



Peran Kebersyukuran terhadap Kepuasan Pernikahan pada Perempuan Muslim yang Bekerja

Received: 23th January 2025; Revised: 9th March 2025; Accepted: 30th March 2025

Permalink/DOI: <http://dx.doi.org/10.15548/11020>

Anggia Kargenti Evanurul Maretih^{1*},
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia
Email: anggia.kargenti@uin-suska.ac.id

Vina Seprinawati²,
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia
Email: vinaseprina1453@gmail.com

Hirmaningsih³
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia
Email: hirmaningsih@uin-suska.ac.id

Jhon Herwanto⁴
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia
Email: johnherwanto@uin-suska.ac.id

*) Corresponding Author

Abstrak: Bertambahnya kesempatan dan peluang kerja bagi perempuan, membuat perempuan dapat memberikan kontribusi nyata di dunia kerja. Sebagai muslim, bekerja adalah tanggungjawab yang harus dilaksanakan dengan sebaik-baiknya. Dengan bekerja, perempuan dapat membantu perekonomian keluarga sekaligus mengembangkan diri dan karir namun di sisi lain perempuan menghadapi tuntutan terkait pekerjaan dan keluarga yang dapat mengganggu kehidupan pernikahannya. Kepuasan pernikahan penting dimiliki ibu bekerja. Salah satu faktor yang memengaruhi kepuasan pernikahan adalah kebersyukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran rasa syukur terhadap kepuasan pernikahan perempuan yang bekerja. Sampel berjumlah 384 guru di Kota Pekanbaru yang ditentukan melalui teknik purposive sampling. Instrumen penelitian terdiri dari skala kebersyukuran yang disusun berdasarkan teori McCulloch, Emmons & Tsang (2002) dan skala kepuasan pernikahan berdasarkan Olson & Fowers (1993). Hasil penelitian menunjukkan koefisien $r = 0.378$, $F = 24.812$ dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Dengan demikian hipotesis diterima, artinya kebersyukuran memiliki peran yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan pada perempuan yang bekerja. Semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki maka akan semakin tinggi kepuasan pernikahan yang dirasakan. Oleh karena itu, mengungkapkan dan mengekspresikan rasa syukur dapat membantu perempuan muslim yang bekerja menjaga dan mempertahankan dan mencapai kepuasan dalam pernikahannya.

Kata kunci: Kebersyukuran, kepuasan pernikahan, perempuan muslim, bekerja.

How to Cite: Marretih, A.K.E., Seprina, V., Hirmaningsih, Herwanto, J. (2025). Peran Kebersyukuran terhadap Kepuasan Pernikahan pada Perempuan Muslim yang Bekerja. *Al-Qalb Jurnal Psikologi Islam*, 16(1), 41–51. DOI: <http://dx.doi.org/10.15548/11020>

PENDAHULUAN

Semakin terbukanya kesempatan bagi perempuan berpartisipasi di dunia kerja, membuat perempuan dihadapkan dengan dilema antara karir dan pernikahan (Rhodes, 2002). Bagi

perempuan muslim, bekerja merupakan salah satu bentuk tanggungjawabnya sebagai seorang istri yang dapat membantu perekonomian rumah tangga (Maretih, 2026). Namun, pada kenyataannya peran di dalam rumah tangga dan

pekerjaan membuat perempuan menjadi mengalami banyak kendala dalam mengelola kehidupan keluarga dan pekerjaan itu, hingga rentan mengalami kelelahan fisik maupun psikologis yang pada akhirnya mengganggu kehidupan pernikahannya (Ehrenberg, dkk, dalam Chrichiannie, dkk, 2018).

Pernikahan yang bahagia sepanjang hayat menjadi impian semua pasangan (Strong dkk, 2011). Salah satu indikator pernikahan yang bahagia adalah adanya penilaian positif terkait kehidupan pernikahan yang dijalani bersama pasangan (Olson dkk, 2015). Kepuasan pernikahan merupakan penilaian subjektif seseorang terhadap perjalanan kehidupan pernikahannya dengan pasangan (Olson & Fowers, 1993). Kepuasan perkawinan adalah kunci penting dalam penilaian hubungan pasangan, dan mencakup perasaan kasih sayang, kepercayaan, dan persahabatan yang muncul pada pasangan (Nunes, dkk, 2022). Pernikahan sejatinya menjadi ruang untuk meleburkan perbedaan yang ada dengan kasih sayang dan pengertian sehingga dapat menumbuhkan kekuatan serta memperkuat pernikahan (Olson, dkk, 2019). Tetapi, alih-alih menjadi kekuatan, perbedaan yang dibawa oleh pasangan justru lebih sering menjadi cikal bakal perselisihan yang terjadi di dalam keluarga karena komunikasi yang buruk diantara keduanya, yang membawa pada buruknya kepuasan pernikahan pasangan yang berujung pada perpisahan (Allen, dkk, 2012).

Berdasarkan data Keadaan Perkara dari Pengadilan Tinggi Agama Kota Pekanbaru di

sepanjang tahun 2022 terdapat 2134 kasus perkara dengan hasil putusan cerai sebanyak 1920 kasus, sementara 230 berhasil melakukan mediasi dan rujuk kembali, sementara 53 masih berlangsung gelar perkara perempuan lebih banyak melakukan gugat cerai dibandingkan laki-laki, dengan rasio 3:1 (Pengadilan Agama Pekanbaru, 2022). Hal ini sejalan dengan yang diberitakan pada Harian Kompas.com, bahwa untuk tahun 2022, dari 16 PNS Guru yang mengajukan cerai 14 adalah guru perempuan dan 2 guru laki-laki (Tanjung, 2023).

Tingkat pendidikan diduga berkaitan dengan kepuasan pernikahan, hal ini sejalan dengan hasil penelitian Eslami, dkk, (2020) yang menemukan bahwa perempuan muslim yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi dilaporkan memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi pula. Namun berbeda dengan penelitian terdahulu menemukan bahwa perempuan berpendidikan tinggi memiliki kepuasan pernikahan yang tidak stabil yang lebih tinggi (Janssen dalam Sorokowski, dkk, 2017). Tetapi, temuan penelitian Anahita, dkk, (2016); Sorokowski, dkk, (2017) menemukan bahwa tidak ada korelasi antara kepuasan pernikahan dan tingkat pendidikan. Dengan demikian, faktor pendidikan dapat memiliki dampak yang berbeda pada kepuasan pernikahan, disatu sisi pendidikan berkorelasi dengan kepuasan pernikahan yang tinggi, sebaliknya memengaruhi kepuasan pernikahan yang rendah.

Banyak pernikahan yang pada akhirnya berujung dengan perceraian karena tidak adanya

kepuasan dalam pernikahan (Istiqomah & Mukhlis, 2015). Adanya perselisihan dan pertengkaran yang terjadi secara terus menerus pada pasangan adalah hal yang dilaporkan sebagai penyebab dari terjadinya perceraian (Pengadilan tinggi Kota Pekanbaru, 2022; Adelia, dkk, 2019; Khurin'in, dkk, 2022). Kegagalan pasangan dalam menyelesaikan konflik di dalam pernikahan bermuara dari rasa tidak puas pada pernikahannya (Papalia dkk, 2008).

Kepuasan pernikahan dapat diukur melalui sepuluh aspek, yaitu komunikasi, pemecahan masalah, aktivitas bersama, keluarga dan kerabat, kepribadian pasangan, pembagian peran, pengasuhan anak, manajemen keuangan, aktivitas seksual dan nilai-nilai keagamaan (Fower & Olson, dalam Nunes, dkk, 2022). Aspek penting dalam mengukur kepuasan pernikahan adalah komunikasi (Olson dkk, 2019) dan pemecahan masalah (Fower & Olson, 1993). Komunikasi dalam pernikahan adalah kendaraan utama yang menjadi jembatan bagi pasangan untuk berhubungan dan mengelola emosi satu sama lain (Ayub 2010). Pasangan dengan gaya komunikasi yang buruk akan merasakan banyak stres dan tidak puas dengan pernikahannya dimasa yang akan datang (Allen, dkk, 2012).

Selain komunikasi, pembagian peran dalam rumah tangga, sebagian besar suami dan istri tidak setuju tentang berapa banyak pekerjaan rumah tangga yang dilakukan masing-masing, sehingga cenderung melahirkan perselisihan yang berujung pada ketidakpuasan pernikahan

(Lee & Waite, 2005). Pembagian peran yang “tidak merata ini” berkontribusi terhadap penurunan kepuasan perkawinan, terutama pada perempuan yang bekerja (Meier, 2006). Selain itu, istri berpikir mereka menghabiskan 13 jam lebih banyak untuk pekerjaan rumah tangga setiap minggu, dibandingkan suami sehingga ada kesenjangan yang sangat luas dan akan menyebabkan menurunnya kepuasan pernikahan yang dirasakan (Lee & Waite, dalam Olson dkk, 2019). Kondisi yang menuntut pembagian peran dalam kehidupan sehari-hari pada pasangan suami istri yang tinggal serumah dapat menciptakan konflik, karena selalu bertemu dan hidup berdampingan (Powell, dkk dalam Chrishianie, 2018). Hasil penelitian Chrishianie dkk (2018) menemukan bahwa pasangan dual earner yang tinggal serumah lebih cenderung memiliki kepuasan pernikahan yang rendah dibandingkan pasangan *commuter*.

Ketidakpuasan perkawinan dianggap sebagai cikal bakal perceraian (Eslami, dkk, 2020). Senada dengan ini, Oleh karena itu, perceraian sejatinya dapat dicegah dengan memperkuat kepuasan pernikahan yang dirasakan. Salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kepuasan pernikahan adalah kebersyukuran (Herawati & Faradila, 2017; Herawati & Widianoro, 2019; Suminta & Ghufon, 2022).

Syukur sebagai emosi positif bertindak sebagai barometer moral menilai pemberian, bantuan yang diterima orang dalam kehidupan sehari-hari (McCullough, Kilpatrick, Emmons, &

Larson, 2001). Kebersyukuran sebagai kecenderungan umum dari seseorang untuk menanggapi rasa terimakasih (syukur) atas peran dan kebajikan orang lain secara positif (McCullogh dkk, 2002). Dengan kata lain kebersyukuran merupakan sebuah sikap dan afek positif yang dimiliki seseorang terhadap pengalaman yang telah diperoleh. Kebersyukuran yang dimiliki oleh seseorang dapat memberikan kontribusi positif pada pencapaian kepuasan pernikahan (Herawati & Widianoro, 2019).

McCullough, dkk, (2002) menerangkan bahwa orang yang bersyukur akan mengungkapkan rasa syukurnya secara terus menerus, berulang dan dilakukan setiap hari terhadap peristiwa yang sederhana sekalipun. Kebersyukuran dibagi menjadi empat aspek, yaitu intensitas (terkait seberapa besar rasa syukur yang dimiliki), frekuensi (seberapa sering ia bersyukur), rentang (pada situasi apa saja ia bersyukur) dan kepadatan (pada siapa saja ia berterimakasih) dari apa yang telah diperoleh dalam kehidupannya.

Orang yang bersyukur akan menemukan hal-hal positif baik dari dirinya maupun dari orang lain yang berkorelasi positif dengan kepuasan pernikahan (Novianty & Goei, 2013; Khairani, dkk, 2016; Julike & Sri, 2019). Dengan demikian, kebersyukuran diduga memiliki hubungan yang erat terhadap kepuasan pernikahan. Perempuan bekerja yang mampu melihat dan menilai positif setiap peristiwa yang saat ini dilalui, dirasakan dengan penuh kerelaan, penerimaan maka akan membawanya pada

penilaian yang juga positif terhadap kehidupan pernikahan yang dijalani.

Untuk itu, mengingat prevalensi perempuan muslim yang memutuskan untuk bekerja semakin meningkat, sementara di sisi lain prevalensi perceraian juga semakin tinggi, terutama gugat cerai yang diajukan oleh perempuan, maka penelitian ini penting dilakukan. Dalam hal ini kebersyukuran dan kepuasan pernikahan merupakan hal yang penting dimiliki individu dalam menjalani sebuah pernikahan. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengkaji seberapa besar peran kebersyukuran terhadap kepuasan pernikahan perempuan muslim yang bekerja.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bekerja yang ada di Kota Pekanbaru. Sampel penelitian ditentukan dengan *purposive sampling*. Sampel penelitian terdiri dari 384 ibu bekerja dengan kriteria PNS Kota Pekanbaru, dengan kriteria, beragama islam, minimal pendidikan S1, berprofesi sebagai guru, memiliki suami yang bekerja, tinggal serumah dengan suami dan memiliki anak.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala psikologi. Skala kebersyukuran yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori McCullough dkk (2002) yaitu intensitas, frekuensi, rentang dan kepadatan. Skala ini berjumlah 15 aitem yang terdiri dari 9 aitem favorabel dan 6 aitem unfavorabel, dengan nilai reliabilitas alpha

sebesar 0.720. Respon jawaban menggunakan model skala Likert dengan 4 jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Tingginya skor yang didapatkan oleh subjek menunjukkan kebersyukuran yang tinggi, dan sebaliknya rendahnya skor yang didapatkan akan menunjukkan kebersyukuran yang rendah pula.

Skala kepuasan pernikahan disusun oleh peneliti berdasarkan 10 aspek kepuasan pernikahan dari Fowers & Olson (1993). Skala Kepuasan pernikahan berjumlah 17 aitem *favorable*, dengan nilai reliabilitas alpha sebesar 0.850. Respon jawaban menggunakan model skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek, menunjukkan kepuasan pernikahan yang tinggi pula, begitu juga sebaliknya.

HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan uji regresi, didapatkan nilai koefisien regresi (r) sebesar 0,378 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$) dan koefisien determinan (r^2) sebesar 0,078 (7,8%). Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dengan kepuasan pernikahan. Selanjutnya, Berdasarkan uji anova ditemukan bahwa nilai F sebesar 24.812 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.01$), artinya kebersyukuran memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Dengan demikian hipotesis diterima. Selanjutnya dilakukan uji koefisien regresi untuk melihat peran kebersyukuran terhadap kepuasan pernikahan, didapatkan nilai B sebesar 0.424 dengan nilai konstan 42.985, dengan nilai t sebesar 21.130 ($p < 0.000$). Dengan demikian, didapatkan garis persamaan regresi $Y = 42.985 + 0.424 \times X$. Setiap kenaikan atau penambahan 1 pada nilai kebersyukuran maka nilai kepuasan

Tabel 1. Koefisien Regresi

Model	Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficient	t	Sig. ($p < 0.05$)
	B	Std. Error	Beta		
Constan)	43.190	2.035		21.222	.000
Intensitas	.914	.476	.191	1.912	.057
Frekuensi	-.246	.899	-.228	-.273	.785
Rentang	.886	.347	.202	2.548	.001
Kepadatan	-.219	-.367	-.047	-.597	.551

pernikahan akan mengalami peningkatan sebesar 0.424.

Selanjutnya dilakukan uji koefisien regresi aspek kebersyukuran terhadap kepuasan pernikahan. Hal ini dilakukan untuk melihat aspek kebersyukuran yang mana yang paling

mampu memprediksi kepuasan pernikahan. Hasil koefisien regresi dapat dilihat pada tabel 1.

Dari keempat aspek kebersyukuran, yang paling mampu memprediksi kepuasan pernikahan secara signifikan adalah aspek rentang, dengan nilai B sebesar 0.886, dengan nilai t sebesar 2.548

($p < 0.005$). Dengan persamaan regresi = $43.190 + 0.886 \times x_1$, artinya koefisien rentang memiliki pengaruh yang signifikan, sementara aspek yang lainnya tidak berpengaruh. Dalam hal ini, dimensi rentang berkaitan dengan seberapa sering individu mengungkapkan rasa syukur tanpa terhadap hal-hal yang ditemui di dalam kehidupannya.

Penelitian ini menemukan bahwa kebersyukuran memiliki peran yang sangat signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Semakin tinggi kebersyukuran yang dimiliki semakin tinggi pula kepuasan pernikahan yang dirasakan. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kebersyukuran dapat memprediksi kepuasan pernikahan. Orang yang bersyukur adalah orang yang mampu dengan penuh kesadaran menerima dengan rela, upaya dan penilaian orang lain terhadap diri sendiri (McCullough dkk, 2002). Rasa terima kasih atau ungkapan rasa syukur dapat membantu seseorang mengubah emosi negatif dari masa lalu menjadi rasa puas. Kim dkk (dalam You dkk, 2017) rasa syukur sangat terkait dengan kepuasan hidup karena orang yang bersyukur lebih cenderung menghargai dan menikmati pengalaman secara lebih positif. Dengan demikian, perempuan bekerja yang bersyukur dapat dilihat dari bagaimana penilaian dan penghargaan terhadap pengalaman hidup yang telah dijalani. Kebersyukuran merupakan emosi positif yang dapat memperluas, membangun serta meningkatkan dan memperkuat fungsi positif lainnya (Lin, 2015).

Seseorang dengan suasana hati yang lebih positif cenderung berpartisipasi lebih banyak pada kegiatan yang dapat hubungan mereka dengan orang lain, dibandingkan dengan mereka yang memiliki suasana hati yang kurang positif (Lyubomirsky, dkk, 2011). Rasa syukur sebagai emosi positif membantu individu untuk membangun persahabatan dan relasi sosial lainnya (You, dkk, 2017). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Yusuf, dkk, (2017) bahwa pasangan yang bersyukur adalah pasangan yang selalu mengapresiasi hal-hal sederhana yang diberikan oleh pasangan dalam kehidupan pernikahan, merasa cukup dengan apa yang dimiliki, menerima kelebihan dan kekurangan pasangan, dan mampu memaknai arti pernikahan yang dijalani akan melahirkan kepuasan pernikahan yang positif. Hal ini mendukung hasil temuan penelitian ini, bahwa aspek kebersyukuran yang memiliki peran yang paling signifikan terhadap kepuasan pernikahan adalah aspek rentang. Dalam penelitian ini, perempuan bekerja senantiasa mensyukuri adanya keluarga dan pekerjaan yang dimiliki.

Firman Allah pada Al Qur'an Surah Ibrahim ayat ke 7, yang Artinya "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah nikmatmu dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih". Dari ayat tersebut tersirat bahwa sebagai seorang hamba Allah, bersyukur adalah hal yang seharusnya selalu dilakukan atas nikmat yang diberikan, sebagai ungkapan rasa terima kasih atas segala hal yang Allah berikan. Keluarga dan

pekerjaan adalah nikmat yang diberikan, maka sebagai muslim yang taat sudah seyogyanya perempuan yang bekerja merawat keluarga dan bertanggung jawab terhadap pekerjaan dengan sebaik-baiknya sebagai wujud dari rasa syukur, sehingga tidak menyesal di kemudian hari.

Ketika seseorang memandang hidup sebagai hadiah, orang itu dapat menemukan manfaat bahkan dalam keadaan yang tidak menyenangkan (Watkins dkk, 2004). Selain itu fungsi bersyukur selain sebagai ekspresi dan luapan emosi positif juga dapat meningkatkan kreativitas dan efisiensi mental kognitif dan memungkinkan memunculkan pemikiran yang fleksibel dan kreatif untuk mengatasi stres dan kesulitan yang dihadapi (Fredrickson, dalam You dkk, 2017). Orang yang bersyukur mungkin tidak mengalami perasaan bersyukur di setiap saat tertentu, tetapi akan lebih mungkin mengalami rasa syukur dalam situasi tertentu (Watkins dkk, 2003). Bersyukur membuat seseorang menjadi lebih bahagia, sejahtera hingga dapat merasakan kepuasan hidup secara menyeluruh (Lin, 2015). Syukur yang lebih tinggi berperan sebagai penangkal emosi negatif, karena dengan bersyukur seseorang akan lebih mampu dalam mengapresiasi hal-hal menyenangkan maupun tidak menyenangkan dengan positif sehingga memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi (You, Lee, Lee & Kim, 2017). Orang yang bersyukur cenderung sehat, karena sebagai pengalaman yang positif bersyukur lekat dengan kesejahteraan individu (McCulloch, dkk, 2002), dan merasakan stres yang ringan (Karney &

Bradburry, 1995), sehingga cenderung untuk memiliki kepuasan pernikahan yang tinggi. Bersyukur baik langsung maupun tidak langsung akan membantu individu untuk mencapai, menjaga, dan mempertahankan kepuasan pernikahannya (Saeidi, dkk., 2019).

Dalam sebuah pernikahan, kepuasan pernikahan merupakan hal penting harus harus diperjuangkan bersama-sama. Kepuasan pernikahan yang tinggi apabila kesepuluh aspeknya dapat terpenuhi dengan optimal (Nunes, dkk 2022). Seseorang yang memiliki kepuasan pernikahan yang tinggi lebih cenderung memiliki kedekatan emosional yang mendalam dengan pasangannya (Strong dkk, 2015). Perempuan bekerja yang memiliki kepuasan pernikahan yang tinggi memiliki penilaian yang positif, merasa puas, senang dan bahagia terhadap kehidupan pernikahannya, termasuk pada keluarga, pasangan dan pekerjaan yang dimilikinya.

Untuk mencapai kepuasan pernikahan salah satu upaya penting yang dapat dilakukan adalah dengan kebersyukuran (Herawati & Syarifah, 2017; Nabila & Latifa, 2017; Suminta & Ghufroon, 2022). Kebersyukuran dalam penelitian memiliki peran yang sangat signifikan terhadap kepuasan pernikahan pada perempuan bekerja. Kebersyukuran dapat menjadi kekuatan bagi individu dalam memandang kehidupan pernikahannya, dengan pasang surut romantika kehidupan berkeluarga, sehingga hambatan-hambatan yang terjadi disepanjang perjalanan pernikahan dinilai sebagai pengalaman yang

tidak ternilai, yang dapat mendewasakannya sebagai pribadi. Sejalan dengan penelitian Julike dkk (2019) yang menegaskan bahwa bersyukur memberikan efek positif pada kepuasan pernikahan pasangan suami istri.

Tidak ada pernikahan yang tanpa konflik, namun bagaimana upaya dalam mengelola konflik itu menjadi penting bagi tercapainya kepuasan pernikahan. Olson dkk (2019) menjelaskan bahwa fondasi dalam keluarga yang tak kalah penting dalam mengelola konflik adalah gaya komunikasi antara pasangan. Komunikasi dan penyelesaian masalah merupakan dua dari sepuluh aspek dari kepuasan pernikahan yang sangat penting bagi terciptanya kepuasan pernikahan (Fowers & Olson dalam Nunes, 2022).

Rasa syukur membantu individu untuk mencapai kehidupan yang memuaskan (Lin, 2015). Kebersyukuran dapat membantu seseorang dalam menilai dan menghargai apa yang telah dilakukan oleh orang lain dan itu dapat meringankan emosi negative yang dirasakan (You dkk, 2018). Kebersyukuran dapat membantu seseorang untuk dapat lebih menikmati dan menghargai pengalaman hidup mereka. Lambert, dkk, (2010) mengungkapkan bahwa mengekspresikan rasa syukur dapat dilihat dari tanggung jawab dan kepedulian yang diberikan pada pasangan dalam bentuk penghargaan. Palmer (2018) menekankan pentingnya untuk mengungkapkan rasa syukur dan mencari hal-hal yang dapat disyukuri. Pasangan yang sering mengungkapkan rasa syukur dengan ketulusan cenderung lebih

responsif terhadap kebutuhan pasangan dan berkorelasi positif dengan kekuatan hubungan yang lebih erat. Pasangan yang mampu (Webb, 2020). Dengan demikian, mengekspresikan kebersyukuran dengan cara-cara yang tepat, dengan melihat hal-hal yang patut untuk disyukuri selama kehidupan pernikahan dapat meningkatkan penilaian dan pandangan positif seseorang terhadap hubungan dan kehidupan pernikahannya, sehingga akan menciptakan kepuasan pernikahan yang tinggi.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kebersyukuran memiliki peran yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan pada perempuan muslim yang bekerja. Semakin tinggi kebersyukuran yang dimiliki maka akan memengaruhi tingginya kepuasan pernikahan yang dirasakan, sebaliknya semakin rendah kebersyukuran yang dimiliki maka akan memengaruhi rendahnya kepuasan pernikahan perempuan yang bekerja. Aspek yang paling mampu memprediksi kepuasan pernikahan adalah aspek rentang. Memiliki keluarga dan pekerjaan adalah peristiwa dan situasi yang paling disyukuri oleh perempuan bekerja.

Oleh karena itu, penting bagi setiap perempuan muslim yang bekerja untuk mengekspresikan dan mengucapkan rasa syukur melalui ungkapan rasa terimakasih terutama pada pasangan walaupun hal ini ungkapan yang umum namun sangat berarti bagi kekuatan hubungan dalam pernikahan dan

mempertahankan kepuasan pernikahan yang dimiliki.

DAFTAR REFERENSI

- Anahita, Takbiri B., Sadat, Izadi Avanj F., Fini, Ismali A., Hamidreza, G., Neda, Mirbagher A. (2016). The Marital Satisfaction and Its Relative Factors Among Adults. *Nursing and Care Open Access Journal*, 1(4), 63-67. <https://doi.org/10.15406/ncoaj.2016.01.00018>
- Adelia, Nabilla Alya., Muflichah, Siti., Rochati. (2022). Gugat Cerai karena Perselisihan dan Pertengkaran Terus Menerus (Tinjauan Yuridis Terhadap Putusan Pengadilan Agama Batu Raja Nomor 30/Pdt.G/2019/Pa.Bta). *Soerdirman Law Review*, 1(1), 135-144. <http://journal.fh.unsoed.ac.id/index.php/SLR/article/view/42/16>
- Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Loew, B., & Markman, H. J. (2012). The Effects of Marriage Education for Army Couples with a History of Infidelity. *Journal of Family Psychology*, 26(1), 26–35. <https://doi.org/10.1037/a0026742>
- Ayub, N. (2010). *Development of Marital Satisfaction Scale*. *Journal of Clinical Psychology*, 91), 19-34. <https://www.researchgate.net/journal/Journal-of-Clinical-Psychology-1097-4679?tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6Il9kaXJlY3QiLCJwYWdlIjoieX2RpcmVjdCIslInBvc2l0aW9uIjoicGFnZUhlYWRLciJ9fQ>
- Che-Lin, Chih. (2015). Impact of Gratitude on Resource Development and Emotional Well-Being. *Social Behavior and Personality*, 43(3), 493-504. <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2015.43.3.493>
- Chrishhianie, Chrishianie., Ginanjar, Adriana S., Primasari, I. (2018). Marital Satisfaction Among Dual-Earner Marriage Couples: Commuter versus Single Residences Couples. *Psychological Research on Urban Society*, 1(2), 107-115. <https://doi.org/10.7454/proust.v1i2.36>
- Eslami M, Yazdanpanah M, Andalib P, Rahimi A, Safizadeh M, Dadvar A, et al. (2020). Marital Satisfaction and Emotional Divorce Among Iranian Married Individuals: A Survey of Hospital Visitors of Nine Provinces. *Journal of Educational and Health Promotion*, 9(83). https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_570_19
- Herawati, Icha., Faradila, Syarifah. (2017). Kepuasan Perkawinan Ditinjau dari Kebersyukuran dan Pemaafan pada Pasangan Bekerja. *Mediapsi* 3(2), 10-21. <http://dx.doi.org/10.21776/ub.mps.2017.003.02.2>
- Herawati, Icha., Widianoro, Didiek. (2019). Gratitude and Forgiveness in Marital Satisfaction. *Journal Al-Hikmah, Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 16(2), 180. [http://dx.doi.org/10.25299/jaip.2019.vol16\(2\).3782](http://dx.doi.org/10.25299/jaip.2019.vol16(2).3782)
- Karney, B.R., Bradbury, T.N. 1995. The Longitudinal Course of Marital Quality and Stability: A Review of The Theory, Method, and Research. *Psychology Bulletin*, 118(1), 3-34. <http://dx.doi.org/10.1037//0033-2909.118.1.3>

- Khurin 'In., Muta'alimin, Miftahul., Maulana, Akmal., Musyafa'ah., Nur Lailatul. (2022). Perceraian Akibat Perselisihan dan Pertengkar Perspektif Hukum Islam. *Ma'mal: Jurnal Laboratorium Syariah dan Hukum*, 3(1), 18-37.
- Lambert, N M., Clark, M.S., Durtschi, J., Fincham, F.D., Graham, S.M. (2010). Benefits of Expressing Gratitude: Expressing Gratitude to a Partner Change One's View of The Relationship. *Psychology Science*, 21, 574-580.
- Lee, Y.-S., & Waite, L. J. (2005). Husbands' and Wives' Time Spent on Housework: A Comparison of Measures. *Journal of Marriage and Family*, 67(2), 328–336. <http://www.jstor.org/stable/3600272>
- Lyubomirsky, S., Boehm, J. K., Kasri, F., & Zehm, K. (2011). The Cognitive and Hedonic Costs of Dwelling on Achievement-Related Negative Experiences: Implications For Enduring Happiness and Unhappiness. *Emotion (Washington, D.C.)*, 11(5), 1152–1167. <https://doi.org/10.1037/a0025479>
- Lin, Chih-Che., Yeh, Yu-Chu. (2015). How Gratitude Influences Well-Being: A Structural Equation Modeling Approach. *Social Indicator Research*, 118, 205–217. <http://doi.org/10.1007/s112015-013-0424-6>
- McCullough, M.E., Emmons, R.A., & Tsang, Jo-Ann. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.11>
- McCullough, M.E., Kilpatrick, S.D., Emmons, R.A., & Larson, D.B. (2001). Is Gratitude a Moral Affect? *Psychological Bulletin*, 127(2), 249-66. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.2.249>.
- Marettih, A.K.E. (2016). The Meaning of Work among Muslim Working Mother. Hasil Penelitian dipresentasikan pada 5th Conference The International Association Muslim Psychologist In Yogyakarta, Indonesia.
- Meier, J. A., McNaughton-Cassill, M., & Lynch, M. (2006). The Management of Household and Childcare Tasks and Relationship Satisfaction in Dual-Earner Families. *Marriage & Family Review*, 40(2-3), 61–88. https://doi.org/10.1300/J002v40n02_04.
- Nunes, Cristina., Martins, Cátia., Leal, Andreia., Pechorro, Pedro., Ferreira, Laura Inês., and Ayala-Nunes, Lara. (2022). The ENRICH Marital Satisfaction (EMS) Scale: A Psychometric Study in a Sample of Portuguese Parents. *Social Sciences*, 11(107). <https://doi.org/10.3390/socsci11030107>
- Olson, David H., DeFrain, Jhon., Skogrand, L. (2019). *Marriage and Family: Intimate, Diversity, Strengths: Ninth Edition*. New York: McGraw Hill Education.
- Watkins, Philip C., Woodward, K., Stone, T., Kolts, Russell L. (2003). Gratitude and Happiness: Development of a Measure of Gratitude, and Relationship With Subjective Well-Being. *Social Behavior and Personality*, 31(5), 431-452. <https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431>
- Rhodes, Angel R. (2002). Long-Distance Relationship in Dual-Carrier Commuter Couple: A Review of Counseling Issues. *The Family Journal*, 10(4). <https://doi.org/10.1177/106648002236758>

- Saeidi, S., Mohamadzadeh Ebrahimi, A., & Soleimanian, A. (2019). The Direct and Indirect Effects of Gratitude and Optimism on the Marital Satisfaction. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 7(3), 215-224. <http://dx.doi.org/10.32598/jpcp.7.3.21>.
- Suminta, Rini Risnawati., Ghufon, Muhammad N. (2022). The Gratitude and Marital Satisfaction in The Infertile Spouse. *Psikis, Jurnal Psikologi Islami*, 8(2), 192-202. <http://dx.doi.org/10.19109/psikis.v8i2.7480>
- Sorokowski, A., Randall, Ashley K., Groyecka, A., Frackowiak, T., Cantarero., K., et al. (2017). Marital Satisfaction, Sex, Age, Marriage Duration, Religion, Number of Children, Economic Status, Education, and Collectivistic Values: Data from 33 Countries. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01199>
- Tanjung, Idon. (2023). *Guru Dominasi PNS yang Ajukan Cerai di Riau, Penyebabnya Perselingkuhan dan Ekonomi*. diunduh dari <https://regional.kompas.com/read/2023/01/04/054554178/guru-dominasi-pns-yang-ajukan-cerai-di-riau-penyebabnya-perselingkuhan-danW>
- Webb, Jill I. (2020). The Function of Gratitude in Marriage: Buliding Ties that Bind. *Family Perspective*, 2, Iss 1. <https://scholarsarchive.byu.edu/familyperspectives/vol2/iss1/2>
- Yusuf, Firas N., Latifa, R. (2017). The Influence of Forgiveness, Gratitude, and Duration of Marriage Toward Marital Satisfaction on Wives in South Jakarta. *Tazkiya*, 5(2), 231-240. <http://dx.doi.org/10.15408/tazkiya.v22i2.8408>
- You, Sukkyung., Lee, June., Lee, Y., Kim, Euikyung. (2017). Gratitude and Life Satisfaction In Early Adolescence: The Mediating Role of Social Support and Emotional Difficulties. *Personality and Individual Differences*, 130, 122-128. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.005>