



Literatur Review: Komitmen dan Kepuasan Hidup Perkawinan

Gretty Henofela Huwae

Program Studi Psikologi, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Dhyana Pura, Indonesia

Alamat: Jl. Raya Padang Luwih, Tegaljaya, Dalung, Kuta Utara, Bali, Indonesia

Korespondensi penulis: grettyhuwae@undhirabali.ac.id

Abstract. *This study aims to identify the description of Commitment and Marital life Satisfaction. This study uses the systematic literature review (SLR) method, in order to answer research questions in a structured manner, by referring to the PRISMA 2020 model by reviewing 100 articles with keywords, namely (1) marriage commitment, (2) marriage satisfaction, and (3) commitment and marital life satisfaction. This research used the EndNote X9 application to obtain 5 articles from the Google Scholar database with the help of Harzing Publish or Perish (PoP). The results of this study show that commitment and marital life satisfaction are interrelated in maintaining marital harmony. Commitment, demonstrated through responsibility, support, and long-term orientation, is the foundation of marital stability. Couples with high commitment are better able to deal with challenges such as age difference or long distance thanks to open communication and effective conflict resolution. Factors such as religion, social support and the presence of children also affect satisfaction. Religious values strengthen relationship resilience, while unfulfilled expectations for children can decrease satisfaction.*

Keywords: *Commitment, Satisfaction, Marriage, Literature Review*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran Komitmen dan Kepuasan Hidup Perkawinan. Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR), guna menjawab pertanyaan penelitian secara terstruktur, dengan merujuk pada model PRISMA 2020 dengan meninjau 100 artikel dengan kata kunci yaitu (1) komitmen pernikahan, (2) kepuasan hidup pernikahan, dan (3) komitmen dan kepuasan hidup pernikahan. Penelitian ini menggunakan aplikasi EndNote X9 sehingga diperoleh 5 artikel dari database Google Scholar dengan bantuan Harzing Publish or Perish (PoP). Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa komitmen dan kepuasan hidup perkawinan saling terkait dalam menjaga keharmonisan rumah tangga. Komitmen, ditunjukkan melalui tanggung jawab, dukungan, dan orientasi jangka panjang, menjadi fondasi stabilitas pernikahan. Pasangan dengan komitmen tinggi lebih mampu menghadapi tantangan seperti perbedaan usia atau jarak jauh berkat komunikasi terbuka dan resolusi konflik efektif. Faktor seperti agama, dukungan sosial, dan keberadaan anak juga memengaruhi kepuasan. Nilai agama memperkuat ketahanan hubungan, sementara harapan akan anak yang belum terpenuhi dapat menurunkan kepuasan.

Kata kunci: Komitmen, Kepuasan, Perkawinan, Literature Review.

1. LATAR BELAKANG

Di era modern, komitmen menjadi fondasi utama dalam menjaga keutuhan perkawinan di tengah tantangan yang semakin kompleks. Perubahan sosial, teknologi, dan tuntutan kehidupan modern dapat menimbulkan tekanan pada hubungan pernikahan. Komitmen yang kuat dapat menyebabkan pasangan untuk tetap setia, saling mendukung, dan berorientasi jangka panjang meskipun menghadapi konflik atau ketidakpuasan sementara. Qadariyah & Roro Kinanthi (2023) menunjukkan bahwa pasangan dengan komitmen tinggi cenderung lebih resilien dalam menghadapi masalah, seperti pernikahan jarak jauh atau perbedaan prioritas hidup, karena mereka mengutamakan komunikasi terbuka, empati, dan kesediaan untuk beradaptasi. Selain itu, komitmen juga berperan

sebagai "penahan" yang mencegah pasangan dari tindakan impulsif, seperti perceraian, ketika menghadapi masa-masa sulit (Yulisa, 2024). Nilai-nilai agama, kesepakatan bersama, dan dukungan sosial turut memperkuat komitmen ini, menjadikannya sebagai faktor kunci dalam mempertahankan keharmonisan rumah tangga di tengah dinamika era modern (Ghufron & Suminta, 2018).

Namun, di era modern juga membutuhkan upaya aktif dari kedua pasangan. Teknologi, meski memudahkan komunikasi, dapat mengurangi kedekatan emosional apabila tidak digunakan secara bijak. Oleh karena itu, pasangan perlu secara sadar menciptakan waktu berkualitas, seperti rutinitas bersama tanpa gangguan gawai, untuk memperkuat ikatan (Fadhli, 2021). Selain itu, fleksibilitas dalam menyesuaikan peran gender dan pembagian tanggung jawab menjadi semakin penting seiring dengan perubahan norma sosial. Di tengah arus modernisasi, komitmen yang dibangun dengan kesadaran dan usaha kolektif akan menjadi kunci ketahanan perkawinan yang langgeng dan memuaskan.

Kemudian, kepuasan hidup juga berperan sebagai faktor kritis dalam menjaga stabilitas dan kebahagiaan perkawinan. Kepuasan hidup mencerminkan tingkat kebahagiaan individu serta memengaruhi dinamika hubungan pasangan, termasuk cara mereka menghadapi stres, konflik, dan tuntutan kehidupan sehari-hari (Hamidah et al., 2023). Pasangan yang merasa puas dengan hidupnya cenderung lebih positif dalam memandang hubungan mereka, lebih sabar dalam menghadapi perbedaan, dan lebih resilien dalam mengatasi masalah. Kepuasan hidup juga terkait dengan kemampuan untuk menyeimbangkan tuntutan karier, keluarga, dan waktu pribadi. Ketika pasangan merasa terpenuhi secara emosional dan psikologis, mereka lebih mampu memberikan dukungan satu sama lain, menciptakan lingkungan rumah tangga yang harmonis (Akbar, 2023). Faktor-faktor seperti pencapaian tujuan bersama, rasa syukur, dan kualitas komunikasi turut memperkuat kepuasan hidup ini, menjadikannya sebagai pondasi penting bagi perkawinan yang langgeng di tengah kompleksitas dunia modern.

Namun, mencapai dan mempertahankan kepuasan hidup dalam perkawinan di era modern membutuhkan usaha sadar dari kedua pasangan. Teknologi dan media sosial, misalnya, dapat menjadi sumber distraksi atau bahkan tekanan apabila tidak dikelola dengan baik, sehingga pasangan perlu secara aktif menciptakan batasan untuk melindungi waktu dan keintiman bersama. Selain itu, tuntutan ekonomi dan kesibukan kerja seringkali mengurangi waktu berkualitas, yang dapat menurunkan kepuasan hidup (Rahmananda et al., 2022). Oleh karena itu, penting bagi pasangan untuk secara teratur mengevaluasi

prioritas mereka, berbagi tanggung jawab, dan meluangkan waktu untuk kegiatan yang memperkuat ikatan, seperti liburan bersama atau ritual harian sederhana seperti makan malam tanpa gangguan. Dukungan profesional, seperti konseling perkawinan atau pelatihan manajemen stres, juga dapat membantu pasangan mengembangkan strategi untuk meningkatkan kepuasan hidup mereka. Dengan demikian, kepuasan hidup bukanlah sekadar hasil dari hubungan yang baik, melainkan sebuah proses dinamis yang perlu dipupuk melalui kesadaran, komunikasi, dan kerjasama-kunci utama bagi perkawinan yang bahagia dan tahan lama di era modern.

Namun terdapat beberapa tantangan dalam mempertahankan komitmen dan kepuasan hidup pasangan yang sudah menikah. Salah satu tantangan utama adalah konflik antara tuntutan karier dan kehidupan rumah tangga yang disebabkan oleh kesibukan kerja dan tekanan ekonomi sering mengurangi waktu berkualitas bersama, memicu ketidakpuasan dan kesenjangan emosional. Teknologi dapat menjadi tantangan utama dalam mempertahankan komitmen dan kepuasan pernikahan. Media sosial dan kecanduan gawai dapat menciptakan jarak emosional, kemudian paparan terhadap gambaran hubungan "sempurna" di platform digital memicu perbandingan tidak sehat yang merusak kepuasan perkawinan (Fadhli, 2021). Selain itu, pergeseran nilai sosial seperti individualisme dan toleransi yang rendah terhadap ketidaknyamanan membuat pasangan lebih mudah menyerah ketika menghadapi masalah, daripada berusaha memperbaiki hubungan (Kurniady & Taufik, 2022). Tantangan lainnya adalah ketidakseimbangan peran gender yang disebabkan oleh ekspektasi tradisional yang sering bertabrakan dengan realitas modern menyebabkan stres dan ketidakpuasan, terutama pada pasangan *dual-career* (Muhammad et al., 2021). Tantangan-tantangan tersebut menunjukkan bahwa tantangan komitmen perkawinan di era modern dapat disebabkan oleh faktor eksternal serta kemampuan pasangan untuk beradaptasi dan menyeimbangkan berbagai tekanan hidup.

Selain itu, rendahnya kesadaran akan pentingnya investasi emosional dalam perkawinan memperparah masalah ini. Banyak pasangan terjebak dalam rutinitas tanpa upaya aktif untuk memelihara keintiman, sehingga hubungan menjadi hambar dan rentan terhadap krisis. Kurangnya keterampilan komunikasi dan resolusi konflik juga menjadi tantangan besar. Pasangan seringkali lebih memilih menghindar atau menyimpan dendam daripada menyelesaikan masalah secara konstruktif. Faktor finansial terutama kesulitan ekonomi dapat memperuncing konflik, kemudian ketergantungan materi yang berlebihan justru mengurangi makna komitmen sebagai ikatan emosional. Selain itu, pernikahan jarak

jauh yang semakin umum di era globalisasi menambah kompleksitas, karena membutuhkan komitmen ekstra untuk mempertahankan kepercayaan dan kedekatan meski terpisah secara fisik (Isnaini et al., 2024).

Untuk mengatasi tantangan komitmen dan kepuasan hidup dalam perkawinan di era modern, diperlukan pendekatan proaktif dan adaptif dari pasangan. Pertama, penguatan komunikasi efektif menjadi kunci utama. Pasangan perlu membiasakan dialog terbuka tentang kebutuhan, ekspektasi, dan perasaan masing-masing, termasuk dalam menghadapi konflik (Handayani, 2016). Teknik seperti *active listening* dan *I-messages* dapat mengurangi kesalahpahaman dan memupuk empati. Kedua, manajemen waktu dan prioritas harus dioptimalkan untuk menciptakan keseimbangan antara karier dan kehidupan rumah tangga. Merencanakan *quality time* secara rutin, seperti date night tanpa gangguan gawai atau liburan singkat bersama, dapat memperkuat ikatan emosional. Selain itu, pemanfaatan teknologi secara bijak juga memiliki peran penting melalui membatasi penggunaan media sosial saat bersama pasangan atau memanfaatkan aplikasi yang mendukung hubungan, seperti *shared calendar* untuk mengatur kegiatan bersama.

2. KAJIAN TEORITIS

Komitmen Perkawinan

Komitmen dalam pernikahan merupakan bentuk kesepakatan antara pasangan suami istri untuk mempertahankan ikatan pernikahan dalam berbagai situasi, baik dalam kebahagiaan maupun kesulitan. Komitmen ini mencakup tanggung jawab moral untuk tetap bersama serta menetapkan batasan yang menjaga keberlangsungan hubungan tersebut (Johnson, Caughlin, & Huston, dalam Akbar, 2023). Pendapat senada juga diungkapkan Rusbult yang menggambarkan komitmen pernikahan sebagai keinginan pasangan untuk terus mempertahankan hubungan pernikahan, serta menekankan bahwa komitmen mencakup keterikatan secara psikologis terhadap hubungan tersebut (Adams & Jones dalam Yulisa, 2024).

Cooper & Makin berpendapat bahwa komitmen dapat dipahami sebagai suatu kondisi psikologis di mana individu memiliki keinginan kuat untuk mempertahankan sebuah hubungan. Hal ini mencakup unsur ketergantungan serta keyakinan bahwa pasangan tidak akan meninggalkan hubungan yang telah mereka bangun (Wulandari dalam Handayani, 2016). Hayes dan Webb (dalam Qadariyah & Kinanthi, 2023) menambahkan bahwa komitmen

mencerminkan sejauh mana pasangan suami istri ingin menjaga keberlangsungan hubungan mereka, baik sebagai sebuah fungsi, peran, maupun dalam interaksi sehari-hari.

Kepuasan Hidup Perkawinan

Brockwood berpendapat bahwa kepuasan perkawinan merupakan bentuk evaluasi menyeluruh individu terhadap kondisi pernikahan yang dijalannya. Evaluasi ini dapat mencerminkan tingkat kebahagiaan seseorang dalam pernikahan, maupun mencakup kepuasan terhadap berbagai aspek spesifik dari hubungan tersebut (Andromeda & Noviajati dalam Handayani, 2016).

Menurut Gullota, Adams, dan Alexander (dalam Yulisa, 2024), kepuasan dalam pernikahan merujuk pada persepsi individu terhadap pasangannya dalam konteks hubungan pernikahan yang dijalani. Kepuasan ini erat kaitannya dengan tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh suami dan istri selama menjalani kehidupan bersama.

Kepuasan pernikahan mencerminkan tingkat kebahagiaan dalam kehidupan berumah tangga, yang meliputi kesesuaian nilai-nilai yang dianut oleh pasangan, kesepakatan atas prioritas dan aturan dalam keluarga, serta keterlibatan emosional dengan anak-anak. Selain itu, kepuasan ini juga tercermin dari berbagai perasaan, ekspresi verbal, dan perilaku yang mencerminkan penilaian pasangan terhadap kualitas hubungan mereka (Iqbal dalam Muhammad et al., 2021).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* (SLR), guna menjawab pertanyaan penelitian secara terstruktur, dengan merujuk pada model PRISMA 2020. Pencarian literatur dilakukan pada tanggal 07 Maret 2025 dengan menggunakan aplikasi publish or perish, yang mengakses database online dari Google Scholar. Pemilihan penelitian terdahulu didasarkan pada kriteria sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Artikel yang diterbitkan antara tahun 2015 sampai 2025	Diterbitkan sebelum tahun 2015
Ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris	Teks tidak ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris
Artikel terkait Komitmen dan Kepuasan Hidup Perkawinan	Artikel tidak terkait Komitmen dan Kepuasan Hidup Perkawinan

Penelusuran dilakukan dengan menggunakan beberapa kata kunci dalam bahasa Indonesia dan Inggris secara terpisah, yaitu (1) komitmen perkawinan, (2) kepuasan hidup perkawinan, dan (3) komitmen dan kepuasan hidup perkawinan. Dari hasil pencarian, diperoleh 100 artikel yang dipilih berdasarkan judul, abstrak, serta teks lengkap yang sesuai dengan kriteria yang tercantum dalam Tabel 1. Untuk mempermudah proses seleksi, penelitian ini menggunakan aplikasi EndNote X9 guna menyusun tahapan seleksi secara lebih sistematis. Selanjutnya, dilakukan proses pengkodean, ekstraksi, dan analisis dengan cara mengumpulkan informasi yang relevan secara manual, lalu mencatat hasilnya dalam *spreadsheet*. Selain itu, terdapat 10 artikel yang diperoleh dari database Google Scholar dengan bantuan Harzing Publish or Perish (PoP), namun dikeluarkan dari seleksi berdasarkan kriteria yang telah ditentukan dalam Tabel 1.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penyeleksian proses *literature review*, hasil penelitian dengan menggunakan Teknik *Systematic Literature Review* (SLR) terhadap dampak bentakan terhadap kerusakan otak dan perilaku anak menemukan 5 artikel untuk dianalisis lebih lanjut.

Tabel 2. Hasil Studi Literatur

No	Judul	Penulis	Metode	Kesimpulan
1	"Komitmen, Conflict Resolution, dan Kepuasan Perkawinan Pada Istri yang Menjalani Hubungan Pernikahan Jarak Jauh"	(Handayani, 2016)	Metode Kualitatif dengan pendekatan studi kasus	Keempat subjek memiliki komitmen pernikahan yang berbeda, namun tetap mampu menjaga hubungan meski terpisah jarak dengan pasangan. Komitmen yang kuat membantu mereka menghadapi berbagai masalah dalam pernikahan. Gaya resolusi konflik yang digunakan tiap subjek juga beragam: subjek FR menggunakan gaya kolaborasi, YS menggunakan gaya kompromi, RL menggunakan gaya akomodatif, sedangkan HM menerapkan kombinasi gaya bersaing dan akomodatif. Kepuasan pernikahan tampaknya dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, termasuk keberadaan anak. Subjek FR dan RL merasa puas dengan pernikahan meskipun belum memiliki anak, menunjukkan bahwa kepuasan mereka

				lebih dipengaruhi oleh kualitas hubungan dan kemampuan menyelesaikan konflik. Sebaliknya, subjek YS dan HM belum merasa puas dengan pernikahan, salah satu alasannya karena belum dikaruniai anak. Kesimpulannya, gaya penyelesaian konflik dan keberadaan anak turut memengaruhi tingkat kepuasan pernikahan, meskipun komitmen tetap menjadi fondasi utama dalam mempertahankan hubungan jarak jauh.
2	<i>“Komitmen dan Kepuasan Pernikahan Pada Pasutri Dengan Rentang Usia Jauh”</i>	(Utami, 2018)	Metode Kualitatif dengan pendekatan studi kasus	- Pernikahan subjek MA dan IP langgeng karena komitmen kuat untuk saling bertanggung jawab dan terbuka, meskipun terpaut usia 13 tahun. MA merasa puas karena IP adalah istri dan ibu yang baik, sementara IP merasa dicintai dan dihargai karena keterbukaan dan penerimaan MA serta keluarganya. Keduanya saling memahami dan berkomitmen untuk masa depan bersama. - Komunikasi intens dan saling menghargai pekerjaan masing-masing menjadi kunci keharmonisan. DK mendukung CL tetap bekerja, dan CL berkomitmen mengutamakan keluarga. Kepuasan pernikahan ditunjukkan dari rasa syukur, sikap saling memahami, serta kerja sama dalam perencanaan keuangan dan masa depan keluarga. - Perbedaan usia bukan penghalang karena mereka saling terbuka, menghargai pendapat, dan mendukung satu sama lain. SM merasa puas karena WA selalu mencari solusi bersama, sementara WA yakin SM adalah pasangan yang tepat secara spiritual dan emosional.

				Komitmen bersama terlihat dari dukungan terhadap karier dan rencana jangka panjang mereka.
3	<i>“Komitmen Beragama dan Kepuasan Perkawinan pada Pasangan yang Bekerja Menjadi Tenaga Kerja Indonesia”</i>	(Ghufron dan Suminta, 2018)	Metode Kuantitatif dengan pendekatan uji korelasi	- Agama memainkan peran penting dalam meneguhkan kelanggengan perkawinan dan bahkan dapat menemukan kepuasan perkawinan. - Rumah tangga yang dilandaskan agama akan lebih kuat terhadap goncangan sehingga menciptakan ketenangan
4	<i>“Komitmen Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan di Desa Mulyo Agung”</i>	(Albadh dkk., 2021)	Metode Kuantitatif dengan pendekatan uji korelasi	- Komitmen pernikahan merupakan salah satu faktor terbentuknya kepuasan pernikahan. Komitmen juga merupakan salah satu aspek yang menentukan dalam hubungan pernikahan sebagai orientasi jangka panjang dan didasarkan pada ketergantungan. Peran utama dari komitmen dalam hubungan pernikahan adalah menekankan pada bukti bahwa komitmen dapat memprediksi perkawinan jangka panjang sehingga berfungsi sebagai ukuran kepuasan pernikahan.
5	<i>“Kepuasan pernikahan dewasa awal ditinjau dari kekuatan komitmen pernikahan”</i>	(Hamidah dkk., 2023)	Metode kuantitatif dengan pendekatan uji regresi	- Pasangan yang memiliki tingkat komitmen tinggi cenderung berupaya untuk membicarakan berbagai persoalan dalam pernikahan serta mencari solusi dan menyelesaikan masalah dengan cara yang lebih efektif, sehingga mereka merasa lebih puas dalam menjalani kehidupan pernikahan dibandingkan dengan pasangan yang komitmennya rendah.

Pembahasan

Ditinjau dari hasil penelitian ini, maka terdapat beberapa gambaran terkait komitmen dan kepuasan hidup pernikahan, antara lain:

a) Peran Komitmen dalam menjaga Kepuasan Hidup Pernikahan

Komitmen menjadi faktor utama dalam menjaga kestabilan hubungan pernikahan, terutama dalam kondisi yang penuh tantangan seperti pernikahan jarak jauh (long distance marriage) dan pernikahan dengan rentang usia yang jauh (Isnaini et al., 2024). Handayani (2016) menyatakan bahwa komitmen yang kuat memungkinkan pasangan tetap setia dan berjuang bersama, meskipun secara fisik terpisah. Pasangan dapat mempertahankan hubungan dengan gaya penyelesaian konflik yang berbeda, namun tetap berpegang pada nilai komitmen. Pasangan pada penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan dan keinginan untuk menjaga pernikahan sangatlah penting dalam mempertahankan hubungan yang harmonis.

Utami (2018) menunjukkan bahwa pasangan dengan rentang usia yang cukup jauh pun dapat memiliki kepuasan pernikahan tinggi apabila didasari oleh komitmen yang kuat. Komitmen ini terwujud melalui keterbukaan, rasa tanggung jawab, dan saling menghargai. Perbedaan usia tidak menjadi kendala selama kedua belah pihak saling mendukung dan terbuka terhadap dinamika hubungan. Komitmen menjadi kekuatan utama yang menjembatani perbedaan dalam pandangan dan gaya hidup yang mungkin terjadi akibat gap usia tersebut.

Dalam konteks pasangan pekerja migran, Ghufro dan Suminta (2018) menekankan bahwa komitmen yang dilandasi nilai-nilai religius memiliki kontribusi signifikan dalam menjaga keutuhan dan kepuasan pernikahan. Pasangan yang memiliki fondasi spiritual yang kuat lebih mampu menghadapi tekanan dan godaan yang muncul dalam pernikahan jarak jauh. Nilai religius menjadi penuntun moral dan etika yang membuat pasangan tetap berpegang pada janji pernikahan, sekalipun berada di lingkungan kerja yang penuh tantangan.

Hal tersebut senada dengan penelitian Muhammad et al., (2021) yang menyatakan bahwa komitmen dipandang sebagai bentuk ketergantungan emosional jangka panjang. Dalam konteks budaya lokal, komitmen tidak hanya bersifat personal tetapi juga sosial, karena adanya tekanan dan ekspektasi sosial untuk mempertahankan rumah tangga. Komitmen ini turut memperkuat orientasi jangka panjang pasangan terhadap hubungan pernikahan yang dapat menciptakan rasa puas terhadap pernikahan itu sendiri. Dalam konteks ini, budaya lokal dan nilai religius menjadi penguat komitmen dalam kehidupan pernikahan.

b) Faktor Eksternal yang mempengaruhi Kepuasan Hidup Pernikahan

Penelitian Handayani (2016) menyatakan bahwa gaya penyelesaian konflik merupakan salah satu faktor eksternal yang digunakan oleh para istri dalam pernikahan jarak jauh. Pasangan yang menggunakan gaya kolaborasi dan akomodatif menunjukkan tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi dibandingkan pasangan yang menggunakan gaya kompromi atau bersaing. Gaya kolaborasi memperlihatkan adanya usaha bersama untuk menemukan solusi yang saling menguntungkan, yang pada akhirnya menciptakan rasa dihargai dan dihormati dalam hubungan. Namun, gaya bersaing yang cenderung mengutamakan kemenangan pribadi dapat menimbulkan ketegangan dan menurunkan kepuasan emosional.

Hal ini diperkuat oleh penelitian Hamidah et al. (2023) yang menyatakan bahwa pasangan dengan komitmen tinggi cenderung lebih terbuka untuk mendiskusikan masalah dan mencari penyelesaian yang efektif. Komitmen ini mendorong mereka untuk lebih memilih gaya komunikasi asertif dan resolusi konflik yang mengutamakan hubungan jangka panjang dibanding kepentingan sesaat. Gaya penyelesaian konflik menjadi cerminan dari seberapa jauh pasangan menghargai hubungan mereka, yang pada akhirnya berkorelasi langsung dengan tingkat kepuasan pernikahan yang mereka rasakan.

Kemudian terdapat beberapa faktor eksternal lainnya yang berperan dalam meningkatkan kepuasan hidup pernikahan. Dalam penelitian Handayani (2016), pasangan yang belum memiliki anak menunjukkan variasi dalam kepuasan pernikahan mereka. Subjek FR dan RL merasa puas meskipun belum memiliki anak, karena mereka memiliki komitmen tinggi dan penyelesaian konflik yang sehat. Sementara itu, YS dan HM belum puas dengan pernikahan mereka, dan menyebutkan bahwa belum dikaruniai anak menjadi salah satu penyebabnya. Ini menunjukkan bahwa ekspektasi terhadap peran reproduksi dalam pernikahan masih menjadi faktor penting dalam persepsi kepuasan hidup pernikahan di masyarakat.

Selain anak, aspek karier juga memengaruhi kepuasan pernikahan seperti dijelaskan dalam studi Utami (2018). Pasangan yang saling mendukung karier masing-masing menunjukkan hubungan yang lebih harmonis. Dukungan ini menjadi wujud konkret dari komitmen dan rasa saling percaya. Ketika pasangan merasa didukung dan tidak dipaksa untuk memilih antara karier atau keluarga, maka mereka cenderung lebih puas dalam menjalani peran pernikahan dan keluarga. Hal tersebut mengindikasikan bahwa fleksibilitas dan dukungan terhadap pilihan hidup pasangan menjadi elemen penting dalam menciptakan pernikahan yang seimbang dan memuaskan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan *literatur review* yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa komitmen dan kepuasan hidup perkawinan merupakan dua aspek yang saling terkait dan memengaruhi kelanggengan hubungan pernikahan. Komitmen, yang tercermin dari kesediaan pasangan untuk bertanggung jawab, saling mendukung, dan berorientasi jangka panjang, menjadi fondasi utama dalam menjaga stabilitas perkawinan. Penelitian ini menunjukkan bahwa pasangan dengan komitmen tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tantangan, seperti perbedaan usia, jarak jauh, atau tekanan eksternal, karena mereka mengutamakan komunikasi terbuka, resolusi konflik yang efektif, dan saling menghargai. Selain itu, faktor seperti keberadaan anak, nilai agama, dan dukungan sosial juga turut memengaruhi tingkat kepuasan hidup perkawinan. Pasangan yang menjalankan nilai-nilai agama cenderung lebih tahan terhadap goncangan, sementara pasangan yang belum dikaruniai anak mungkin mengalami ketidakpuasan apabila harapan tersebut belum terpenuhi. Secara keseluruhan, komitmen dapat memprediksi kepuasan serta berperan sebagai mekanisme adaptif dalam menghadapi dinamika hubungan.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengkaji lebih mendalam terkait interaksi antara komitmen dan kepuasan hidup perkawinan dengan variabel-variabel lain. Kemudian, disarankan mengkaji metode penelitian yang lebih beragam sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih holistik.

DAFTAR REFERENSI

- Akbar, A. A. (2023). Hubungan antara intensitas komunikasi dengan komitmen pernikahan pada pasangan long distance marriage (LDM). *Jurnal At-Taujih*, 3(1), 67–79. <https://doi.org/10.30739/jbkid.v3i1.2342>
- Fadhli, A. (2021). Melalaikan tanggung jawab sebagai bentuk ingkarnya laki-laki merawat komitmen perkawinan. *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial dan Eksakta*, 1(1), 35–46. <https://doi.org/10.47134/trilogi.v1i1.10>
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2018). Komitmen beragama dan kepuasan perkawinan pada pasangan yang bekerja menjadi tenaga kerja Indonesia. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 143–157. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.2172>
- Hamidah, W., Mariyanti, S., & Kristiyanti, V. (2023). Kepuasan pernikahan dewasa awal ditinjau dari kekuatan komitmen pernikahan. *Empowerment: Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 3(2), 1–12. <https://doi.org/10.36805/empowerment.v3i2.858>
- 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. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4090>

- Isnaini, N., Tiara, A., Suganda, T., Islam, U., & Raden, N. (2024). Cinta dalam jarak: Bagaimana komitmen pada pasangan long distance relationship (LDR)? *Psycomedia: Jurnal Psikologi*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2024.v4i1.1-10>
- Kurniady, D., & Taufik, T. (2022). Hubungan antara komitmen pernikahan dengan kepuasan pernikahan istri pasangan domisili jarak jauh. *Jurnal Neo Konseling*, 4(4), 47–58. <https://doi.org/10.24036/00717kons2022>
- Muhammad, A., Uyun, M., & Hadinata, E. O. (2021). Komitmen pernikahan dengan kepuasan pernikahan di Desa Mulyo Agung. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(3), 365–375. <https://doi.org/10.19109/ijobs.v1i3.11389>
- Qadariyah, L., & Roro Kinanthi, M. (2023). Pengungkapan diri dan komitmen pernikahan: Studi korelasi pada individu yang menjalani commuter marriage. *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set*, 14(1), 69–79. <https://doi.org/10.35814/mindset.v14i01>
- Rahmananda, R., Adiyanti, M. G., & Sari, E. P. (2022). Kepuasan pernikahan pada istri generasi milenial di sepuluh tahun awal pernikahan. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 15(2), 102–116. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.2.102>
- Utami, S. (2018). Komitmen dan kepuasan pernikahan pada pasutri dengan rentang usia jauh. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 267–272. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4568>
- Yulisa, I. (2024). Komitmen pernikahan, kematangan emosi dan kepuasan pernikahan pada suami yang memiliki istri bekerja. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1798–1808. <https://doi.org/10.54783/jsr.v5i2.289>