
**HUBUNGAN ANTARA KEPUASAN PERNIKAHAN DENGAN
COUPLE BURNOUT PADA PEREMPUAN YANG BEKERJA**

Ravika Andinta Dwi Lestari¹, Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati²
ravikaandinta292@gmail.com¹, ratriana.kusumiati@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

Abstract

Working women face demands from their jobs and families that can affect the quality of their marriages and increase the risk of couple burnout. Marital satisfaction is thought to be one of the factors related to this condition. This study aims to determine the relationship between marital satisfaction and couple burnout among working women. The study uses a quantitative approach with a correlational method. The respondents consisted of 100 working women who had been married for at least 5 years and had at least one child, using snowball sampling technique. Data collection used the ENRICH: Marital Satisfaction Scale developed by Fowers & Olson in 1989 with a reliability of 0.94 and the Couple Burnout Measure developed by Pines in 1996 with a reliability of 0.96. Data analysis using Pearson Product Moment correlation showed a significant negative relationship between marital satisfaction and couple burnout ($r = -0.356$; $p = 0.000$), which means that the higher the marital satisfaction, the lower the couple burnout. This study is expected to contribute theoretically to the field of psychology and serve as a consideration in efforts to improve the quality of marital relationships among working women.

Keywords: *Marital Satisfaction; Couple Burnout; Working Women.*

Abstrak

Perempuan yang bekerja menghadapi tuntutan peran pekerjaan dan keluarga yang dapat memengaruhi kualitas hubungan pernikahan serta meningkatkan risiko couple burnout. Kepuasan pernikahan diduga menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan kondisi tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepuasan pernikahan dengan couple burnout pada perempuan yang bekerja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Responden berjumlah 100 perempuan yang bekerja, telah menikah minimal 5 tahun, dan memiliki setidaknya satu orang anak, dengan teknik snowball sampling. Pengumpulan data menggunakan ENRICH: Marital Satisfaction Scale yang dikembangkan oleh Fowers & Olson pada tahun 1989 dengan reliabilitas sebesar 0.94 dan Couple Burnout Measure yang dikembangkan oleh Pines pada tahun 1996 yang memiliki reliabilitas 0.96. Analisis data menggunakan korelasi Pearson Product Moment menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kepuasan pernikahan dan couple burnout ($r = -0,356$; $p = 0,000$), yang berarti semakin tinggi kepuasan pernikahan maka semakin rendah couple burnout. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam bidang psikologi serta menjadi bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan kualitas hubungan pernikahan pada perempuan yang bekerja.

Kata Kunci: Kepuasan Pernikahan; Couple Burnout; Perempuan Bekerja.

PENDAHULUAN

Pernikahan adalah ikatan antara pria dan wanita yang memiliki tujuan untuk melegalkan hubungan seksual, memberikan legitimasi dalam pengasuhan anak serta memutuskan pembagian peran antar pasangan (Duvall & Miller, 1985). Dalam Undang-undang (UU) Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Pernikahan adalah suatu peristiwa untuk meresmikan perkawinan, dimana pasangan suami istri yang telah menikah secara sah idealnya menjalani kehidupan bersama dalam satu rumah, tinggal di wilayah yang sama, serta menghabiskan waktu bersama (Rubyasih, 2016). Pernikahan yaitu hubungan yang berkaitan dengan emosional dan fisik seseorang yang dapat membuat seseorang tersebut merasa bahagia dan puas (Olson, DeFrain, & Skogrand, 2010). Pasangan yang menjalani kehidupan pernikahan secara tidak langsung akan memiliki kewajiban serta tugas-tugas dalam rumah tangga. Tugas serta kewajiban tersebut seringkali mengakibatkan kelelahan yang dialami pasangan (*couple burnout*).

Couple burnout menurut Pines (1996) yaitu suatu kondisi kelelahan fisik, emosional, dan mental yang merupakan dampak dari adanya ketidaksesuaian yang kronis antara harapan dan kenyataan dalam suatu hubungan romantis. *Couple burnout* ditandai dengan adanya kelelahan fisik, kelelahan emosional, dan kelelahan mental yang dialami oleh pasangan. *Couple burnout* ini seringkali terjadi secara bertahap, permulaannya bisa terjadi karena cinta yang memudar secara perlahan dan diikuti dengan rasa tidak enak badan. Seseorang dengan *couple burnout* seringkali akan mengalami rasa tidak tahan dengan suatu hubungan. Hal ini juga dapat disebabkan oleh kombinasi ekspektasi yang tidak realistis dan perubahan yang ada dalam kehidupan pernikahan (Pines, 1996). Kelelahan dalam perkawinan termasuk salah satu hal yang menjadi alasan terjadinya gangguan perkawinan dan berkurangnya keintiman (Kebritchi & Mohammadkhani (2016). Apabila hal ini terjadi secara terus-menerus akan mengganggu kepuasan dalam hubungan pernikahan.

Kepuasan atau kebahagiaan adalah sesuatu yang umumnya diinginkan oleh seseorang dalam kehidupan pernikahannya. Menurut Fowers & Olson (1989) kepuasan pernikahan yaitu evaluasi subjektif suami atau istri mengenai kehidupan pernikahannya yang berdasarkan pada kepuasan, kebahagiaan, serta kegiatan atau pengalaman menyenangkan yang dilakukan bersama pasangan. Fowers & Olson juga mengemukakan mengenai aspek-aspek dalam kepuasan pernikahan yaitu: *personality issues, communication, conflict resolution, financial management, leisure activities, sexual relationship, children and parenting, family and friend, equalitarian roles, dan religious orientation*. Apabila aspek-aspek dalam kepuasan pernikahan tersebut tidak terpenuhi dengan baik, maka dapat mengakibatkan ketidakpuasan dalam pernikahan hingga dapat mengakibatkan suatu perceraian. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, jumlah perceraian di Indonesia yaitu cukup tinggi dengan total keseluruhan yang dilaporkan yaitu sebanyak 408.347 pasangan yang mengalami perceraian. Hal ini juga diakibatkan oleh beberapa faktor utama antara lain yaitu pertengkaran yang terjadi secara terus menerus, kurangnya tanggung jawab pasangan, dan masalah ekonomi. Kepuasan pernikahan menurut Stone & Shackelford (2006) yaitu suatu kondisi psikologis yang merujuk pada bagaimana persepsi individu terhadap kerugian dan keuntungan yang dirasakan dalam suatu hubungan pernikahan. Selain itu, salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan menurut penelitian Kebritchi & Mohammadkhani (2016) yaitu *couple burnout*, dimana penelitian ini menghasilkan bahwa variabel *couple burnout* memiliki korelasi yang

negatif terhadap kepuasan pernikahan. Hal ini membuktikan bahwa variabel couple burnout dapat mempengaruhi suatu kepuasan pernikahan seseorang.

Penelitian ini akan dilakukan pada pasangan dual earner yang difokuskan pada istri atau perempuannya. Pasangan dual earner yaitu pasangan yang suami maupun istri bekerja dan mendapatkan penghasilan, serta keduanya bersama-sama menjaga kehidupan rumah tangga (Steil, 2009 dalam Ginanjar, A. S., Primasari, I., Rahmadini, R., & Astuti, R. W. 2020). Pernikahan dengan dual earner memiliki dampak positif maupun negatif bagi pasangan. Dampak positifnya antara lain yaitu dapat meningkatkan kondisi finansial rumah tangga, meningkatnya kualitas kesehatan, kualitas perawatan anak, dan kemampuan orang tua dalam menabung untuk kebutuhan masa depan anak (Zaimah, 2019). Seringkali seseorang yang berada pada pernikahan dual earner akan mengalami banyak tuntutan, baik dari segi pekerjaan maupun peran dalam rumah tangga. Tekanan tersebut apabila tidak dapat dihadapi dengan baik dan tidak bisa diseimbangkan akan mengakibatkan kelelahan dan stres yang berlebihan pada pasangan. Stres dan kelelahan yang berlebihan yang diakibatkan oleh tuntutan pekerjaan akan mengganggu kepuasan pernikahan (Ginanjar, A. S., Primasari, I., Rahmadini, R., & Astuti, R. W. 2020).

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan Jafari (2021) yang menyatakan bahwa keterampilan komunikasi dapat mengurangi marital burnout, seseorang dengan marital burnout yang rendah memiliki potensi untuk menyelesaikan konflik pernikahan dengan baik sehingga dapat meningkatkan kualitas kehidupan pernikahannya. Didukung oleh penelitian Kebritchi & Mohammadkhani (2016) yang bertujuan untuk melihat bagaimana peran couple burnout, skema maladaptif awal, dan gaya (hubungan) dengan kepuasan pernikahan pada pasangan muda menghasilkan bahwa variabel couple burnout memiliki korelasi yang negatif terhadap kepuasan pernikahan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tarighi Shadmahani, A., Abolghasemi, S., & Farhangi, A. (2025) yaitu penelitian yang bertujuan untuk membandingkan keefektifitasan antara dua pendekatan terapi (structural family therapy dan transactional analysis therapy) dalam mengurangi marital burnout pada pasangan yang mengalami ketidakpuasan dalam pernikahan, hasil penelitian ini yaitu dikatakan bahwa terapi keluarga struktural dan terapi analisis transaksional dapat digunakan sebagai metode pengobatan untuk burnout perkawinan pada pasangan yang mengalami ketidakpuasan perkawinan dan prioritas penggunaan dalam pengurangan burnout perkawinan adalah dengan terapi keluarga struktural karena gejala masalah perkawinan pasangan lebih mudah dipahami jika dievaluasi dalam konteks pola interaktif keluarga. Penelitian lain yang dilakukan oleh Umaroh, R. F. ., & Hapsari, A. D. (2022) yang berjudul “Burnout Sebagai Variabel Moderator Konflik Peran Ganda dengan Kepuasan Pernikahan pada Perempuan yang Bekerja” menunjukkan bahwa burnout memoderasi hubungan yang negatif antara konflik peran ganda dengan kepuasan pernikahan, dimana semakin tinggi konflik peran ganda dan burnout, maka semakin rendah kepuasan pernikahan pada perempuan yang bekerja.

Meskipun beberapa penelitian terdahulu telah membahas mengenai couple burnout dan kepuasan pernikahan, namun masih terdapat beberapa keterbatasan dari penelitian terdahulu tersebut. Pada penelitian Jafari (2021) telah memberikan kontribusi signifikan yang membuktikan bahwa keterampilan komunikasi dapat menurunkan intensitas couple burnout, sehingga dapat meningkatkan kualitas pernikahan, namun penelitian ini belum secara khusus merujuk pada subjek istri atau perempuan yang bekerja (dual earner). Selain itu, terdapat penelitian Kebritchi & Mohammadkhani (2016) yang membuktikan bahwa couple burnout memiliki korelasi negatif terhadap kepuasan pernikahan, namun penelitian tersebut hanya terbatas pada subjek pasangan muda. Meskipun penelitian yang dilakukan oleh Tarighi

Shadmahani, A., Abolghasemi, S., & Farhangi, A. (2025) telah membahas mengenai marital burnout pada pasangan yang mengalami ketidakpuasan pernikahan, namun penelitian ini tidak spesifik membahas mengenai korelasi antara couple burnout dengan kepuasan pernikahan dan masih dapat dikembangkan dengan dengan memberikan subjek dual earner. Penelitian dari Umaroh & Hapsari (2022) telah menunjukkan bahwa burnout memoderasi hubungan negatif antara konflik peran ganda dengan kepuasan pernikahan. Namun, penelitian ini hanya terbatas pada persepsi wanita yang bekerja dan juga memiliki peran dalam rumah tangga. Dari beberapa keterbatasan penelitian terdahulu di atas, peneliti menawarkan kebaruan penelitian dengan menguji secara spesifik pada hubungan antara kepuasan pernikahan dengan couple burnout pada perempuan yang bekerja.

METODE

Penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu melibatkan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Peneliti menggunakan desain korelasional dengan tujuan untuk menganalisis hubungan antar variabel yang akan diteliti pada perempuan yang bekerja. Selain itu, dengan menggunakan desain korelasional, peneliti dapat mengetahui arah hubungan antar variabel dalam penelitian.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepuasan pernikahan dan couple burnout pada perempuan yang bekerja dalam pernikahan dual earner. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh gambaran mengenai kondisi kepuasan pernikahan dan couple burnout responden, serta hubungan antara kedua variabel tersebut.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel kepuasan pernikahan memiliki nilai rata-rata sebesar 58.11 dengan standar deviasi 8.745, yang mengindikasikan bahwa secara umum tingkat kepuasan pernikahan partisipan berada pada kategori sedang. Hal ini diperkuat oleh hasil kategorisasi yang menunjukkan bahwa 70% partisipan berada pada kategori kepuasan pernikahan sedang, sementara hanya 13% yang berada pada kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar perempuan yang bekerja dalam pernikahan dual earner merasa cukup puas dengan pernikahannya, namun belum sepenuhnya mencapai tingkat kepuasan yang optimal.

Kondisi kepuasan pernikahan yang berada pada kategori sedang dapat dipahami mengingat perempuan yang bekerja seringkali menghadapi tuntutan ganda, yaitu tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab dalam rumah tangga. Menurut Fowers dan Olson (1989), kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti komunikasi, pembagian peran, pengelolaan konflik, dan manajemen keuangan. Pada pasangan dual earner, aspek-aspek tersebut cenderung menjadi lebih kompleks karena keterbatasan waktu, kelelahan fisik, serta tekanan pekerjaan yang dapat memengaruhi kualitas interaksi dengan pasangan yang memungkinkan memiliki dampak bagi kepuasan pernikahannya.

Pada variabel couple burnout, hasil analisis deskriptif menunjukkan nilai rata-rata sebesar 60.03 dengan standar deviasi 22.233, yang menunjukkan bahwa secara umum tingkat couple burnout partisipan berada pada kategori sedang. Hasil kategorisasi memperlihatkan bahwa 64% partisipan berada pada kategori couple burnout sedang, dan 17% berada pada kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar perempuan yang bekerja mengalami kelelahan dalam hubungan pernikahan pada tingkat tertentu, meskipun belum berada pada kondisi yang ekstrem.

Hasil tersebut sejalan dengan konsep couple burnout yang dikemukakan oleh Pines

(1996), yang menyatakan bahwa burnout dalam hubungan romantis berkembang secara bertahap akibat ketidaksesuaian kronis antara harapan dan realitas hubungan. Pada pasangan dual earner, ketidaksesuaian ini dapat muncul ketika harapan akan keharmonisan pernikahan tidak sejalan dengan realitas tuntutan pekerjaan dan peran domestik yang harus dijalani secara bersamaan. Kondisi ini dapat memicu kelelahan fisik, emosional, dan mental pada pasangan, khususnya pada perempuan yang seringkali masih memegang peran utama dalam pengelolaan pekerjaan atau kegiatan rumah tangga.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data penelitian telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisis statistik lanjutan. Hasil uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov–Smirnov Test menunjukkan bahwa residual berdistribusi normal dengan nilai signifikansi $p = 0.200$ ($p > 0.05$). Selain itu, hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara kepuasan pernikahan dan couple burnout bersifat linear secara signifikan, dengan nilai signifikansi pada komponen Linearity sebesar $p = 0.000$ ($p < 0.05$) dan Deviation from Linearity sebesar $p = 0.657$ ($p > 0.05$). Dengan demikian, asumsi normalitas dan linearitas telah terpenuhi.

Hasil uji korelasi Pearson Product Moment menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara kepuasan pernikahan dan couple burnout, dengan nilai koefisien korelasi $r = -0.356$ dan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepuasan pernikahan, maka semakin rendah tingkat couple burnout yang dialami, dan sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara kepuasan pernikahan dan couple burnout diterima.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Kebritchi dan Mohammadkhani (2016) yang menyatakan bahwa couple burnout memiliki korelasi negatif terhadap kepuasan pernikahan. Individu yang mengalami tingkat burnout yang tinggi cenderung merasakan kelelahan emosional dan mental dalam hubungan pernikahannya, yang pada akhirnya menurunkan kualitas interaksi, keintiman, serta kepuasan dalam pernikahan. Sebaliknya, individu dengan tingkat kepuasan pernikahan yang tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola konflik dan tekanan, sehingga risiko terjadinya couple burnout menjadi lebih rendah.

Hasil penelitian ini juga mendukung temuan Jafari (2021) yang menyatakan bahwa rendahnya marital burnout berkaitan dengan kemampuan pasangan dalam mengelola komunikasi dan konflik secara efektif. Pada perempuan yang bekerja, kepuasan pernikahan dapat berperan sebagai faktor protektif yang membantu individu menghadapi tekanan peran ganda, sehingga mengurangi kemungkinan terjadinya kelelahan dalam hubungan pernikahan.

Selain itu, temuan penelitian ini relevan dengan penelitian Umaroh dan Hapsari (2022) yang menunjukkan bahwa burnout berperan dalam menurunkan kepuasan pernikahan pada perempuan yang bekerja. Meskipun penelitian tersebut memposisikan burnout sebagai variabel moderator, hasil penelitian ini memperkuat temuan bahwa burnout memiliki keterkaitan yang signifikan dengan kepuasan pernikahan, khususnya pada perempuan dengan peran ganda dalam keluarga dan pekerjaan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa couple burnout merupakan salah satu faktor penting yang berhubungan dengan kepuasan pernikahan pada perempuan yang bekerja dalam pernikahan dual earner. Temuan ini memberikan kontribusi empiris dengan memperluas hasil penelitian sebelumnya yang sebagian besar masih berfokus pada pasangan secara umum atau pasangan muda, dengan secara spesifik menelaah perempuan bekerja sebagai subjek penelitian.

Selain itu, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya yaitu desain

penelitian yang bersifat korelasional sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat antara kepuasan pernikahan dan couple burnout, responden penelitian hanya terbatas pada perempuan yang bekerja dalam pernikahan dual earner sehingga belum menggambarkan perspektif pasangan secara menyeluruh. Penelitian ini juga menggunakan alat ukur yang bersifat self-report, sehingga bergantung pada persepsi subjektif responden serta memungkinkan adanya bias dalam pengisian kuesioner.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kepuasan pernikahan pada perempuan yang bekerja dalam pernikahan dual earner secara umum berada pada kategori sedang. Sebagian besar partisipan merasa cukup puas dengan kehidupan pernikahannya, namun belum sepenuhnya mencapai tingkat kepuasan yang optimal. Tingkat couple burnout pada perempuan yang bekerja dalam pernikahan dual earner juga berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan mengalami kelelahan dalam hubungan pernikahan pada tingkat tertentu, meskipun belum berada pada kondisi yang berat. Hasil uji korelasi Pearson Product Moment menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara kepuasan pernikahan dan couple burnout pada perempuan yang bekerja, dengan nilai koefisien korelasi $r = -0.356$ dan nilai signifikansi $p < 0.05$. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi kepuasan pernikahan, maka semakin rendah tingkat couple burnout, dan sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara kepuasan pernikahan dan couple burnout diterima. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa couple burnout merupakan faktor yang berhubungan dengan kepuasan pernikahan, khususnya pada perempuan yang bekerja dalam pernikahan dual earner, sehingga kepuasan pernikahan dapat berperan sebagai faktor protektif dalam mengurangi kelelahan fisik, emosional, dan mental dalam hubungan pernikahan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan keterbatasan yang ada, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti penelitian longitudinal atau eksperimen, agar dapat menjelaskan hubungan sebab akibat antara kepuasan pernikahan dan couple burnout. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan kedua pasangan (suami dan istri) agar memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai dinamika pernikahan dari pandangan suami dan istri.

2. Bagi Pasangan Dual Earner

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi bagi pasangan dual earner, khususnya perempuan yang bekerja, untuk lebih memperhatikan keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan peran dalam rumah tangga. Pasangan disarankan untuk meningkatkan kualitas komunikasi, membangun pembagian peran yang lebih setara, serta menyediakan waktu berkualitas bersama pasangan guna mengurangi kelelahan emosional dan mencegah terjadinya couple burnout dan dapat meningkatkan kepuasan dalam pernikahan.

3. Bagi Praktisi dan Lembaga Terkait (Konselor/Psikolog)

Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam merancang program konseling pernikahan atau intervensi psikologis yang berfokus pada pencegahan dan penanganan couple burnout, khususnya pada pasangan dual earner. Praktisi disarankan untuk membantu pasangan dalam mengelola stres, meningkatkan keterampilan komunikasi, serta

memperkuat kepuasan pernikahan sebagai upaya menjaga kualitas hubungan pernikahan jangka panjang.

4. Bagi Masyarakat dan Pembaca Umum

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya kepuasan pernikahan dan dampak couple burnout dalam kehidupan rumah tangga. Pembaca diharapkan lebih peka terhadap tanda-tanda kelelahan dalam hubungan pernikahan dan terdorong untuk mencari bantuan profesional apabila mengalami kesulitan dalam menjaga keharmonisan pernikahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsawalqa, R. O. (2019). Marriage burnout: When the emotions exhausted quietly quantitative research. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 13(2), e68833. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.68833>.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas (Edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi (Edisi II)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik Indonesia. Jumlah Perceraian¹ Menurut Provinsi dan Faktor, 2023. Diakses pada 15 April 2025, dari <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023>.
- Duvall, E.M., & Miller, B.C. (1985). *Marriage and Family Development*. (6th ed). New York: Harper & Roe Publishers, Inc.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1989). Enrich marital inventory: A discriminant validity and cross validation assessment. *Journal of Marital and Family Therapy*, 15(1), 65-79.
- Ginanjari, A. S., Primasari, I., Rahmadini, R., & Astuti, R. W. (2020). Hubungan antara work-family conflict dan work-family balance dengan kepuasan pernikahan pada istri yang menjalani dual-earner family. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13(2), 112-124.
- Hurlock, E. (1991). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- in health studies. World Health Organization.
- Isaac, S., & Michael, W. B. (1995). *Handbook in research and evaluation: A collection of principles, methods, and strategies useful in the planning, design, and evaluation of studies in education and the behavioral sciences*. Edits publishers.
- Jafari, A., Alami, A., Charoghchian, E., Delshad Noghabi, A., & Nejatian, M. (2021). The impact of effective communication skills training on the status of marital burnout among married women. *BMC women's health*, 21(1),1-10.
- Javdan, M., Bahrampour, T., & Dehghani, M. (2023). The role of family relationships and conflict resolution styles in marital burnout of couples seeking a divorce. *Journal of Family Relations Studies*, 3(8), 32–39. <https://doi.org/10.22098/jfrs.2023.12006.1093>.
- Kebritchi, A., & Mohammadkhani, S. (2016). The role of marital burnout and early maladaptive schemas in marital satisfaction between young couples. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5(12), 239-246.
- Lemeshow, S., Hosmer, D. W. Jr., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1990). Adequacy of sample size
- Nejatian, M., Alami, A., Momeniyan, V., Delshad Noghabi, A., & Jafari, A. (2021). Investigating the status of marital burnout and related factors in married women referred to health centers. *BMC Women's Health*, 21(1). doi:10.1186/s12905-021-01172-0.
- Olson, D., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2010). *Marriage and Families: Intimacy, Diversity, and Strengths (7th Edition)*. New York: The McGraw Hill Companies.
- Peleg, O. (2008). The relation between differentiation of self and marital satisfaction: what can be learned from married people over the course of life?. *The American Journal of Family Therapy*, 36, 1–14. <https://doi.org/10.1080/01926180701804634>.
- Pines, A. M., Neal, M. B., Hammer, L. B., & Icekson, T. (2011). Job Burnout and Couple Burnout in

- Dual-earner Couples in the Sandwiched Generation. *Social Psychology Quarterly*, 74(4), 361–386. doi:10.1177/0190272511422452.
- Putama, R. A. (2022). Kepuasan Komunikasi Pasangan Sebagai Variabel Mediator Pada Pengaruh Manajemen Konflik Terhadap Kepuasan Pernikahan. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Rubiyah, A. (2016). Model komunikasi perkawinan jarak jauh. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 4(1), 111–121.
- Srisusanti, S., & Zulkaida, A. (2013). Studi deskriptif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan perkawinan pada istri. *UG Jurnal*, 7(06), 1–12.
- Stone, Emily A., and Todd K. Shackelford. (2006). “Marital Satisfaction.”
- Sugiono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Tarighi Shadmahani, A., Abolghasemi, S., & Farhangi, A. (2025). The Comparison of Effectiveness of Acceptance-Commitment Therapy with Reality Therapy on Covert Relational Aggression in Women with Marital Burnout. *Clinical Psychology and Personality*.
- Topkaya, N., Şahin, E., Terzioğulları Yılmaz, C., & Aşantugrul, N. (2024). Predictors of Couple Burnout among Turkish Married Individuals. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 14(7), 561. <https://doi.org/10.3390/bs14070561>.
- Umaroh, R. F. ., & Hapsari, A. D. . (2022). Burnout Sebagai Variabel Moderator Konflik Peran Ganda dengan Kepuasan Pernikahan pada Perempuan yang Bekerja. *Flourishing Journal*, 2(4), 315–331. <https://doi.org/10.17977/um070v2i42022p315-331>.
- Undang-undang (UU) Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan: Dasar perkawinan.
- Zaimah, R. (2019). The probability factor influences the level of financial well-being of workers in Malaysia. *Malaysian Journal of Society and Space*, 15(3), 122-135. doi:10.17576/geo-2019-1503.