

## **Dyadic Coping dan Perceived Stress pada Marital Satisfaction Pasangan Menikah di Kabupaten Karawang**

### **Dyadic Coping and Perceived Stress on Marital Satisfaction of Married Couples in Karawang Regency**

Rossy Andeli<sup>(1)</sup>, Cempaka Putrie Dimala<sup>(2\*)</sup> & Haryanti Mustika<sup>(3)</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia.

Disubmit: 17 Agustus 2025; Direview: 20 Agustus 2025; Diaccept: 01 September 2025; Dipublish: 10 September 2025

\*Corresponding author: cempaka.putrie@ubpkarawang.ac.id

#### **Abstrak**

Fenomena meningkatnya konflik rumah tangga akibat tekanan ekonomi, tuntutan peran ganda, dan komunikasi yang tidak efektif, menjadi hal umum yang memengaruhi kepuasan pernikahan di Kabupaten Karawang, dua faktor yang diduga berperan dalam fenomena ini adalah *Dyadic Coping* dan *Perceived Stress*. Untuk itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *dyadic coping* dan *perceived stress* terhadap *marital satisfaction* pada pasangan menikah di Kabupaten Karawang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain kausalitas; sampel berjumlah 204 pasangan suami istri yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan meliputi ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS); Dyadic Coping Inventory (DCI); dan Perceived Stress Scale (PSS-10). Pengumpulan data dilakukan secara daring; analisis data menggunakan SPSS dengan uji asumsi normalitas Kolmogorov-Smirnov dan linearitas ANOVA; serta uji regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *dyadic coping* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *marital satisfaction*; sedangkan *perceived stress* menunjukkan pengaruh negatif yang signifikan, secara simultan *dyadic coping* dan *perceived stress* memiliki pengaruh signifikan terhadap *marital satisfaction*. Simpulan dari penelitian ini adalah bahwa kemampuan pasangan dalam mengelola stres bersama dapat meningkatkan kepuasan pernikahan; sementara persepsi terhadap stres yang tinggi cenderung menurunkan kualitas hubungan.

**Kata Kunci:** Dyadic Coping; Perceived Stress; Marital Satisfaction; Pasangan Menikah.

#### **Abstract**

*The phenomenon of increasing domestic conflicts due to economic pressures, dual role demands, and ineffective communication is a common factor affecting marital satisfaction in Karawang Regency. Two factors suspected to play a role in this phenomenon are Dyadic Coping and Perceived Stress. Therefore, this study aims to examine the influence of dyadic coping and perceived stress on marital satisfaction among married couples in Karawang Regency. This research employed a quantitative method with a causal design; a total of 204 married couples were selected using purposive sampling. The instruments used were the ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS), the Dyadic Coping Inventory (DCI), and the Perceived Stress Scale (PSS-10). Data were collected online through Google Forms; and analyzed using SPSS version 27.0. Assumption tests included the Kolmogorov-Smirnov test for normality and ANOVA for linearity; followed by multiple regression analysis. The results showed that dyadic coping has a significant positive effect on marital satisfaction, while perceived stress has a significant negative effect. The study concludes that couples' ability to manage stress together enhances marital satisfaction, whereas high levels of perceived stress tend to reduce relationship quality.*

**Keywords:** Dyadic Coping; Perceived Stress; Marital Satisfaction; Married Couples; Psychological Stress.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i3.832>

#### **Rekomendasi mensitasikan :**

Andeli, R., Dimala, C. P. & Mustika, H. (2025), *Dyadic Coping* dan *Perceived Stress* pada *Marital Satisfaction* Pasangan Menikah di Kabupaten Karawang. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6 (3): 1232-1240.

## PENDAHULUAN

Manusia memiliki naluri untuk hidup berpasangan dan membangun rumah tangga melalui pernikahan demi mencapai kebahagiaan, cinta, kasih sayang, kepuasan batin, dan keturunan (Hananiah & Sanjaya, 2023). Pernikahan merupakan ikatan sakral yang melibatkan komitmen emosional, keintiman, hubungan seksual, pembagian tugas domestik, serta pengelolaan sumber daya ekonomi (Farha, 2023). Selain memperkuat ikatan antara dua individu dan keluarga, pernikahan juga berperan mempererat hubungan sosial dan menciptakan keharmonisan masyarakat (Nugroho, dalam Nasywa, 2025). Sementara itu, realitas sering kali tidak sejalan dengan harapan.

Sepanjang tahun 2024 tercatat 5.013 kasus perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Karawang, dan pada awal 2025 sudah terdapat 1.373 perkara (Raka, 2025). Angka ini menunjukkan bahwa perceraian masih menjadi fenomena yang mengkhawatirkan, khususnya di Karawang yang menempati posisi tertinggi di wilayahnya, tingginya angka perceraian di Karawang menunjukkan adanya masalah dalam menjaga kepuasan pernikahan (*marital satisfaction*).

Menurut Fower dan Olson (Azzahra, Djamal, & Firdaus, 2023), *marital satisfaction* diartikan sebagai evaluasi terhadap pengalaman pernikahan berdasarkan pemenuhan kebutuhan individu serta penilaian terhadap berbagai aspek dalam hubungan pernikahan. Laswell dan Laswell (Mukhtiqal & Khairani, 2023) menyebutkan bahwa taraf *marital satisfaction* dapat dilihat melalui seberapa baik suami istri dapat memenuhi kebutuhan pasangannya dan seberapa

besar kebebasan dari hubungan tersebut. Dalam sebuah pernikahan terdapat berbagai aspek yang harus dipenuhi agar suami dan istri dapat merasakan *marital satisfaction* pernikahan, Fower dan Olson (Jannah & Wulandari, 2022) mengemukakan terdapat 10 aspek yaitu *communication, leisure activity, religious orientation, conflict resolution, financial management, sexual orientation, family and friends, children and parenting, personality issues, and equalitarium role*.

Berdasarkan pra-penelitian terhadap 30 responden di Kabupaten Karawang menunjukkan tingkat kepuasan pernikahan dengan persentase "Mengerti" tertinggi adalah *communication* (87%), *conflict resolution* (84%), dan *religious orientation* (83%), mencerminkan peran *dyadic coping* yang efektif dalam membangun keterbukaan, penyelesaian masalah, dan kesamaan nilai spiritual. Aspek *leisure activity* dan *family & friends* masing-masing mendapat 78% dan 80%, menunjukkan adanya waktu berkualitas dan dukungan sosial yang cukup. Sementara itu, *financial management* (75%), *children & parenting* (73%), dan *personality issues* (72%) Memiliki capaian sedang, yang bisa menimbulkan *perceived stress* jika tidak dikelola dengan baik. Persentase terendah ada pada aspek *sexual orientation* (71%) dan *equalitarian role* (70%). Hasil ini menunjukkan *dyadic coping* yang baik meningkatkan kepuasan, sementara aspek rendah menjadi potensi sumber stres.

Menurut Rusu et al. (2020), *dyadic coping* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *marital satisfaction*. Menurut Bodenman (Sari & Hastuti, 2024) *Dyadic coping* merupakan pola interaksi

dalam hubungan yang mempertimbangkan adanya tekanan yang dialami oleh salah satu atau kedua pasangan serta upaya yang dilakukan untuk mengatasinya, sebagaimana dipersepsikan oleh individu. Bodenmann (dalam Septiono, 2022) mengidentifikasi lima bentuk *dyadic coping*, yaitu: *Stress communication*, *supportive dyadic coping*, *delegated dyadic coping*, *common dyadic coping* dan *negative dyadic coping*.

*Dyadic coping* menjadi strategi penting yang melibatkan pasangan untuk bersama-sama mengatasi stres yang memengaruhi hubungan mereka (Bodenmann, 2020). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusu et al. (2020) Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *dyadic coping* memiliki dampak positif terhadap kepuasan pernikahan, di mana pasangan yang mampu menghadapi stres secara bersama-sama cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dan memuaskan.

Maharini dan Soekandar (2023) menemukan bahwa *emotion-focused supportive dyadic coping* dapat memperlemah dampak negatif stres orang tua terhadap kepuasan pernikahan. Sementara itu, Nurnaningsih et al. (2018) menyatakan bahwa *dyadic coping* menyumbang 62,8% terhadap variasi kepuasan pernikahan pada pasangan yang memiliki anak dengan *down syndrome*. Ketiga studi ini menegaskan bahwa kemampuan pasangan dalam menghadapi stres bersama dapat meningkatkan kualitas hubungan pernikahan.

Faktor-faktor lain yang memengaruhi *marital satisfaction* yaitu *perceived stress* (Randall dan Bodenmann, 2009). Menurut Cohen et al. (Hastuti & Hadi, 2022),

*perceived stress* merujuk pada persepsi individu terhadap berbagai aspek dalam kehidupannya yang dapat memicu stress serta sejauh mana individu merasa mampu mengatasinya.

Cohen et al. (dalam Hakim et al, 2024) mengelompokkan *perceived stress* ke dalam dua dimensi utama, yaitu: *perceived self-efficacy* dan *perceived helplessness*. Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa *perceived stress* memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap *marital satisfaction*. Studi oleh Maroufizadeh et al. (2019) menggunakan pendekatan *Actor Partner Interdependence Model* (APIM) dan menemukan bahwa baik stres yang dirasakan oleh suami maupun istri berpengaruh negatif terhadap kepuasan pernikahan mereka masing-masing (*actor effect*), dan stres istri juga berdampak negatif pada kepuasan pernikahan suami (*partner effect*).

Hasil serupa ditemukan dalam penelitian Olatubi et al. (2022) terhadap tenaga kesehatan di Nigeria, di mana tingkat stres yang lebih tinggi berkorelasi negatif dengan kepuasan pernikahan, serta berperan sebagai prediktor yang signifikan dalam menurunkan kualitas hubungan pernikahan. Penelitian-penelitian ini menegaskan bahwa semakin tinggi stres yang dirasakan oleh individu, maka semakin rendah tingkat kepuasan dalam pernikahan, sehingga intervensi psikologis untuk menurunkan stres penting dilakukan dalam menjaga keharmonisan rumah tangga.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya di atas, maka tujuan penelitian ini adalah pengaruh *dyadic coping* dan *perceived stress* pada

*marital satisfaction* pasangan menikah di Kabupaten Karawang. Hipotesis pada penelitian ini terdapat tiga hipotesis yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh *dyadic coping* dan *perceived stress* terhadap *marital satisfaction* secara parsial maupun simultan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain kausalitas. Desain ini dipilih untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel penelitian, yaitu *marital satisfaction* (variabel dependen), *dyadic coping* (variabel independen) dan *perceived stress* (variabel independen). Populasi dalam penelitian ini adalah pasangan suami istri di Kabupaten Karawang. Teknik pengambilan sampel riset ini memakai teknik *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*, *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan. Jumlah sampel ditentukan sebanyak 204 responden, yang dikemukakan oleh Cohen (1988) analisis korelasional dengan tingkat kepercayaan 95%.

Alat ukur di penelitian ini merupakan skala psikologi, Alat ukur *marital satisfaction* yang digunakan dalam penelitian ini adalah ENRICH *Marital Satisfaction Scale* (EMS) dari Fowers dan Olson. Skala ini diukur berdasarkan aspek-aspek *marital satisfaction* yaitu, *communication*, *leisure activity*, *religius orientation*, *conflict resolution*, *financial management*, *sexual realtionship*, *family and friends*, *children and parenting*, *personality issues* dan *equalitirian roles*. Berisikan sembilan aitem favorabel dan enam aitem unfavorabel. Pola dasar pengukuran skala EMS ini disusun dengan

menggunakan Skala Likert dengan lima alternatif jawaban, yaitu *strongly disagree* (1) sampai dengan *strongly agree* (5).

Kemudian untuk mengukur *dyadic coping* menggunakan *dyadic coping inventory* (DCI) oleh Bodenmann, yang mencakup lima dimensi: *stress communication*, *supportive dyadic coping*, *delegated dyadic coping*, *common dyadic coping*, dan *negative dyadic coping*. Berisikan 37 aitem favorabel. Pengukuran dilakukan dengan skala Likert 5 poin (1 = tidak pernah hingga 5 = selalu).

Lalu Untuk mengukur variabel *perceived stress* pada penelitian ini digunakan alat ukur *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang dikembangkan oleh Cohen dkk., (1983) dan telah diadaptasi ke dalam versi Bahasa Indonesia (Hakim dkk., 2024). Skala ini terdiri dari 10 aitem yang mengukur dua dimensi utama, yaitu *perceived helplessness* (enam aitem) dan *perceived self-efficacy* (empat aitem). Respon terhadap setiap aitem diberikan dalam skala Likert 5 poin, yaitu 0 = tidak pernah, 1 = hampir tidak pernah, 2 = kadangkadang, 3 = cukup sering, dan 4 = sangat sering.

Penyebaran skala dan alat ukur dilakukan secara *online*. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan SPSS versi 27.0 for windows guna melakukan uji hipotesis yang sudah dirumuskan. Analisis data dilangsungkan melalui uji asumsi, yang mencakup uji normalitas serta uji linearitas, guna memastikan bahwa data berdistribusi normal dan hubungan antara variabel bersifat linear. Uji normalitas pada penelitian ini dilangsungkan melalui metode *Kolmogorov Smirnov*. Sedangkan uji linearitas menggunakan ANOVA. Selanjutnya, digunakan analisis regresi

berganda untuk mengetahui hubungan variabel *independent* terhadap variabel dependen.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan secara daring. Responden dalam penelitian ini adalah pria dan wanita yang sudah menikah di Kabupaten Karawang. Fokus pada pria dan wanita yang sudah menikah dipilih karena mengukur tentang kepuasan pernikahan atau yang biasa disebut *marital satisfaction*.

Jumlah responden dalam penelitian ini melibatkan sebanyak 210 responden dengan rentang usia 21-62 tahun yang terdiri dari 72,4% pria dan 27,6% wanita. Berdasarkan data demografis pada tabel 1 dijelaskan bahwa karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, usia pernikahan, tempat tinggal, jumlah anak.

Responden memiliki pendidikan terakhir mulai dari SMA hingga sarjana. Berdasarkan data demografik kategori pekerjaan lebih banyak karyawan swasta terdapat 179 responden dengan presentase 85%. Adapun usia pernikahan responden 1-2 tahun terdapat 75 responden dengan presentase 36%, 3-5 tahun terdapat 86 responden dengan presentase 41%, 6-10 tahun terdapat 20 responden dengan presentase 14%, dan usia pernikahan lebih dari 10 tahun mendapati total 20 responden dengan presentase 10%.

Selanjutnya, berdasarkan tempat tinggal, terkait tempat tinggal 52% tinggal bersama pasangan, 33% mengontrak, dan 14% tinggal dengan keluarga pasangan. Jumlah anak terbanyak adalah satu anak (44%), dua anak (42%), dan lebih dari dua anak (14%).

Tabel 1. menunjukkan demografi subjek penelitian yang lebih jelas

Kriteria	Keterangan	Total	Persen
Usia	Dewasa awal (21-40)	199	94,9%
	Dewasa madya (41-60)	10	4,9%
	Dewasa akhir (>60)	1	0.78%
Jenis kelamin	Pria	152	72%
	Wanita	58	28%
Pendidikan	SMA	41	20%
	S1	162	77%
	S2	5	2%
	S3	2	1%
Pekerjaan	Karyawan swasta	179	85%
	Karyawan buruh	2	1%
	Guru	1	0,01%
	Apoteker	1	0,01%
	Bidan	1	0,01%
	Dokter	1	0,01%
	Dosen	1	0,01%
	Ecommerce Manager	1	0,01%
	Interpreter	1	0,01%
	IRT	5	2%
	Wirausaha	10	5%
	PNS	6	3%
	Polisi	1	0,01%
	1 - 2 tahun	75	36%
pernikahan	3 - 5 tahun	86	41%
	6 - 10 tahun	29	14%
	>10 tahun	20	10%
Tempat tinggal	Mengontrak	69	33%
	Rumah bersama suami dan istri	110	52%
	Tinggal bersama keluarga suami/istri	30	14%
Jumlah	1	93	44%
	2	88	42%
	>2	29	14%

Tabel 2. Uji Beda

Karakteristik	Variabel	(Sig)	Ket.
Jenis Kelamin	DC	0.887	Tidak Signifikan
	PS	0.021	Signifikan
	MS	0.073	Tidak Signifikan
Usia	DC	0.081	Tidak Signifikan
	PS	0.001	Signifikan
	MS	0.097	Tidak Signifikan
Pendidikan	DC	0.599	Tidak Signifikan
	PS	0.862	Tidak Signifikan
	MS	0.825	Tidak Signifikan
Pekerjaan	DC	0.739	Tidak Signifikan
	PS	0.370	Tidak Signifikan
	MS	0.314	Tidak Signifikan
Usia	DC	0.020	Signifikan
	PS	0.022	Signifikan
	MS	0.061	Tidak Signifikan
Tempat Tinggal	DC	0.423	Tidak Signifikan
	PS	0.686	Tidak Signifikan
	MS	0.230	Tidak Signifikan
Jumlah Anak	DC	0.026	Signifikan
	PS	0.116	Tidak Signifikan
	MS	0.458	Tidak Signifikan

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji beda menggunakan *independent sample t-test* dan *one-way ANOVA* menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada *perceived stress* berdasarkan jenis kelamin ( $p = 0,021$ ) dan usia ( $p = 0,001$ ). Responden laki-laki memiliki tingkat stres lebih tinggi (Mean = 25,6034) dibandingkan perempuan (Mean = 23,3355). Hal ini sejalan dengan hasil uji statistik yang dilakukan oleh (Sumardiyyono, 2020) memberikan gambaran bahwa tingkat stres pada pria lebih tinggi daripada wanita.

Berdasarkan usia, responden dengan usia 34 tahun menunjukkan *perceived stress* tertinggi (Mean = 34,0000) dan usia 45 tahun terendah (Mean = 9,0000). Hal ini sejalan dengan Mbiriri (2022), yang menyatakan bahwa individu usia muda cenderung lebih rentan stres karena pengalaman dan kemampuan coping yang belum matang.

Usia pernikahan juga berpengaruh signifikan terhadap pada *dyadic coping* ( $p = 0,020$ ) (Mean = 140,4533), *perceived stress* (Mean = 24,9467) ( $p = 0,022$ ), Responden dengan usia pernikahan 1-2 tahun mencatat skor tertinggi pada *perceived stress* (Mean = 24,9467), hal ini sejalan dengan Marini & Julianda (dalam Rachmawati, 2017) yang menyatakan bahwa pasangan dengan usia pernikahan di bawah 13 tahun cenderung mengalami tingkat stres lebih tinggi karena masih dalam proses penyesuaian hidup bersama.

Jumlah anak juga menunjukkan perbedaan signifikan terhadap *dyadic coping* ( $p = 0,026$ ). Responden dengan dua anak menunjukkan skor tertinggi (Mean = 138,8523), Sementara itu, tidak ditemukan perbedaan signifikan berdasarkan pendidikan, pekerjaan, maupun tempat tinggal.

Tabel 3. Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang didapat berdistribusi normal dengan menggunakan Uji *Kolmogorov Smirnov*. Berdasarkan tabel 3 output yang diperoleh, nilai Asymp. Sig. (2-tailed) adalah sebesar  $0,200 > 0,05$  Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara distribusi residual dengan distribusi normal. Dengan kata lain, residual dari model regresi terdistribusi secara normal.

Tabel 4. Uji Linearitas

Variabel	F	Sig	Keterangan
MS*DC	367.102	.000	
MS*PS	215.614	.000	

Uji lineritas ini dilakukan untuk menentukan apakah variabel X1, X2 dan Y mempunyai hubungan yang linier, keriteria pada uji linieritas ini adalah nilai sig.  $< 0,05$  yang artinya mempunyai hubungan yang linier.

Berdasarkan pada Tabel 4, dapat dilihat dari nilai Sig. *linearity* dan *deviation from linearity* pada variabel *marital satisfaction* (Y) dengan *dyadic coping* (X1) & *marital satisfaction* (Y) dengan *perceived stress* (X2) kurang dari 0,05 maka dinyatakan linear.

Tabel 5. Uji Regresi Parsial

Model	B	Std Eror	Beta	t	Sig
Constant	13.881	1.965		7.065	.000
DC	.220	.015	.623	15.009	.000
PS	.384	.042	.377	9.095	.000

Uji Regresi Parsial digunakan untuk menguji pengaruh dari masing-masing variabel *independent* terhadap variabel dependen. Berdasarkan hasil uji parsial pada variabel *dyadic coping* memiliki signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  yang artinya bahwa terdapat pengaruh signifikansi antara *dyadic coping* terhadap *marital satisfaction*.

Pada tabel yang tertera juga menjelaskan bahwa uji parsial pada variabel *perceived stress* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 yang artinya bahwa terdapat pengaruh signifikansi antara *perceived stress* terhadap *marital satisfaction*.

Tabel 6. Uji Regresi Simultan

Model	df	Mean Square	F	Sig (p)
Regression	2	2977.884	219.247	0.000

Uji regresi simultan digunakan untuk menguji pengaruh secara bersamaan dari variabel X1, X2 ke Y. Berdasarkan hasil uji simultan memiliki Sig.  $0.000 < 0,05$  menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *dyadic coping* dan *perceived stress* terhadap *marital satisfaction* secara bersamaan.

Tabel 7. Uji Koefisien Determinasi

Variabel	R.Square
Dyadic Coping dan Perceived Stress terhadap Marital Satisfaction	.679

Uji koefisien determinasi digunakan untuk mencari pengaruh variabel-variabel besar berkontribusi variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Dilihat dari nilai R square sebesar 0,067 atau sebesar 67,9% menggambarkan bahwa *dyadic coping* dan *perceived stress* secara bersama-sama memberikan kontribusi pada *marital satisfaction*.

Tabel 8. Uji Kategorisasi

Variabel	Kategori	Frekuensi	Percent
<i>Marital Satisfaction</i>	Sedang	149	71%
	Tinggi	61	29%
	Total	210	100%
<i>Dyadic Coping</i>	Rendah	6	2.9%
	Sedang	54	25.7%
	Tinggi	150	71.4%
<i>Perceived Stress</i>	Total	210	100%
	Rendah	39	18.6%
	Sedang	125	59.5%
	Tinggi	46	21.9%
	Total	210	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi distribusi frekuensi, mayoritas responden memiliki *marital satisfaction* sedang (71%) dan tinggi sebesar (29%). Pada *dyadic coping* sebagian besar berada pada kategori tinggi (71.4%), sedang sebesar (25.7%) dan hanya sedikit yang rendah

(2.9%). Sementara itu, pada *perceived stress* sebagian besar responden berada pada kategori sedang (59.5%), tinggi sebesar (21.9%) dan rendah sebesar (18.6%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *dyadic coping* dan *perceived stress* yang cukup, yang berkorelasi dengan *marital satisfaction* yang cenderung sedang.

Berdasarkan hasil analisis statistik yang telah dilakukan diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *dyadic coping* dan *perceived stress* terhadap *marital satisfaction* pada 210 responden. Hasil uji parsial menunjukkan bahwa *dyadic coping* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *marital satisfaction*. Semakin tinggi kemampuan pasangan dalam mengelola stres secara bersama, maka semakin tinggi pula kepuasan pernikahan yang dirasakan. Temuan ini sejalan dengan teori Bodenmann (2020) yang menyatakan bahwa *dyadic coping* adalah strategi penting dalam pernikahan untuk mengatasi stres secara bersama, melalui dukungan emosional dan komunikasi efektif.

Hal ini didukung oleh data yang menunjukkan bahwa 71,4% responden memiliki *dyadic coping* tinggi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Nurnaningsih et al., (2018) yang menemukan bahwa *dyadic coping* menyumbang 62,8% terhadap variasi *marital satisfaction* pada orang tua dengan anak *down syndrome*. Selain itu, Rusu et al., (2020) juga menyatakan bahwa berbagai bentuk *dyadic coping* berdampak positif terhadap kualitas hubungan. Kemudian Maharini dan Soekandar (2023) menyebutkan bahwa *dyadic coping* yang berfokus pada emosi mampu mengurangi dampak negatif stres dalam pernikahan.

Uji parsial juga menunjukkan bahwa *perceived stress* berpengaruh signifikan terhadap *marital satisfaction*. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi stres yang dirasakan individu, maka semakin rendah tingkat kepuasan pernikahannya. Temuan ini sesuai dengan teori Cohen et al. (dalam Hastuti & Hadi, 2022) menyatakan bahwa *perceived stress* yaitu persepsi individu terhadap tekanan hidup dan kemampuannya mengatasinya. Saat stres terasa berlebihan, kemampuan seseorang menjalin hubungan positif dengan pasangan cenderung menurun, yang akhirnya berdampak pada kepuasan pernikahan.

Sebanyak 21,9% responden dalam penelitian ini berada pada kategori *perceived stress* tinggi. Hasil ini konsisten dengan temuan Maroufizadeh et al., (2019) yang menunjukkan bahwa stres memengaruhi kepuasan diri dan pasangan, serta Olatubi et al., (2022) yang mengidentifikasi *perceived stress* sebagai prediktor rendahnya kualitas hubungan, terutama dalam situasi penuh tekanan.

Hasil uji simultan menunjukkan bahwa *dyadic coping* dan *perceived stress* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *marital satisfaction*. Artinya, kepuasan pernikahan tidak hanya dipengaruhi oleh stres yang dirasakan, tetapi juga oleh kemampuan pasangan mengelola stres bersama. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rusu et al. (2020) yang menegaskan bahwa bentuk *dyadic coping* yang efektif dapat memperkuat kualitas hubungan saat stres tinggi. Selain itu, Maharini dan Soekandar (2023) menunjukkan bahwa strategi coping yang berfokus pada emosi mampu menekan dampak negatif stres terhadap hubungan pernikahan. Dapat disimpulkan

bahwa variabel *dyadic coping* dan *perceived stress* berpengaruh baik secara parsial maupun simultan terhadap variabel *marital satisfaction*.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 210 responden yang telah menikah di Kabupaten Karawang, dapat disimpulkan bahwa *dyadic coping* dan *perceived stress* memiliki pengaruh signifikan terhadap *marital satisfaction*. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, dan uji linearitas mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel-variabel penelitian. Uji parsial menunjukkan bahwa baik *dyadic coping* maupun *perceived stress* secara individual memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan (*marital satisfaction*), sedangkan uji simultan menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama juga berpengaruh signifikan terhadap *marital satisfaction*.

Lebih lanjut, hasil koefisien determinasi menunjukkan bahwa *dyadic coping* dan *perceived stress* bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 67,9% terhadap variasi *marital satisfaction*, yang berarti kedua variabel ini memainkan peran penting dalam menentukan tingkat kepuasan dalam pernikahan.

Distribusi data responden menunjukkan bahwa mayoritas memiliki tingkat *dyadic coping* yang tinggi (71,4%) dan *perceived stress* dalam kategori sedang (59,5%). Sementara itu, tingkat *marital satisfaction* responden sebagian besar berada pada kategori sedang (71,0%) dan sisanya pada kategori tinggi (29%).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan pasangan dalam menghadapi stres secara bersama (*dyadic coping*) serta persepsi individu terhadap stres (*perceived stress*) merupakan faktor penting yang mempengaruhi kualitas hubungan pernikahan. Oleh karena itu, peningkatan keterampilan dalam *dyadic coping* serta manajemen stres yang efektif perlu menjadi perhatian dalam upaya menjaga dan meningkatkan kepuasan pernikahan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, H. (2023). Marital Satisfaction Scale: Aspek-aspek mencapai kepuasan pernikahan menurut Fowers & Olson. *Jurnal Psikologi Perkawinan*, 13(1), 34-47.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. In T. Revenson et al. (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping*.
- Bodenmann, G. (2020). *Dyadic coping and its significance in marital satisfaction*. New York: Routledge.
- Etika, W. (2024). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kepuasan pernikahan pada istri yang menjalani long distance marriage (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Farha, N. (2023). Definisi pernikahan dalam psikologi perkembangan. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 12(3), 45-56.
- Gusdur, G., Saifullah, S., & Ilahi, A. F. (2025). kedewasaan pernikahan dalam rumah tangga perspektif agama, hukum dan psikologi. *Konseling At-Tawazun: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(1), 1-12.
- Hakim, A. R., Mora, L., Leometa, C. H., & Dimala, C. P. (2024). Psychometric Properties Of The Perceived Stress Scale (PSS-10) In Indonesian Version. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 13(2), 117-129.
- Hastuti, L. E. D. (2022). Mengukur perceived stress dengan Perceived Stress Scale. *Jurnal Psikologi Klinis*, 9(1), 15-28.
- Hastuti, L. E. D. (2022). Strategi coping dan pengelolaan perceived stress. *Jurnal Kesehatan Mental*, 9(4), 112-125.
- İşik, R. A., & Kaya, Y. (2022). The relationships among perceived stress, conflict resolution styles, spousal support and marital satisfaction during the COVID-19 quarantine. *Current Psychology*, 41(6), 3328-3338.
- 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.
- Maroufizadeh, S., Hosseini, M., Foroushani, A. R., Omaní-Samani, R., & Amini, P. (2019). The relationship between perceived stress and marital satisfaction in couples with infertility: actor-partner interdependence model. *International journal of fertility & sterility*, 13(1), 66.
- Maharini, M., & Ginanjar, A. S. (2023). Supportive Dyadic Coping sebagai Moderator dalam Peran Parental Stress terhadap Kepuasan Pernikahan dalam Transisi Menjadi Orang Tua. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 13(1), 188-200.
- Mbiriri, M. (2022). Gender and Age Differences in Perceived Stress among Students in a Selected Public University in Kenya. *Kabarak Journal of Research & Innovation*, 12(1), 16-22.
- Nasywa, N. (2025). hubungan antara dyadic coping dan komitmen pernikahan dengan kepuasan pernikahan (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Mukhtiqal, Z. Z., & Khairani, M. (2023). Dyadic Stress Dan Kepuasan Perkawinan Pada Perempuan Muda: Studi Di Aceh Selatan. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 1(2), 103-116.
- Olatubi, M. I., Olayinka, O., Oyediran, O. O., Ademuyiwa, G. O., & Dosunmu, T. O. (2022). Perceived Stress, Sexual and Marital Satisfaction among Married Healthcare Workers in Nigeria. *Nurse Media Journal of Nursing*, 12(3).
- Rachmawati, R. A. (2017). Hubungan Dyadic Coping dan Kepuasan Pernikahan pada Premarital Pregnancy Couple.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105-115.
- Sari, I. D. (2024). Dyadic coping sebagai strategi menghadapi stres dalam hubungan. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 11(1), 23-37.
- Septiono, A. P. (2022). Dyadic coping pada mahasiswa yang sudah menikah dan sedang mengerjakan skripsi. seminat nasional psikologi.