

**HUBUNGAN *SELF-DISCLOSURE* DENGAN KEPUASAN
PERNIKAHAN PADA PASANGAN YANG MENJALANI *LONG
DISTANCE MARRIAGE* DI KOTA BANDA ACEH**

SKRIPSI

Disusun Oleh

**FITRI HARDIYANTI
200901069**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2025**

**HUBUNGAN *SELF-DISCLOSURE* DENGAN KEPUASAN PERNIKAHAN
PADA PASANGAN YANG MENJALANI *LONG DISTANCE MARRIAGE*
DI KOTA BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar- Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelara Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh

**Fitri Hardiyanti
NIM. 200901069**

Disetujui oleh

Pembimbing I

جامعة الرانيري

Pembimbing II

AR - RANIRY

**Julianto, S.Ag., M.Si
NIP.197209021997031002**

**Harri Santoso, S.Psi., M.Ed
NIP. 198105272025211015**

**HUBUNGAN *SELF-DISCLOSURE* DENGAN KEPUASAN PERNIKAHAN
PADA PASANGAN YANG MENJALANI *LONG DISTANCE MARRIAGE*
DI KOTA BANDA ACEH**

Skripsi

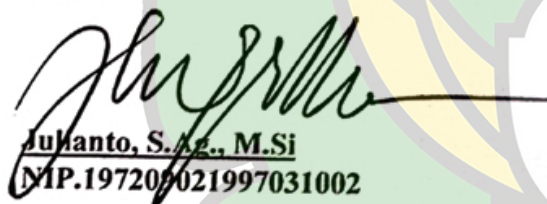
**Telah Dinilai oleh Panitia Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi UIN Ar- Raniry
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai
Tugas Akhir untuk Meraih Gelar
Sarjana S-1 Psikologi**

Oleh :

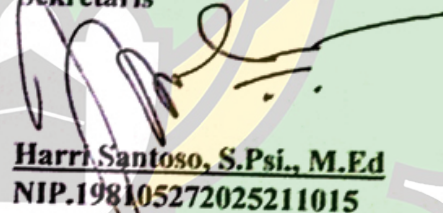
**Fitri Hardiyanti
NIM. 200901069**

**Pada Hari/ Tanggal :
Selasa, 22 Juli 2025 M
14 Muharam 1447 H**

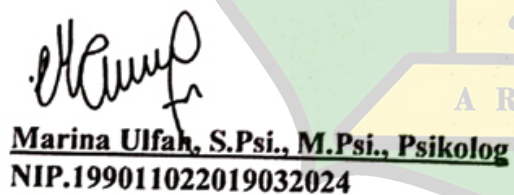
Ketua


**Juhanto, S.Ag., M.Si
NIP.197207021997031002**

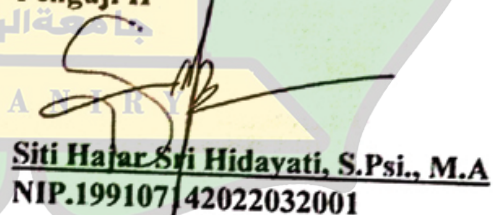
Sekretaris


**Harri Santoso, S.Psi., M.Ed
NIP.198105272025211015**

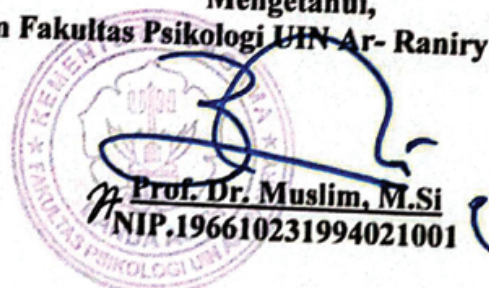
Penguji I


**Marina Ulfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP.199011022019032024**

Penguji II


**Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., M.A
NIP.199107142022032001**

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar- Raniry Banda Aceh**


**Prof. Dr. Muslim, M.Si
NIP.196610231994021001**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya:

Nama : Fitri Hardiyanti
Nim : 200901063
Jenjang : Strata Satu (S-1)
Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 14 Juli 2025

Yang menyatakan



Fitri Hardiyanti

Nim.200901069

PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji beserta syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, kasih sayang, dan karunia-Nya setiap saat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Self-Disclosure* dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan yang Menjalani *Long Distance Marriage* Di Kota Banda Aceh”. Shalawat beriringkan salam penulis sampaikan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW yang telah memperjuangkan Islam, hak-hak perempuan dan membawa umatnya dari alam kebodohan kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Penulis sadar, banyak sekali hambatan yang penulis hadapi dalam proses penyusunan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari dukungan baik secara moral maupun material berupa bantuan, nasihat, motivasi, do’a dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Ucapan terima kasih yang tak utama dan tak terhingga kepada kedua orang tua tercinta Ayah Hamidi, S.Pd dan Mama Siti Hajar yang telah menjadi orang tua yang sangat luar biasa bagi penulis, yang telah senantiasa memberikan segala bentuk dukungan dan senantiasa selalu mendoakan anaknya. Terima kasih telah yakin dan percaya atas segala keputusan yang penulis ambil. Tanpa dukungan dan kesabaran Ayah dan Mama belum tentu penulis bisa sampai di tahap ini. Selanjutnya penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

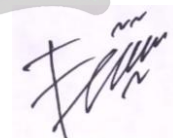
1. Bapak Prof. Dr. Muslim, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada peneliti untuk segera menyelesaikan skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Safrilsyah, M.Si. selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Kelembagaan yang telah memberikan semangat dan arahan dalam proses akademik.
3. Ibu Misnawati, Ph.D selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan yang telah bersedia menjadi pendengar aspirasi dan membantu administrasi mahasiswa.
4. Bapak Drs. Nasruddin, M.Hum selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan dan Kerja sama yang telah membimbing mahasiswa dalam berorganisasi dan terus mengingatkan peneliti untuk menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Julianto, S.Ag., M.Si. selaku Ketua Program Studi Psikologi dan Pembimbing I sekaligus Ketua Tim Penguji yang terus memberikan banyak bantuan, motivasi, meluangkan waktu untuk membimbing penulis sekaligus memberikan semangat dan nasihat kepada mahasiswa untuk menyelesaikan perkuliahan dengan optimal.
6. Ibu Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., MA selaku Sekretaris Program Studi Psikologi sekaligus Penguji II yang telah memberikan ilmu, masukan dan saran kepada peneliti dalam proses penyelesaian skripsi.
7. Bapak Harri Santoso, S.Psi., M.Ed selaku Pembimbing II yang telah dengan penuh kesabaran, ketulusan, dan perhatian memberikan arahan, kritik, serta bimbingan secara intensif mulai dari tahap perencanaan hingga penyelesaian skripsi ini. Bimbingan beliau tidak hanya memberikan ilmu yang berharga, tetapi juga motivasi serta semangat bagi penulis dalam menyelesaikan proses penelitian ini dengan baik.
8. Ibu Marina Ulfa, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Penguji I yang telah memberikan ilmu, masukan dan saran kepada peneliti dalam proses penyelesaian skripsi.

9. Seluruh civitas akademik, Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus kepada seluruh mahasiswa.
10. Terima kasih kepada teman-teman terbaik saya, yaitu Sarah Nadilla, Arridha Mauliza, dan Khairunnisa yang telah senantiasa menemani dan memberikan dukungan kepada penulis. Terima kasih atas canda tawa yang kita lalui bersama selama perkuliahan.
11. Terima kasih untuk doa, bantuan dan kebaikan dari teman-teman angkatan 2020 yang turut andil dalam proses penyelesaian skripsi. Semoga segala bantuan dan kebbaikannya dibalas dengan balasan terbaik dari Allah SWT dan senantiasa diberkahi sampai akhir hayat.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah. Sehingga saran dan kritikan dari pembaca sangat diharapkan. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak terutama bagi Mahasiswa Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 14 Juli 2025

Peneliti



Fitri Hardiyanti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
PRAKATA	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	15
A. Kepuasan Pernikahan	15
1. Pengertian Kepuasan Pernikahan	15
2. Aspek-Aspek Kepuasan Pernikahan.....	16
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan.....	20
B. Self-Disclosure	23
1. Pengertian Self-Disclosure	23
2. Aspek-Aspek Self-Disclosure	24
C. Hubungan <i>Self Disclosure</i> dengan Kepuasan Pernikahan	26
D. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	30
B. Identifikasi Variabel Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	30

1. Self-Disclosure	30
2. Kepuasan Pernikahan	31
D. Subjek Penelitian	31
1. Populasi	31
2. Sampel	31
E. Teknik Pengumpulan Data	33
1. Alat ukur penelitian	33
2. Uji Validitas	41
3. Uji Daya Beda Aitem	44
4. Uji Daya Beda Aitem Skala <i>Self-Disclosure</i>	45
5. Uji Daya Beda Aitem Skala Kepuasan Pernikahan	46
6. Uji Reliabilitas	48
7. Uji Reabilitas Skala <i>Self-Disclosure</i>	49
8. Uji Reliabilitas Skala Kepuasan Pernikahan	49
F. Teknik Analisa Data	50
1. Proses Pengolahan Data	50
2. Uji Prasyarat	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	53
B. Pelaksanaan Penelitian	54
C. Deskripsi Data Penelitian	54
1. Demografi Penelitian	54
2. Data Kategorisasi	57
D. Pengujian Hipotesis	61
1. Hasil Uji Pasyarat	61
2. Hasil Uji Hipotesis	63
E. Pembahasan	65
BAB V PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Aitem Favorable & Unfavorable	33
Tabel 3. 2 Aspek & Indikator Skala Self-Disclosure	34
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Self-Disclosure.....	36
Tabel 3. 4 Aspek & Indikator Skala Kepuasan Pernikahan	37
Tabel 3. 5 Blue Print Skala Kepuasan Pernikahan.....	39
Tabel 3. 6 Koefisien CVR Skala Self-Disclosure	42
Tabel 3. 7 Koefisien CVR Skala Kepuasan Pernikahan	43
Tabel 3. 8 Koefisien Daya Beda Aitem Skala <i>Self-Disclosure</i>	45
Tabel 3. 9 Blue Print Akhir Skala Self-Disclosure	46
Tabel 3. 10 Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kepuasan Pernikahan.....	46
Tabel 3. 11 Blue Print Akhir Skala Kepuasan Pernikahan	47
Tabel 3. 12 Klasifikasi Reabilitas Alpha Cronbach	48
Tabel 3. 13 Nilai Alpha Cronbach's Self-Disclosure.....	49
Tabel 3. 14 Nilai Alpha Cronbach's Kepuasan Pernikahan.....	50
Tabel 4. 1 Data Demografi Jenis Kelamin	55
Tabel 4. 2 Data Demografi Populasi Berdasarkan Usia.....	56
Tabel 4. 3 Data Demografi Populasi Berdasarkan Usia.....	56
Tabel 4. 4 Data Demografi Populasi Berdasarkan Jarak.....	57
Tabel 4. 5 Deskripsi Data Penelitian Self-Disclosure.....	58
Tabel 4. 6 Kategorisasi Skala Self-Disclosure	59
Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian Kepuasan Pernikahan	60
Tabel 4. 8 Kategorisasi Skala Kepuasan Pernikahan	61
Tabel 4. 9 Uji Normalitas Data Penelitian	62
Tabel 4. 10 Uji Linearitas Hubungan Data Penelitian	63
Tabel 4. 11 Uji Hipotesis Data Penelitian.....	64
Tabel 4. 12 Measure of Association.....	64

جامعة الرانري

A R - R A N I R Y

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	28
---------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I : Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry
Banda Aceh Tentang Pembimbing Skripsi
- Lampiran II : Kuesioner Skala Penelitian
- Lampiran III : Tabulasi Data Tryout
- Lampiran IV : Hasil Olah Data Tryout
- Lampiran V : Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran VI : Hasil Olah Data Penelitian
- Lampiran VI : Daftar Riwayat Hidup



HUBUNGAN *SELF-DISCLOSURE* DENGAN KEPUASAN PERNIKAHAN PADA PASANGAN YANG MENJALANI *LONG DISTANCE MARRIAGE* DI KOTA BANDA ACEH

ABSTRAK

Konflik yang dialami oleh pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) dapat terjadi karena jarak dan komunikasi yang terbatas sehingga mempengaruhi kepuasan dalam pernikahan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan ialah mengungkapkan diri (*self disclosure*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-disclosure* dengan kepuasan pernikahan pada pasangan yang menjalani *long distance marriage* Di Kota Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Populasi pada penelitian ini adalah pasangan yang menjalani *long distance marriage* Di Kota Banda Aceh dengan sampel sejumlah 129 pasangan yang menjalani *long distance marriage* Di Kota Banda Aceh menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur penelitian yaitu skala *Self-Disclosure* dan Kepuasan Pernikahan. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi ρ (p) sebesar 0,762 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-disclosure* dengan kepuasan pernikahan pada penelitian ini. Artinya semakin tinggi *self-disclosure* maka semakin tinggi pula kepuasan pernikahan. Sebaliknya, semakin rendah *self-disclosure* maka semakin rendah pula kepuasan pernikahan pada pasangan yang menjalani *long distance marriage* Di Kota Banda Aceh.

Kata kunci : *Self-Disclosure, Kepuasan Pernikahan, Pasangan LDM*

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

**THE RELATINSHIP BETWEEN SELF-DISCLOSURE AND MARITAL
SATISFACTION IN COUPLES UNDERGOING LONG DISTANCE
MARRIAGE IN BANDA ACEH CITY**

ABSTRACT

Conflicts experienced by couples undergoing long-distance marriages are caused by distance, and limited communication, which affects satisfaction in marriage. One of the factors that affects marital satisfaction is communication express oneself (self-disclosure). This study aims to determine the Relationship between Self-Disclosure and Marital Satisfaction in Couples Undergoing Long Distance Marriage in Banda Aceh City. This study uses a quantitative approach with a correlation method. The population in this study were couples undergoing Long Distance Marriage in Banda Aceh City with a sample of 129 couples undergoing Long Distance Marriage in Banda Aceh City using a purposive sampling technique. The research measuring instrument is the Self-Disclosure and Marital Satisfaction scales. The results showed a correlation coefficient of rho (ρ) of 0.762 with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) which indicates that there is a positive and very significant relationship between Self-Disclosure and Marital Satisfaction in this study. This means that the higher the Self-Disclosure, the higher the Marital Satisfaction. On the other hand, the lower the Self-Disclosure, the lower the Marital Satisfaction of couples undergoing Long Distance Marriage in Banda Aceh City.

Keywords: *Self-Disclosure, Marital Satisfaction, LDM Couples*

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pernikahan dan kehidupan berkeluarga penting bagi setiap manusia karena dari berkeluarga, seseorang dapat membentuk dirinya dan tentunya setiap pasangan menginginkan pernikahan yang sukses dan sekali seumur hidupnya. Ketika individu memutuskan untuk menikah dan menjadi pasangan suami istri, pertama kali yang akan dibicarakan oleh kebanyakan pasangan ialah tempat tinggal untuk keluarga barunya (Manullang, 2021).

Banyak sekali pasangan menikah untuk mendambakan sesuatu kebahagiaan, namun nyatanya masih banyak pasangan yang menikah tidak mampu mengatasi permasalahan pernikahannya. Setiap pasangan pasti akan mengalami tantangan dan hambatan dalam mengarungi rumah tangga. Namun, jika tantangan tersebut tidak dibicarakan dan dihadapi bersama, ketegangan tersebut hanya akan menjadi jarak di antara pasangan dan membuat jarak di antara keduanya (Kompas, 2010).

Pernikahan menurut Olson (2003) merupakan suatu komitmen hukum ikatan emosional antara dua individu yang berbagi keintiman fisik dan emosional. Hal ini sejalan dengan pernyataan Santrock (2009) Pernikahan adalah perpaduan dua individu yang unik dengan membawa pribadi masing-masing berdasarkan latar belakang budaya serta pengalaman masing-masing. Ini menjadikan

pernikahan sebagai hubungan dua orang, tetapi kesatuan kerangka dua keluarga secara keseluruhan dan pengembangan sistem (Manullang, 2021).

Menurut Safitri dan Anggarani (2020) Pasangan yang sudah sah dalam pernikahan pada idealnya hidup satu rumah dan tinggal bersama pasangan. Namun tidak dipungkiri ternyata ada pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh hal ini biasa dikenal dengan *Long Distance Marriage* (LDM). Prameswara dan Sakti (2016) mengungkapkan *long distance marriage* terjadi karena ketersediaan lapangan kerja yang terbatas dan ada beberapa pekerjaan yang berada di tempat yang tidak sama dengan keberadaan keluarganya. Saat ini di Indonesia belum ada data statistik yang mencatat mengenai jumlah pasangan maupun persentase pasangan yang sudah menikah namun menjalani *long distance marriage*. Penyebab terjadinya pernikahan jarak jauh yaitu faktor pekerjaan karena terdapat pertimbangan antar pasangan untuk dapat mendapatkan potensi penghasilan lebih tinggi, mempertahankan karir, serta peluang lebih baik untuk jenjang karir. (Hananiah & Sanjaya, 2023)

Pernikahan Jarak Jauh atau *long distance marriage* (LDM) adalah suatu kondisi di mana pasangan suami istri tinggal terpisah secara fisik dalam jangka waktu yang cukup lama akibat berbagai faktor seperti pekerjaan, pendidikan, atau tugas negara. Fenomena ini semakin umum terjadi di era globalisasi dan modernisasi. Pernikahan suami istri yang telah menikah biasanya memilih untuk hidup dan tinggal bersama dalam satu tempat, daerah yang sama, dan menghabiskan waktu secara bersama. Namun, sejalan dengan perkembangan dan kebutuhan ekonomi yang semakin meningkat banyak pasangan suami istri yang

tinggal berjauhan akibat tuntutan dari pekerjaan yang mereka miliki, pernikahan yang dijalani oleh pasangan suami istri di sini adalah pernikahan jarak jauh (*Long Distance Marriage*) (Rubyasih, 2016).

Hubungan pernikahan jarak jauh atau *Long Distance Marriage* adalah kondisi dimana pasangan suami istri dipisahkan oleh jarak yang jauh dan waktu untuk bertemu, sehingga tidak dapat bertemu dengan antar pasangan. Pada hubungan pernikahan jarak jauh (*Long Distance Marriage*) sering ditemui dengan adanya perasaan yang jenuh, permasalahan yang dialami oleh anak yang kurang bisa mengenal sosok dari salah satu orang tuanya, kecurigaan dan ketakutan akan diselingkuhi dan bahkan sampai perselingkuhan (Ayuningtyas & Ratih, 2023).

Dampak atau pengaruh yang muncul akibat hubungan pernikahan jarak jauh lebih banyak yang bersifat kurang baik atau negatif yang membuat setiap pasangan akan merasa kesepian, dapat menimbulkan kecurigaan, kesempatan untuk mempunyai anak menjadi kecil, hubungan keluarga yang renggang, sering terjadinya konflik sehingga dapat menyebabkan perceraian. Namun ada beberapa pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh berdampak positif karena adanya komitmen yang kuat diantara pasangan tersebut (Salmaa & Hatta, 2021).

Munculnya konflik atau permasalahan dalam perkawinan merupakan hal yang biasa bagi pasangan, tetapi hal ini dapat menjadi lebih rumit bagi pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh atau *Long Distance Marriage* karena tidak mampu mewujudkan kebutuhan, harapan, dan keinginan yang mempengaruhi kepuasan dalam perkawinan dari segala aspek. Hal ini sejalan dengan apa yang dikonsepskan oleh Newman (dalam Rachmawati & Mastuti, 2013) bahwa

kepuasan perkawinan lebih banyak mempengaruhi kebahagiaan hidup bagi kebanyakan individu dewasa daripada hal lain seperti pekerjaan, persahabatan, hobi, dan aktivitas komunikasi. Setiap pasangan yang menikah tentunya memiliki tujuan untuk dapat mencapai kepuasan dalam perkawinannya (Safitri dkk, 2020).

Menurut Olson dan Fowers Kepuasan pernikahan merupakan evaluasi subjektif dimana dalam perspektifnya bersifat dinamis pada kehidupan suami istri dalam pernikahan pasangan tersebut, dapat dinilai dengan memandang berbagai aspek di dalam kehidupan pernikahan. Kepuasan pernikahan pasangan jarak jauh dapat dilihat dari berbagai aspek-aspek, yaitu komunikasi, kepribadian, resolusi masalah, keluarga dan teman, manajemen keuangan dan juga kondisi spiritual dalam kehidupan. (Manullang, 2021)

Stone dan Shackelford (2007) mengemukakan bahwa kepuasan pernikahan merupakan kondisi mental yang mencerminkan keuntungan dan kerugian dalam suatu pernikahan terhadap pasangannya, artinya semakin seseorang merasa pernikahannya memberikan keuntungan bagi dirinya maka semakin puas individu tersebut terhadap pernikahannya (Agustina & Damariyanti, 2024).

Pada hakikatnya, setiap pasangan dalam pernikahan senantiasa ingin agar pernikahannya dapat berjalan dengan baik, bahagia dan kekal. Namun, dalam membangun pernikahan yang bahagia tidaklah mudah, ada saatnya muncul berbagai permasalahan, perselisihan dan konflik yang dapat membahayakan keberlangsungan pernikahan seperti terjadinya perceraian antara suami dan isteri (Milalia dkk., 2021). Salah satu masalah yang sering terjadi dalam pernikahan

yaitu komunikasi yang kurang baik. hubungan komunikasi antara suami istri sebaiknya terjaga dengan baik, karena komunikasi bagian terpenting dalam berbagai hal terutama dalam hubungan rumah tangga, apabila komunikasi tidak berjalan dengan baik antara pasangan suami istri maka akan sulit untuk saling memahami dan melengkapi antara keduanya, suami dan istri harus saling terbuka diri dalam menjalani kehidupan rumah tangga sehingga dalam menghadapi permasalahan yang ada tidak sampai menimbulkan pertengkaran hingga perceraian. (lestari, 2012)

Dikutip dari laman resmi (kemenag.go.id), angka perceraian di Indonesia mengalami penurunan hingga 10,2% di tahun 2023 dengan 463.654 kasus. Tahun sebelumnya, angka perceraian mencapai 516.344 kasus. Jumlah tersebut merujuk dari data Badan Pusat Statistik (BPS) yang dirilis pada 28 Februari 2024. Pada laman ([kontras aceh.net](http://kontras.aceh.net)) dalam periode Januari sampai Desember 2023, YBH Mencatat dan mendapatkan data dari Mahkamah Syari'ah Aceh ada sebanyak 6.091 pasangan yang mengajukan proses perceraian di seluruh Aceh. Panitera Muda Mahkamah Syar'iyah Aceh dalam media (AchehNetwork.com) pada semester pertama 2024, Mahkamah Syariah Aceh mencatat sebanyak 2.858 perkara istri menggugat cerai suami. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan semester pertama 2023 yang hanya 2.852 perkara. Angka perceraian di Banda Aceh tahun 2023 sebanyak 327 kasus dengan tingginya angka perceraian di Aceh disebabkan oleh faktor pertengkaran dan perselisihan secara terus menerus sebanyak 4.745 perkara.

Konflik yang terjadi dapat mengancam apabila individu tidak mengatasinya secara tepat kemudian mengubah suatu hubungan pernikahan yang sebelumnya bahagia menjadi sebuah hubungan yang tidak bahagia sehingga mengakibatkan ketidakpuasan dalam pernikahan (lestari, 2012). Maka dari itu, kemampuan yang penting untuk mempertahankan kepuasan pernikahan yaitu, kemampuan dalam menghadapi konflik yang didukung oleh kemampuan menjaga komunikasi, serta saling percaya (Elizabeth & Kusumawati, 2023).

Peneliti melakukan wawancara dengan tiga responden yang sedang menjalani *Long Distance Marriage* (pernikahan jarak jauh), dapat dilihat dari kutipan wawancara sebagai berikut:

wawancara pertama

Ketidakpuasan pernikahan dapat dilihat dari kasus NF, NF adalah seorang ibu rumah tangga, berusia 26 tahun, tinggal di Banda Aceh, beragama islam. Ketidakpuasan dipicu oleh karena berjauhan atau LDM dengan suami. Berikut cuplikan wawancara NF:

'...Kalau boleh jujur sih saya kurang puas selama menjalani berjauhan, apalagi kami ga pernah jauh kan, ya tapi gimana juga itu udah tugas suami saya jadi saya cuma bisa sabar aja. Kami udh 3 bulan berjauhan tapi suami saya setiap hari ngabarin jadi saya agak lega dikit, yang penting suami saya ada kabar jadi saya sedikit puas...(NF 26 tahun, 5 Januari 2025)

Wawancara kedua

Ketidakpuasan pernikahan dapat dilihat dari kasus SH, SH adalah seorang ibu rumah tangga, berusia 31 tahun, tinggal di Banda Aceh, beragamaan islam. Ketidakpuasan dipicu oleh karena jarang komunikasi, dan overthinking terhadap suami. Berikut cuplikan wawancara SH:

“...Awalnya waktu suami saya bilang bakal kerja diluar kota saya ga setuju karena saya emang gabisa kalo jauh-jauh, pas kerja disini aja kadang suami saya jarang ngabarin saya bakal pulang cepat atau telat apalagi kalo udah diluar kota, kadang tiba-tiba saya berpikir yang enggak enggak sama suami saya jadi bawaanya overthingking kan jadi harus saya selalu yang hubungin, jadi ya saya kurang puas dengan hubungan ldm...(SH 31 tahun, 8 Januari 2025)

Wawancara ketiga

Ketidakpuasan terjadi pada AA, AA adalah seorang ibu rumah tangga sekaligus bekerja sebagai guru, berusia 39 tahun, tinggal di Kota Banda Aceh, beragama islam. Ketidakpuasan pernikahan dipicu oleh karena kurangnya waktu untuk berkomunikasi, dan sama-sama sibuk akibat pekerjaan. Berikut cuplikan wawancara AA:

“...Selama menikah ya pasti ada senang dan susahnya, waktu berjauhan dengan bapak kalo ada waktu aja gitu nelponnya, ya karna ibu dan bapak juga sama-sama sibuk kan, ibu harus mengajar dari pagi sampai siang jadi kurang pegang hp. Tapi ya yang namanya suami istri pasti ada rindunya, apalagi komunikasi ibu sama bapak berkurang karena pekerjaan ibu dan bapak yang padat tapi ibu bersyukur juga bapak masih sempatin waktu buat hubungin ibu....”(AA 39 tahun, 20 Januari 2025)

Wawancara keempat:

Ketidakpuasan terjadi pada RS, RS adalah seorang ibu rumah tangga, berusia 28 tahun, tinggal di Kota Banda Aceh, beragama islam. Ketidakpuasan pernikahan dipicu oleh karena berjauhan dengan suami, ekonomi yang kurang, sering bertengkar karena ekonomi, serta tidak terpenuhinya kebutuhan batin.

Berikut cuplikan wawancara RS:

“...Yang namanya berjauhan dengan suami pasti gaenak dek, ya dengan kebutuhan kami dibidang cukup cukup enggak ya jadi pande pande kami lah dalam mengaturnya ya, apalagi suami kakak gajinya disana enggak lancar kadang telat dibayar sama tokenya karena itu juga kami sering bertengkar sampe pernah ada kepikiran buat pisah. trus ketidakpuasan

lain yang kakak rasakan sekarang tu kurangnya dari segi batin ya mungkin karena udah lama ga ketemu juga...”(RS 28 tahun, 24 Juli 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa responden yang menjalani *long distance marriage* (LDM), dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pasangan mengalami ketidakpuasan dalam pernikahan yang disebabkan oleh berbagai faktor yaitu komunikasi yang terbatas dan tidak konsisten seperti yang diungkapkan, munculnya prasangka negatif (*overthinking*) dan menurunnya kedekatan emosional antar pasangan, minimnya waktu bersama karena kesibukan masing-masing, kendala ekonomi dan tidak stabilnya pemasukan, sering bertengkar karena permasalahan ekonomi, perceraian, kebutuhan batin yang tidak terpenuhi, kurangnya komunikasi yang jujur dan terbuka membuat masing-masing mereka merasa memikul beban sendiri tanpa dukungan emosional dari pasangannya. Namun, di sisi lain, beberapa pasangan tetap menunjukkan upaya menjaga hubungan, seperti menyempatkan waktu untuk memberi kabar, tetap menunjukkan perhatian, dan berusaha membangun kepercayaan. Hal ini menunjukkan bahwa komitmen, keterbukaan, dan komunikasi yang efektif tetap menjadi kunci utama dalam mempertahankan kepuasan pernikahan meskipun terpisah jarak.

Banyak faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan, yaitu faktor yang muncul sebelum pernikahan yang terdiri dari pernikahan orang tua, masa kanak-kanak, pendidikan, berpacaran, dan usia saat melakukan pernikahan. Kemudian faktor selama pernikahan yang terdiri dari komunikasi, anak, kehidupan seksual, kesamaan minat, lingkungan sosial budaya, ekonomi rumah tangga, dan keterampilan manajemen konflik. Maka dari itu salah satu dari faktor

yang mempengaruhi kepuasan pernikahan ialah komunikasi yang berkaitan dengan kesediaan dan kemampuan mengungkapkan diri (*self disclosure*). Hal ini berdasarkan pendapat dari Duvall dan Miller (1985) dan didukung juga oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Octia Choraima Manullang (2021), dengan judul “Keterbukaan Diri dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh”,

Self Disclosure atau pengungkapan diri menurut Johnson (1981) adalah suatu komunikasi di mana individu menyampaikan atau mengungkapkan suatu tanggapan terhadap kondisi yang sedang dihadapi serta memberikan informasi tentang masa lalu yang penting untuk memahami reaksi individu di masa kini (Nurjanis, 2018). Pengungkapan diri juga merupakan suatu pernyataan atau penyampaian pesan secara lisan oleh individu mengenai pemikiran, perasaan serta pengalaman yang bersifat pribadi kepada orang lain (Laily & Kinanthi, 2023).

Tingkat *self Disclosure* seseorang tergantung pada kondisi dan orang yang diajak untuk berinteraksi. Apabila berinteraksi dengan orang-orang yang menyenangkan dan bisa membuat nyaman dengan orang tersebut maka dapat membangkitkan semangat dan rasa kepercayaan diri sehingga dengan mudah untuk membuka diri. Namun masih ada beberapa orang yang menutup diri karena kurang percaya pada lawan bicaranya. Sehingga akibat dari sifat tertutup dan tidak bisa terbuka terhadap pasangan dapat menurunkan rasa percaya terhadap pasangannya, hal tersebut disebabkan karena banyaknya informasi yang tidak diketahui oleh pasangan masing-masing sehingga akan menjadi faktor pertengkaran dalam hubungan (Alvina & Ratriana, 2024)

Melalui *Self Disclosure*, seorang individu lebih memiliki kedekatan dalam menjalin hubungan dengan orang lain dan mampu menyelesaikan masalah karena individu tidak menyimpan rahasianya sendiri, sehingga apa yang menjadi beban yang di alaminya akan terasa lebih ringan setelah menyampaikan ke orang lain. Individu yang melakukan *Self Disclosure* berkaitan positif dengan kepuasan pernikahan, maka dengan adanya *Self Disclosure* yang terjadi antara pasangan akan membuat mereka merasa lebih puas di dalam menjalani hubungan pernikahan. (Salmaa & Hatta, 2021)

Penelitian yang di lakukan oleh Faradina et al. (2020) menunjukkan bahwa ada perbedaan keterbukaan diri (*Self Disclosure*) di antara pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh (*Long Distance Marriage*) dan pasangan yang tinggal bersama. Pasangan yang tinggal terpisah cenderung kurang terbuka kepada pasangannya dibandingkan pasangan yang tinggal bersama. Hal tersebut menunjukkan bahwa dengan adanya keterbukaan diri (*Self Disclosure*) dari suami maupun istri menjadi salah satu makna keharmonisan pada pasangan yang menjalani *Long Distance Marriage*. Individu yang lebih bisa terbuka mengenai dirinya pada pasangan cenderung akan merasakan kepuasan dalam pernikahan.

Oleh karena itu, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan *Self-Disclosure* Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Yang Menjalani *Long Distance Marriage* Di Kota Banda Aceh.”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan diteliti yaitu apakah ada Hubungan *Self-Disclosure* Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Yang Menjalani *Long Distance Marriage* Di Kota Banda Aceh?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Hubungan *Self-Disclosure* Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Yang Menjalani *Long Distance Marriage* Di Kota Banda Aceh.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan baru tentang *Self-Disclosure* bagi pasangan yang sedang menjalani *Long-Distance Marriage*), memperkaya kajian dalam ranah komunikasi, khususnya pada penelitian tentang *Self Disclosure*, serta dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya untuk psikologi keluarga dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

A. Bagi Pasangan *Long Distance Marriage*

Manfaat bagi pasangan *Long Distance Marriage* senantiasa menjaga kepercayaan antar suami dan istri agar dapat meningkatkan rasa optimis dan keterbukaan dalam hubungan.

B. Bagi Publik

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan kepada publik agar dapat memahami bagaimana *Self-Disclosure* pada hubungan jarak jauh menjadi peran terjadinya intensitas komunikasi dan mencapai kepuasan pernikahan, dan

mampu mengurangi dugaan yang negatif pada fenomena hubungan pernikahan jarak jauh atau *Long Distance Marriage*.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema, kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian.

Penelitian sebelumnya yaitu di teliti oleh Husna dan Ilmi (2021) tentang “Pengaruh *Self Disclosure* terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh” bertujuan untuk melihat pengaruh *self disclosure* terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan pernikahan jarak jauh. Menggunakan alat ukur *self disclosure* yang dibuat oleh Harahap (2018) dan alat ukur kepuasan pernikahan ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS). Disebarkan kepada 100 orang yang menjalani hubungan pernikahan jarak jauh, yaitu 50 pasangan suami istri. Menggunakan metode kuantitatif kausalitas non experimental. Persamaan penelitian ini adalah terletak pada variabel x dan y serta jumlah sampel, sedangkan perbedaan pada penelitian ini adalah lokasi penelitian.

Kemudian penelitian oleh Manullang (2021), dengan judul “Keterbukaan Diri dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh” dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara keterbukaan diri dengan kepuasan pernikahan pada pasangan pernikahan jarak jauh di Kalimantan Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah 100 orang yang menjalani pernikahan jarak jauh di Kalimantan Timur yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Alat ukur penelitian yang digunakan

yaitu skala keterbukaan diri dengan kepuasan pernikahan. Skala tersebut disusun dengan skala model likert dengan bantuan program Statistical Package for Social Science (SPSS) 23.0 for windows. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu subjek dan lokasi penelitian sedangkan persamaan dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabelnya dan jumlah sampel.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Firmanto & Pertiwi (2023), dengan judul “Pengungkapan Diri dan Kepuasan Pernikahan Pada *Long-Distance Married Couples*” Penelitian ini memiliki tujuan yaitu mengetahui pengaruh pengungkapan diri terhadap kepuasan dalam pernikahan pada pasangan yang tinggal berjauhan dengan pasangannya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Teknik sampling yang digunakan ialah non probability sampling yaitu accidental sampling dengan karakteristik sampel perempuan/ laki-laki yang menjalani pernikahan jarak jauh sejumlah 100 orang (68 Perempuan, 32 Laki-laki). Penelitian ini menggunakan dua instrumen yaitu The Marital Self Disclosure Questionnaire (MSDQ) dan ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS). Perbedaannya pada penelitian ini adalah lokasi penelitian, sedangkan persamaan yaitu pada kedua variabel dan jumlah sampel.

Selanjutnya, penelitian dari Qurroyzhin dan Retnaningsih (2008) dengan judul “Keterbukaan Diri dan Kepuasan Perkawinan Pada Pria Dewasa Awal” Tujuan dari studi ini adalah untuk mengetahui kontribusi self-disclosure pada kepuasan perkawinan pria dewasa. Persamaan pada penelitian ini adalah dua variabel, sedangkan perbedaannya adalah subjek pada pria dewasa awal

Berdasarkan dari 4 penelitian di atas, bahwa terdapat beberapa penelitian yang memiliki perbedaan, diantaranya yaitu, pada lokasi dan subjek penelitian. Oleh sebab itu, topik pada penelitian yang dilakukan benar-benar keabsahan dan belum didapatkan oleh penelitian lain yang membahas tentang “Hubungan *Self Disclosure* dengan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan yang Menjalani *Long Distance Marriage* Di Kota Banda Aceh”

