ikatan darah dan menjadi satu kesatuan. Adapun bentuk dari keluarga inti yang disebut juga sebagai *nuclear family* mencakup ayah, ibu, dan anak sebagai anggota utamanya (Muslimah, 2019). Umumnya keinginan dari setiap pasangan yang telah terikat dalam pernikahan adalah adanya kehadiran anak sebagai bagian dalam keluarganya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Erlangga & Widiyasavitri (2018), salah satu faktor yang ditemukan meningkatkan kepuasan pada istri dari anak buah kapal selama menjalani pernikahan adalah kehadiran anak. Sejalan dengan hasil temuan Handayani (2016) dengan belum dikaruniai anak dapat menyebabkan kurangnya kepuasan yang dirasakan individu terhadap pernikahan yang dijalannya. Begitu pula hasil temuan Rachmawati & Mastuti (2013), yaitu sebanyak 82,5% dari individu telah dikaruniai anak menunjukkan kepuasan perkawinan yang lebih tinggi daripada individu yang belum memiliki anak. Kehadiran anak dalam hubungan pernikahan dapat menandakan kesempurnaan serta tercapainya kebahagiaan seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut (Lestari, 2012). Sebaliknya, kondisi pernikahan yang tidak disertai anak dapat memunculkan berbagai respon dari pasangan, diantaranya merasakan stres, kurang percaya diri, memiliki persepsi akan pernikahan yang gagal, menarik diri dari lingkungan sosial, merasa tidak puas dengan pernikahannya, hingga tidak sedikit yang berujung pada jalur perceraian (Simarmata & Lestari, 2020).

3. Hubungan Baik dengan Keluarga

Pernikahan merupakan hubungan yang tidak hanya

mempertemukan dua orang sebagai individu, tetapi juga melibatkan dua keluarga dengan latar belakang yang berbeda (Winbaktianur, 2015). Hal ini berarti ketika memutuskan untuk menikah dengan seseorang turut mendorong terjalinnya hubungan bersama anggota keluarganya, termasuk orang tua dari pasangan atau disebut sebagai mertua. Merujuk pada penelitian Erlangga & Wideasavitri (2018), ditemukan relasi yang harmonis dengan mertua menjadi salah satu kontributor untuk meningkatkan kepuasan yang dirasakan istri dari anak buah kapal dalam pernikahannya. Serupa dengan temuan Ramadhani & Nur'aeni (2021) bahwa menjalin hubungan yang baik dengan keluarga pasangan memengaruhi kepuasan pernikahan. Hal ini dapat ditandai dengan saling menanyakan kabar dan tetap mengunjungi keluarga, meski tidak bersama pasangan karena sedang bekerja. Sejalan dengan penelitian Asmarina & Lestari (2017) bahwa istri yang memiliki suami dengan latar belakang pekerjaan di kapal pesiar merasakan kepuasan terhadap pernikahannya, salah satunya dipengaruhi oleh faktor penerimaan yang baik dari keluarga suami. Penerimaan yang baik ini membuktikan terjalinnya hubungan yang baik dan harmonis dengan keluarga sehingga memengaruhi kepuasan pernikahan yang dirasakan. Tidak hanya dengan pasangannya, setelah menikah individu juga perlu melakukan penyesuaian terhadap keluarga barunya, terkhusus dengan mertua (Wardhani & Wideasavitri, 2020). Perubahan ini bukan sesuatu yang mudah untuk dijalani. Lebih lanjut, Saputra *et al* (2014) turut mendukung bahwa kepuasan pernikahan yang dialami istri yang memiliki tempat tinggal sama dengan mertua ditemukan lebih rendah dibandingkan pada istri yang hidup berlainan tempat dengan mertua. Maka

dari itu, terjalinnya hubungan baik dengan mertua menjadi faktor yang dapat meminimalisir permasalahan yang dihadapi pasangan pernikahan jarak jauh sehingga meningkatkan kepuasan terhadap hubungan pernikahannya.

Ditemukan pula persamaan pada enam penelitian dengan memfokuskan subjek penelitian pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh (Kurniady & Taufik, 2022; Kuswartantia *et al.*, 2023; Safitri *et al.*, 2020; Chrys & Soetjiningsih, 2022; Erlangga & Wideasavitri, 2018; Ramadhani & Nur'aeni, 2021). Selanjutnya, Putra & Afdal (2020) menyatakan bahwa suami yang menjalani hubungan perkawinan terpaut jarak merasakan kepuasan dengan kategori sedang, sementara kepuasan dari istri termasuk dalam kategori tinggi. Salah satu perbedaan menonjol yang ditemukan pada subjek istri terlihat dalam faktor komunikasi. Kemampuan komunikasi yang terbangun pada istri lebih tinggi sehingga menjadikan istri lebih terbuka dalam berbagai aspek. Hal ini turut mendorong istri untuk merasakan kepuasan walaupun dalam pernikahan jarak jauh.

SIMPULAN

Komponen kepuasan pernikahan sangat penting dicapai oleh pasangan yang menikah dengan jarak jauh melalui berbagai faktor. Faktor personal yang berkontribusi menciptakan kepuasan pada pasangan yang menikah terpisah jarak jauh di Indonesia, meliputi komitmen, pemecahan masalah, penyesuaian pernikahan, religiusitas, serta keterbukaan diri. Sementara itu, komunikasi interpersonal, kehadiran anak, serta hubungan baik dengan keluarga menjadi faktor sosial yang turut berpengaruh. Dengan demikian, baik suami dan istri berperan untuk saling mendukung. Diharapkan pasangan, yang

akan maupun sedang, menempuh pernikahan dengan kondisi yang berjauhan untuk memperhatikan faktor personal dan sosial demi terwujudnya kepuasan dalam pernikahan serta keharmonisan keluarga tanpa terbatas jarak.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. A. (2023). Intensitas Komunikasi dan Komitmen Pernikahan pada Pasangan Long Distance Marriage (LDM). *Jurnal Penelitian Psikologi*, 14(1), 36–40.
- Akhmad, I. (2021). *Distant Love*. Sidoarjo: Olypus Ilmu.
- Amalia, V., & Ratnasari, Y. (2017). Kepuasan Pernikahan Berhubungan dengan Kecenderungan Berselingkuh. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 1(1), 45–57.
- Ancok, J., & Suroso, F. N. (2011). *Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Anisah, L., Safitri, C. M. T., & Kusuma, H. S. (2023). Kepuasan Pernikahan dan Conflict Resolution pada Pasangan Long Distance Marriage. *Journal on Education*, 5(3), 6837–6847.
- Asmarina, N. L. P. G. M., & Lestari, M. D. (2017). Gambaran Kepercayaan, Komitmen Pernikahan dan Kepuasan Hubungan Seksual Pada Istri dengan Suami yang Bekerja di Kapal Pesiar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(2), 239–249.
- BP2MI. (2022). *Data Penempatan dan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia Periode Tahun 2022*. Jakarta: BP2MI.
- BP2MI. (2023). *Data Penempatan dan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia Periode September 2023*. Jakarta: BP2MI.
- Chrys, M. S., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Religiositas dan Kepuasan Pernikahan Pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh di Desa Jumo Kabupaten Temanggung. *JBKI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(3).
- Craft, S., & Garcia, Y. E. (2016). Interpersonal Media Used by Couples in Non-Proximal Romantic Relationships: Implications for Psychological Practice. *Emotions, Technology, and Health*, 211–224.
- Desiana, N. I., Fahry, A., Elsaid, D. A., & Reissyaf, M. (2024). Perilaku Komunikasi Pasangan Suami Istri Jarak Jauh dalam Mempertahankan Keharmonisan Rumah Tangga. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(8), 2846–2854. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i8.5908>
- Devito, J. A. (1997). *Komunikasi Antarmanusia Alih Bahasa Agus Maulana*. Jakarta: Professional Books.
- Dewi, A. P., & Setiawan, B. (2019). Pengaruh Ketimpangan Pendapatan Suami Istri terhadap Tingginya Kasus Cerai Gugat di Pengadilan Agama Kelas 1b Kabupaten Ponorogo. *Mahakim: Journal of Islamic Family Law*, 3(2), 119–131.
- Erlangga, I. G. M. S., & Widiavetri, P. N. (2018). Gambaran Kepuasan Pernikahan pada Istri Anak Buah Kapal (ABK). *Jurnal Psikologi Udayana*, 126–136.
- Fatimah, S. (2018). Hubungan Cinta Komitmen dengan Kepuasan Pernikahan dimoderatori oleh Kebersyukuran. *Psikodimensia*, 17(1), 26–35.
- Firmanto, A. D., & Pertiwi, R. E. (2023). Pengungkapan Diri dan Kepuasan Pernikahan Pada Long-Distance Married Couples. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 7(1), 43–51.
- Hananiah, R., & Sanjaya, E. L. (2023). Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kepuasan Hubungan pada Pernikahan Jarak Jauh Pasangan Dewasa Awal. *JIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6(8), 6009–6015.
- Handayani, Y. (2016). Komitmen, Conflict Resolution, dan Kepuasan Perkawinan Pada Istri yang Menjalani Hubungan Pernikahan Jarak Jauh. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3), 325–333.
- Hapsari, E., & Indriana, Y. (2015). Hubungan antara Kepuasan Pernikahan Berhubungan dengan Kecendrungan Post Power Syndrome pada Pensiunan Pria Pegawai Negeri Sipil Anggota Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI) Kecamatan Purwareja Klampok, Banjarnegara. *Jurnal Empati*, 4(2), 187–192.
- Harahap, S. R., & Lestari, Y. I. (2018). Peranan Komitmen dan Komunikasi Interpersonal Dalam Meningkatkan Kepuasan Pernikahan pada Suami yang Memiliki Istri Bekerja. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 120–128.
- Hurlock, E. B. (2010). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang*

Rentang Kehidupan (edisi kelima). Jakarta: Erlangga.

Indriyanti, S., Wulandari, D. A., Wibowo, U. D. A., & Noveni, N. A. (2024). Makna Pernikahan berdasarkan Sudut Pandang Generasi Z di Kabupaten Cilacap. *Jurnal Empati*, 13(4), 369–374.

Jalaluddin. (2005). *Psikologi Agama*. Jakarta: Rajawali Pers.

Jamil, E. I., Rifani, R., & Akmal, N. (2023). Intimacy dan Kecemburuan Pada Pasangan Long Distance Marriage. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 589–598.

Jannah, M., & Wulandari, P. Y. (2022). Gambaran Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami Istri yang Menjalani Commuter Marriage. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 83–96.

Johnson, M. P., Caughlin, J. P., & Huston, T. L. (1999). The Tripartite Nature of Marital Commitment: Personal, Moral, and Structural Reasons to Stay Married. *Journal of Marriage and the Family*, 61(1), 160–177.

Kahar, A. S. ., & Ilyas, F. (2022). Hubungan Antara Intensitas Komunikasi Dan Kepercayaan Dengan Kebahagiaan Pada Wanita Yang Menjalani Long Distance Marriage (LDM). *KAWASA*, 12(3), 33–42.

Kurniady, D., & Taufik, T. (2022). Hubungan antara Komitmen Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan Istri Pasangan Domisili Jarak Jauh. *Jurnal Neo Konseling*, 4(4).

Kuswartanti, D. R., & Anugerah, N. T. (2022). Confused Between Work Or Family? (Studi Pendahuluan Work Family Conflict Istri yang Menjalani Dual-earner family dan Long Distance Marriage). *Jurnal Ilmiah Psikologi (JIPSI)*, 4(2), 45–52.

Kuswartantia, D. R., Putrib, P. S., Daonyc, S., & Adindad, T. (2023). My Religion Keeps Me in Long Distance Marriage (LDM). *International Journal of Research in Community Service*, 4(4), 146–152.

Lee, Y. (2018). Marital Satisfaction among Korean Commuter Couples. *Asian Journal of Social Science*, 46, 182–203. <https://doi.org/10.1163/15685314-04601009>

Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga (Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga)*. Jakarta: Prenada Media.

Li, T., & Fung, H. H. (2011). The Dynamic Goal Theory of Marital Satisfaction. *Review of General Psychology*, 15(3), 246–254. <https://doi.org/10.1037/a0024694>

Manullang, O. C. (2021). Keterbukaan Diri Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 667–675. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>

Mauliana, A. M., Arsi, A. A., & Kismini, E. (2018). Makna Pernikahan pada Istri TKI di Desa Cihonje Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas. *SOLIDARITY*, 7(1), 256–264.

Maulidya, A. (2018). Berpikir dan Problem Solving. *Ihya Al-Arabiyah: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Arab*, 4(1), 11–29.

Muslimah, M. (2019). Strategi Keluarga Jarak Jauh Dalam Menjaga Keharmonisan Rumah Tangga di Kalangan TNI-AD. *AT-TA'LIM Jurnal Kajian Pendidikan Agama Islam*, 1(2), 28–54.

Paramita, N., Boer, K. M., Juwita, R., & Ibrizah, Z. (2025). Pola Komunikasi dalam Resolusi Konflik pada Pasangan Long Distance Marriage di Samarinda. *Jurnal Komunikasi Universitas Garut: Hasil Pemikiran Dan Penelitian*, 11(1), 20–36.

Piranti, M. (2023). Self Disclosure Virtual Communication in Long Distance Relationship (LDR) Couple in Managing Relationships. *PERSPEKTIF*, 12(3), 868–874. <https://doi.org/10.31289/perspektif.v12i3.9349>

Pruitt, D. G., & Rubin, J. Z. (2004). *Teori Konflik Sosial (Seri Psikologi Sosial)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Putra, B. N., & Afdal. (2020). Marital Satisfaction: An Analysis of Long Distance Marriage Couples. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(1), 64–69. <https://doi.org/10.24036/00287za0002>

- Rachman, I. P. (2017). Pemaknaan Seorang Istri terhadap Pengalamannya Menjalani Pernikahan Jarak Jauh (Long Distance Marriage). *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 6(2), 1672-1679.
- Rachmawati, D., & Mastuti, E. (2013). Perbedaan Tingkat Kepuasan Perkawinan Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Perkawinan Pada Istri Brigif 1 Marinir TNI - AL yang Menjalani Long Distance Marriage. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 2(1), 1-8.
- Ramadhan, M. O. M., Meiyuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (2023). Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Commuter Marriage: Bagaimana Peranan Problem Solving? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 189-199.
- Ramadhani, Z., & Nur'aeni. (2021). Phenomenological Study: Marriage Satisfaction on Wife Who Has Long-Distance Marriage. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 2, 53-56. <https://doi.org/10.30595/pssh.v2i.102>
- Renanita, T., & Setiawan, J. L. (2018). Marital Satisfaction in Terms of Communication, Conflict Resolution, Sexual Intimacy, and Financial Relations among Working and Non-Working Wives. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 22(1), 12-21. <https://doi.org/10.7454/hubs.asia.1190318>
- Rohmah, L. F., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2020). Effective Communication Training to Improve the Satisfaction of Wedding Marriage / Long Distance Marriage (LDM) Review Marriage Commitments from Marriage Commitment. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding (IJMMU)*, 7(8), 459-465.
- Rostati, S. H. M., & Hatta, M. I. (2021). Pengaruh Self Disclosure terhadap Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh. *Prosiding Psikologi*, 7(1), 14-18. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29313/v7i1.25339>
- Rosyida, I. (2018). Pengaruh Self-Disclosure dan Quality of Life terhadap Kepuasan Pernikahan pada Wanita Karier. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 6(2), 207-218.
- Safitri, A. A. N., Hardjono, & Anggarani, F. K. (2020). Hubungan Komitmen dan Penyesuaian Perkawinan dengan Kepuasan Perkawinan pada Istri Anggota Batalyon Paskhas 467 TNI AU yang menjalani Long Distance Marriage. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 11(2), 99-115.
- Saputra, F., Hartati, N., & Aviani, Y. I. (2014). Perbedaan Kepuasan Pernikahan antara Pasutri yang Serumah dan Terpisah dari Orangtua atau Mertua. *Jurnal RAP UNP*, 5(2), 136-145.
- Shabila, S., & Supratman, L. P. (2023). Komunikasi Interpersonal Antara Istri Dan Suami Dalam Menghadapi Hubungan Jarak Jauh. *E-Proceeding of Management*, 10(4), 3112-3119.
- Simarmata, O. Y., & Lestari, M. D. (2020). Harga Diri dan Penerimaan Diri Pasangan Menikah Tidak Memiliki Anak di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1, 112-121.
- Syahputri, P. D., & Prima, E. P. (2024). Komunikasi Self-Disclosure Pasangan Pacaran Jarak Jauh dalam Memelihara Hubungan Serius Menuju Pernikahan pada Dewasa Awal di Surabaya. *Digicom: Jurnal Komunikasi Dan Media*, 4(2), 163-173.
- Taylor, S. E. (2010). Health Psychology. In R. F. Baumeister & E. J. Finkel (Eds.). *In Advanced Social Psychology: The State of The Science* (697-731). Oxford University Press.
- Veronika, M., & Afdal, A. (2021). Analisis Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami Istri yang Bekerja. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 81-85.
- Vrismaya, A., & Coralia, F. (2016). Studi Mengenai Kepuasan Perkawinan Suami yang Memiliki Istri TKW di Desa Bogor - Indramayu. *Prosiding Psikologi*, 2(1), 283-290.
- Wardhani, N. A. K. (2013). Self-Disclosure dan Kepuasan Perkawinan pada Istri di Usia Awal Perkawinan. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1).
- Wardhani, N. D. W., & Widiasavitri, P. N. (2020). Coping Strategies On Wives in a Long-Distance Marriage And Live with In-laws. *PSIKODIMENSIA*, 19(1), 106-121. <https://doi.org/10.24167/psidim.v19i1.2309>
- Winbaktianur. (2015). Konflik Interpersonal Menantu Wanita dengan Ibu Mertua yang Tinggal Se-rumah. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 7(1), 1-11.
- Yuliantika, N., & Santoso, L. (2024). Strategi Manajemen Konflik dalam Pernikahan

Jarak Jauh (Long Distance Marriage). *JATISWARA*, 39(1), 57-58.

Zuhdi, A., & Yusuf, A. M. (2022). Hubungan Kematangan Emosi terhadap Kepuasan Pernikahan Pasangan Suami Istri. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(2), 1696-1704.

Zulkifli, H. S. M., Asis, A. M., Saidon, R., & Aziz, A. A. (2023). Maintaining A Harmonious Long-Distance Marriage: A Study Among Medical Practitioners in Malaysia. *European Chemical Bulletin*, 12(S3), 4925-4941. <https://doi.org/10.31838/ecb/2023.12.s3.550>