

Dinamika Kepuasan Pernikahan pada Pasangan *Long Distance Marriage* (LDM): *Systematic Literature Review*

Azka Zafarani Fadhilah¹, Althoof Aribah Reffi², Annisatul Najwa Alya³, Dara Tria Januaika⁴, Annisa Aulia Marlen⁵, Amanatun Rabi'ah⁶, Wirza Feny Rahayu⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

E-mail: wirza.feny@fpk.unp.ac.id

ABSTRAK

Long Distance Marriage (LDM) merupakan salah satu kondisi dalam pernikahan saat suami-istri harus tinggal terpisah secara fisik dalam jangka waktu tertentu akibat faktor pekerjaan, pendidikan hingga kebutuhan ekonomi. Kondisi ini menimbulkan tantangan terhadap kepuasan pernikahan yang perlu dipahami secara lebih mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dinamika kepuasan pernikahan pada pasangan LDM. Kajian dilakukan menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) berdasarkan pedoman PRISMA terhadap artikel yang dipublikasikan pada tahun 2021-2026. Penelusuran dilakukan dengan pada tiga basis data ilmiah (Google Scholar, ScienceDirect, PubMed) dengan menggunakan kata kunci berbahasa Indonesia dan Inggris. Dari 9.025 artikel yang teridentifikasi, terdapat sebanyak 14 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis melalui proses sintesis sistematis. Hasil sintesis menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan pada pasangan LDM dipengaruhi oleh faktor intrapersonal, interpersonal, dukungan sosial, serta karakteristik kontekstual hubungan. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikologis dan konseling keluarga yang berfokus pada penguatan komunikasi, komitmen, serta dukungan sosial pada pasangan LDM. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya pemahaman mengenai kepuasan pernikahan sebagai konstruk multidimensional yang bersifat dinamis dalam konteks LDM, sedangkan secara praktis hasil kajian ini dapat menjadi acuan bagi psikolog, konselor pernikahan, serta pasangan LDM dalam merancang strategi untuk menjaga kualitas hubungan selama masa keterpisahan.

Kata kunci: *Kepuasan Pernikahan, Pernikahan Jarak Jauh, Tinjauan Literatur Sistematis*

ABSTRACT

Long Distance Marriage (LDM) refers to a marital condition in which spouses live separately for a certain period due to work, educational, or economic demands. This situation presents unique challenges that may affect marital satisfaction and therefore requires further examination. This study aimed to review the dynamics of marital satisfaction among couples in long-distance marriages. A *Systematic Literature Review* (SLR) was conducted following the PRISMA guidelines to examine articles published between 2021 and 2026. The literature search was performed across three scientific databases, namely Google Scholar, ScienceDirect, and PubMed, using both Indonesian and English keywords. Of the 9,025 articles initially identified, 14 studies met the inclusion criteria and were analyzed through a systematic synthesis process. The findings indicate that marital satisfaction among LDM couples is influenced by intrapersonal factors, interpersonal factors, social support, and contextual relationship characteristics. These findings provide a foundation for developing psychological and family counseling interventions aimed at strengthening communication, commitment, and social support among couples in long-distance marriages. Theoretically, this study enriches the understanding of marital satisfaction as a dynamic, multidimensional construct within the LDM context, while practically, the findings can serve as a reference for psychologists, marriage counselors, and LDM couples themselves in designing strategies to sustain relationship quality during periods of separation.

Kata kunci: *Marital Satisfaction, Long Distance Marriage, Systematic Literature Review*

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan salah satu peristiwa terpenting dalam kehidupan manusia. Secara ideal, pernikahan diharapkan sebagai hubungan yang dapat menjadi ruang tumbuh kebersamaan, keintiman dan saling mendukung baik suami maupun istri. Pernikahan menjadi sebuah ikatan yang

tidak hanya sekadar legal dan resmi, tetapi juga menjadi fondasi bagi kesejahteraan psikologis dan emosional keduanya (Tashkeh et al., 2024). Dalam pernikahan yang sehat, pasangan diharapkan dapat hidup berdampingan satu sama lain, saling hadir secara fisik maupun emosional, serta bersama-sama mengelola kehidupan rumah tangga. Namun, nyatanya berbagai tantangan dan dinamika kehidupan turut berperan dalam tercapainya kondisi ideal pada pernikahan tersebut. Data Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat angka perceraian di Indonesia pada tahun 2024 sebanyak 399.921 kasus, artinya dari setiap empat pasangan yang menikah, satu di antaranya berakhir dengan perpisahan (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2025). Tingginya angka perceraian tersebut relevan dengan menegaskan pentingnya memahami secara mendalam faktor-faktor yang memengaruhi keberlangsungan sebuah pernikahan, termasuk pada pernikahan yang dijalani dalam kondisi keterpisahan jarak seperti LDM. Kemudian didukung pada Direktori Putusan Mahkamah Agung Republik Indonesia pada Pengadilan Agama Makassar pada 2019 hingga 2021 dalam Jamil et al. (2023) menunjukkan sebanyak 2.322 kasus atau 28,53% di antaranya merupakan pasangan yang menjalani *Long Distance Marriage* (LDM). Hal ini menunjukkan bahwa kondisi keterpisahan jarak turut menjadi konteks penting di balik tingginya angka perceraian di Indonesia. Lebih lanjut dalam data Kementerian Agama Republik Indonesia (2025) bahwa penyebab perceraian terbesar di Indonesia dapat berupa kegagalan komunikasi dan melemahnya kualitas hubungan emosional.

Tingginya angka-angka tersebut menunjukkan bahwa keberlangsungan hubungan pernikahan tidak hanya ditentukan oleh status pernikahan saja, tetapi juga kualitas hubungan yang dirasakan oleh pasangan di dalamnya. Salah satu indikator yang menggambarkan kualitas hubungan tersebut adalah kepuasan pernikahan (Wider et al., 2025). Secara teoritis, kepuasan pernikahan atau marital satisfaction dapat dipahami sebagai konstruk multidimensional yang mengacu pada evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hubungan pernikahannya, mencakup aspek komunikasi, keintiman, pemenuhan kebutuhan emosional, hingga kesesuaian antara harapan dan kenyataan dalam menjalani kehidupan berumah tangga (Ulviani et al., 2024). Lebih lanjut Abreu-Afonso et al. (2022) menjelaskan bahwa kepuasan pernikahan dibentuk oleh motivasi intrinsik terhadap pernikahan, kualitas komunikasi antarpasangan, serta tingkat kohesi dan fleksibilitas dalam hubungan, di samping karakteristik sosiodemografis seperti tahap siklus kehidupan keluarga. Hal ini menegaskan bahwa kepuasan pernikahan bukan kondisi yang terbentuk sekali dan menetap, tetapi hasil interaksi dinamis antara faktor personal, relasional, dan kontekstual yang terus berlangsung sepanjang perjalanan pernikahan.

Pemahaman ini menjadi dasar penting untuk mengkaji dinamika terbentuk dan berubahnya kepuasan pernikahan pada kondisi pernikahan yang lebih menantang, salah satunya pasangan yang harus menjalani kehidupan pernikahan dalam kondisi keterpisahan jarak. Kondisi ini biasanya disebabkan oleh pekerjaan, pendidikan hingga kebutuhan ekonomi keluarga yang mengharuskan salah satu pasangan tinggal di tempat yang berbeda untuk sementara waktu. Kondisi ini yang dikenal dengan istilah *Long Distance Marriage* (LDM) atau pernikahan jarak jauh, yaitu kondisi dimana pasangan suami-istri yang sah secara hukum, tetapi harus tinggal terpisah dalam periode waktu tertentu (Yusup et al., 2026). Di Indonesia, fenomena LDM ini bukanlah kondisi yang langka, data Long Form Sensus Penduduk 2020 mencatat sekitar 9,38% penduduk Indonesia tinggal di provinsi yang berbeda dari asalnya. Temuan ini menggambarkan besarnya skala perpindahan penduduk usia produktif dengan potensi memisahkan pasangan dari keluarganya. Di tingkat internasional, sepanjang tahun 2024 tercatat 297.434 penempatan Pekerja Migran Indonesia (PMI) ke berbagai negara (Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia, 2025). Dengan angka yang cukup besar ini, perpindahan tentu saja tidak selalu diikuti oleh pasangan dan anak-anak mereka.

Ketika sepasang suami-istri menjalani LDM, maka kehidupan pernikahan mereka berjalan dalam kondisi yang berbeda dari pasangan suami-istri pada umumnya. Komunikasi yang sebelumnya dilakukan secara tatap muka, sekarang harus dilakukan melalui media digital, seperti hanya dengan pesan teks, telepon hingga *video call*. Selain itu, kebersamaan fisik yang biasanya menjadi bagian dari keseharian harus digantikan juga dengan kehadiran virtual yang terbatas jarak, waktu dan koneksi. Dalam menjalani kondisi ini, pasangan LDM biasanya menyesuaikan berbagai cara untuk menjaga hubungan agar tetap dekat, seperti dengan membuat jadwal komunikasi secara rutin, membangun kebiasaan bersama walaupun dari jauh hingga menyepakati ekspektasi dan batasan yang realistis dalam hubungan mereka (Suci R.R & Muslimin, 2025). Namun, proses menjalani LDM

tidak selalu berjalan mulus. Keterbatasan dan kurangnya interaksi tatap muka rentan mengurangi kedekatan emosional dan keintiman fisik, sementara komunikasi yang banyaknya dilakukan melalui media digital terkadang menimbulkan kesalahpahaman karena perasaan atau konteks emosional yang tidak selalu tersampaikan dengan jelas hanya dalam pesan tertulis (Rahmah et al., 2020). Rasa kesepian, kecemasan akan ketidaksetiaan, serta beban mengelola rumah tangga secara langsung juga dapat menjadi tekanan nyata yang dihadapi pasangan LDM (Isye Junita Melo et al., 2024).

Kemampuan pasangan LDM untuk bertahan dan menjaga kualitas hubungannya sangat bergantung pada banyak faktor. Johnson et al. (2022) menemukan bahwa komunikasi yang berkualitas menjadi fondasi utama. Pola komunikasi yang positif terbukti meningkatkan kualitas hubungan, sementara komunikasi yang buruk justru akan mengurangi kepuasan secara perlahan. Selain komunikasi, kepercayaan juga berperan penting dalam hubungan jarak jauh. Hal ini dikarenakan jarak yang memisahkan mereka untuk saling menjaga satu sama lain, maka kepercayaan merupakan salah satu faktor penting yang memungkinkan pasangan jarak jauh untuk mempertahankan rumah tangga mereka (Selsatanzia et al., 2023). Temuan Sadia et al. (2025) turut menegaskan bahwa kepercayaan berperan sebagai mediator antara jarak fisik dan kepuasan pernikahan, sementara resiliensi individu berfungsi sebagai moderator yang memperkuat hubungan tersebut. Komitmen yang kuat juga dapat membantu pasangan tetap mempertahankan hubungan dengan baik selama masa ‘berpisah’ tanpa penurunan kepuasan yang berarti (Falah, 2022). Kemudian yang tidak kalah penting, kemampuan pasangan dalam mengembangkan strategi koping yang adaptif, menyesuaikan diri secara emosional dan mengelola tekanan jarak juga dapat menentukan hubungan LDM ini akan dijalankan sebagai beban atau sebagai tujuan jangka panjang yang bisa dilewati bersama (Kurniady & Firman, 2024). Di sisi lain, konflik antara tuntutan pekerjaan dan peran keluarga, serta ada atau tidaknya dukungan sosial dari lingkungan sekitar, juga ikut memengaruhi dinamika hubungan pasangan LDM (Chrisseyaningtyas & Huwae, 2026).

Dampak dari kondisi LDM terhadap kualitas hubungan pernikahan dapat bersifat dua arah. Di satu sisi, keterpisahan fisik dapat memperlemah keintiman, merasa kesepian hingga menciptakan tekanan peran yang berat bagi pasangan yang ditinggalkan (Bazani et al., 2022). Di sisi lain, LDM tidak selalu membuat pasangan mengalami penurunan kualitas hubungan karena justru sejumlah penelitian menunjukkan bahwa ada pasangan yang menjadi lebih menghargai satu sama lain dan memiliki komitmen yang semakin kuat karena harus menjalani kehidupan secara terpisah (Arfensia et al., 2021). Kondisi ini menunjukkan bahwa kepuasan dalam LDM ini dapat berubah-ubah seiring waktu dan kondisi. Biasanya kepuasan cenderung akan meningkat ketika pasangan dapat bertemu secara langsung dan menurun ketika mereka harus berpisah kembali, sehingga membentuk siklus perpisahan dan pertemuan yang terus berulang (Geong & Wedyorini, 2025). Temuan-temuan inilah yang menunjukkan kompleksitas dinamika hubungan pada pasangan LDM.

Oleh karena itulah kepuasan pernikahan menjadi variabel yang penting untuk dipahami. Walaupun kepuasan pernikahan sebagai penilaian subjektif individu terhadap kualitas hubungan pernikahannya yang dipengaruhi oleh berbagai faktor (Ulviani et al., 2024). Tingkat kepuasan ini tidak terbentuk sekali dan menetap pada pasangan LDM, tetapi terus berubah seiring dengan cara mereka beradaptasi dari waktu ke waktu. Meskipun penelitian mengenai kepuasan pernikahan pada pasangan LDM sudah cukup banyak dilakukan, kajian yang secara khusus menelusuri dinamika perubahan kepuasan tersebut secara sistematis masih terbatas (Sarwar et al., 2025). Keterbatasan ini tampak dari desain penelitian terdahulu yang sebagian besar masih bersifat korelasional atau deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional* terlihat pada Tashkeh et al. (2024), sehingga belum menangkap bagaimana kepuasan pernikahan pasangan LDM berubah dari waktu ke waktu. Pola serupa juga terlihat baik pada Manullang (2021) yang mengukur kepuasan pernikahan hanya pada satu titik waktu tanpa melihat dinamikanya, maupun pada Kurniady dan Taufik (2022) dengan desain yang sebanding. Di samping keterbatasan desain tersebut, sebagian besar penelitian juga masih berfokus pada satu atau dua faktor tunggal secara terpisah, seperti keterbukaan diri, religiusitas, atau dukungan keluarga, tanpa melihat bagaimana faktor-faktor tersebut sesungguhnya saling berkaitan, sehingga integrasi antara faktor dalam satu kerangka kajian yang menyeluruh masih jarang dilakukan. Sementara itu, kajian pustaka yang telah ada mengenai topik ini, seperti yang dilakukan Martini dan Wilani (2025), masih bersifat *narrative review* dan belum menggunakan pendekatan *systematic review* dengan prosedur yang terstruktur untuk secara khusus menggambarkan dinamika

perubahan kepuasan pernikahan pada pasangan LDM. Masih banyak faktor individual dan kontekstual, seperti dukungan keluarga besar, kondisi ekonomi, dan nilai-nilai spiritual, yang belum terintegrasi secara menyeluruh dalam kajian mengenai kualitas hubungan pasangan LDM (Rosyadi. B. R et al., 2022). Berdasarkan kesenjangan tersebut, maka penelitian ini menawarkan sintesis konseptual yang mengintegrasikan faktor intrapersonal, interpersonal, sosial, dan kontekstual dalam menjelaskan dinamika kepuasan pernikahan pada pasangan LDM.

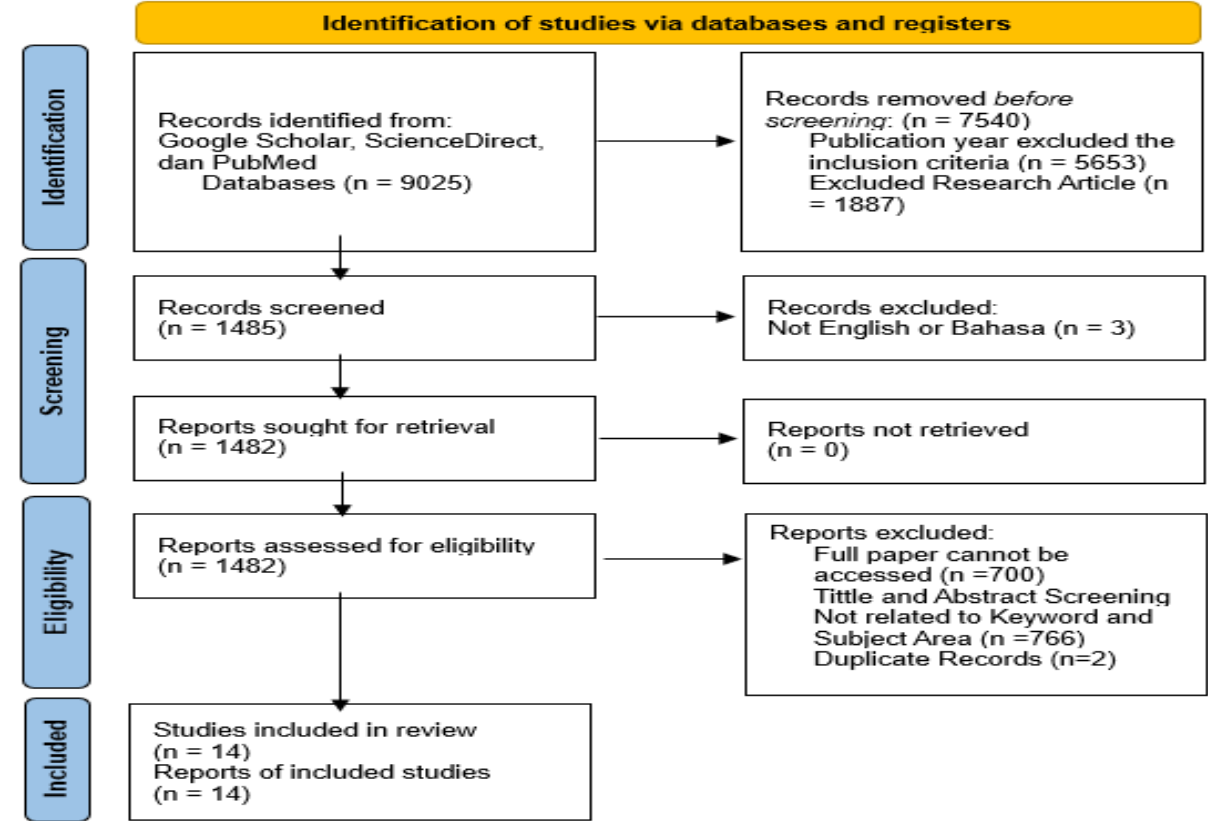
METODE PENELITIAN

Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) yang dilakukan secara sistematis dan terstruktur untuk mengumpulkan berbagai hasil penelitian terkait kepuasan pernikahan pada *Long Distance Marriage* (LDM). Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai bagaimana kepuasan pernikahan pada pasangan jarak jauh yang sudah menikah. Proses penyusunan dan seleksi artikel mengacu pada pedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) untuk menjaga transparansi, konsistensi dan kejelasan pada setiap tahapan pemilihan literatur.

Penelusuran artikel dilakukan secara elektronik melalui beberapa database ilmiah, yaitu Google Scholar, ScienceDirect, dan PubMed. Selain itu, ResearchGate digunakan sebagai sumber tambahan untuk memperoleh artikel full-text yang tidak tersedia secara langsung pada database utama. Artikel yang dikutipsertakan merupakan artikel yang dipublikasikan pada rentang tahun 2021-2026. Kata kunci yang digunakan disusun menggunakan strategi operator Boolean. Kata kunci yang digunakan adalah “kepuasan pernikahan” OR “*marital satisfaction*” OR “*marriage satisfaction*” AND “*long distance marriage*” OR “pasangan jarak jauh” OR “pernikahan jarak jauh”.

Artikel yang diperoleh kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan sebelum proses pencarian dilakukan. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi artikel empiris yang telah melalui proses *peer-review* pada rentang tahun 2021–2026, tersedia dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris, melibatkan partisipan pasangan menikah yang menjalani long distance marriage (LDM), serta mengukur kepuasan pernikahan (*marital satisfaction*) sebagai variabel penelitian. Adapun kriteria eksklusi mencakup artikel *literature review*, *conference paper*, tesis, disertasi, *opinion paper*, serta *duplicate study* yang ditemukan pada lebih dari satu database.

Pada tahap ekstraksi data, dilakukan oleh satu peneliti untuk menjaga konsistensi dalam penilaian dan pencatatan data. Namun, dalam prosesnya, tetap melibatkan seluruh anggota dengan melakukan diskusi guna memperoleh pemahaman yang sama serta memastikan kesesuaian data yang dikumpulkan dengan tujuan penelitian. Pada proses identifikasi ditemukan sebanyak 9025 artikel dari seluruh database yang digunakan. Sebanyak 7540 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria tahun publikasi maupun bukan artikel penelitian yang sesuai, sehingga tersisa 1485 artikel untuk dilakukan proses *screening*. Tahap *screening* dilakukan melalui penyesuaian judul dan abstrak dengan fokus penelitian. Pada tahap ini, sebanyak 3 dieliminasi karena tidak berbahasa Inggris atau Indonesia. Selanjutnya tahap *eligibility* dengan 700 dieliminasi karena tidak *full text*, 766 artikel dieliminasi karena tidak berkaitan dengan kata kunci hingga bidang kajian yang ditentukan serta 2 artikel karena adanya duplikasi hasil temuan. Setelah seluruh tahapan seleksi dilakukan, diperoleh 14 artikel yang dinyatakan memenuhi seluruh kriteria inklusi sebagai sumber data dalam kajian literatur ini. Alur lengkap proses seleksi artikel disajikan dalam bagan PRISMA berikut:



Gambar 1. Alur PRISMA

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian dan seleksi artikel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan, diperoleh empat belas artikel yang relevan untuk mengkaji dinamika yang berkaitan dengan kepuasan pernikahan pada pasangan Long Distance Marriage (LDM). Artikel yang dianalisis berasal dari penelitian Tashkeh et al., (2024), Afdal et al., (2022), Manullang (2021), Anisah et al., (2023), Mongdong & Kusumiati (2023), Chrys & Soetjiningasih (2022), Julistia et al., (2025), Pratiwi & Mukhoyyaroh (2023), Firmanto & Pertiwi (2023), Kurniady & Taufik (2022), Hermansyah & Nabella (2023), Fitriani et al., (2024), Trijanti et al., (2025), serta Febryani et al., (2025). Keempat belas artikel ini membahas dinamika kepuasan pernikahan pada pasangan LDM dari berbagai perspektif dan fokus penelitian. Hasil analisis menemukan sebelas penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif, dua penelitian dengan pendekatan kualitatif dan satu penelitian menggunakan metode campuran (*mixed methods*). Berikut ringkasan karakteristik artikel yang dianalisis disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. List of articles used in reviews

No	Author (Year)	Judul & Jurnal	Desain Penelitian	Partisipan	Country	Metode Pengambilan Data	Variabel Utama	Kualitas Studi
1	Tashkeh et al. (2024)	Examining validity of adaptive model of sustaining behaviors in LDR. - Acta Psychologica, 250, 104489.	Kuantitatif korelasional (CFA-DWLS)	366 pasangan LDR, usia 18-57 tahun	Iran. Konteks budaya: religiusitas dibahas eksplisit	Survei online via Google Forms	Mindfulness, fungsi seksual, religiusitas, dukungan sosial online	Tinggi, sampel (N=366), desain CFA-DWLS dengan model CFI=0,934, instrumen tervalidasi.
2	Afdal et al. (2022)	Satisfaction of long distance marriage couple. - ENLIGHTEN: Jurnal BK Islam, 5(1).	Kualitatif deskriptif	4 ibu rumah tangga LDM > 1 tahun	Indonesia. Konteks sosial subjek yang tidak puas melihat tetangga hingga	Observasi & wawancara semi-struktur	Komunikasi, manajemen konflik, ekonomi, kehadiran fisik pasangan	Memadai, sampel (N=4) desain kualitatif deskriptif, tidak bisa digeneralis,

					muncul kerinduan kebersamaan			sesuai eksplorasi mendalam
3	Manullang, O. C. (2021).	Keterbukaan diri dengan kepuasan pernikahan pada pasangan pernikahan jarak jauh. - Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 9(3), 667-675.	Kuantitatif korelasional	100 orang yang menjalani pernikahan jarak jauh (LDM).	Indonesia, Kalimantan Timur. Tidak disebutkan konteks budaya spesifik	Skala kepuasan pernikahan dan keterbukaan diri.	Self-disclosure dan kepuasan pernikahan	Memadai, sampel cukup (N=100), desain korelasional, instrumen skala baku
4	Anisah, L., Safitri, C. M. T., & Kusuma, H. S. (2023).	Kepuasan pernikahan dan conflict resolution pada pasangan long distance marriage. - Journal on Education, 5(3), 6837-6847.	Kuantitatif korelasional	N=66 responden kriteria: laki-laki/perempuan, usia <40 tahun, menjalani LDM.	Indonesia. Tidak disebutkan konteks budaya spesifik	Skala Kepuasan Pernikahan & Skala conflict resolution	Kepuasan pernikahan dan conflict resolution	Memadai, sampel cukup (N=66), desain korelasional, namun kekuatan hubungan lemah (sumbangan efektif hanya 6,1%).
5	Mongdong, E. H. P., & Kusumiyati, R. Y. (2023)	Perbedaan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh Ditinjau dari Keberadaan Anak. - Philanthropy: Journal of Psychology Volume 7, No. 1, Hal. 1 – 15	Kuantitatif komparatif (cross-sectional)	N=87 pasangan menikah dari suku Minahasa (44 memiliki anak, 43 tidak memiliki anak); karakteristik suami/istri yang menjalani hubungan jarak jauh	Indonesia, suku Minahasa. Konteks budaya partisipan eksplisit berdasarkan suku	ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS) (Fowers & Olson, 1993)	Kepuasan pernikahan ditinjau dari keberadaan anak	Memadai, sampel cukup (N=87), desain komparatif cross-sectional, menggunakan instrumen baku
6	Chrys, M. S., & Soetjningsih, C. H. (2022)	Religiusitas dan Kepuasan Pernikahan Pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh di Desa Jumo Kabupaten Temanggung. - Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia, 7(3), 1–10.	Kuantitatif korelasional	Partisipan 40 istri yang menjalani pernikahan jarak jauh di desa Jumo kabupaten Temanggung	Indonesia, Desa Jumo, Kabupaten Temanggung. Konteks budaya religiusitas sebagai sumber ketenangan batin istri di desa ini	Skala religiusitas dan skala kepuasan pernikahan	Religiusitas dan kepuasan pernikahan	Terbatas, sampel kecil (N=40) dan spesifik satu lokasi desa, desain korelasional, generalisasi terbatas.
7	Julistia et al. (2025)	Kepuasan Pernikahan yang Menjalani Long Distance Marriage. - Jurnal Diversita, 11(2).	Kuantitatif deskriptif	385 pasangan LDM	Indonesia. Konteks budaya laki-laki dalam budaya Indonesia	Skala Kepuasan Pernikahan (Fowers & Olson)	Aktivitas bersama, komunikasi, durasi LDM, perbedaan gender	Tinggi, sampel terbesar (N=385), desain deskriptif kuantitatif, menggunakan instrumen baku
8	Pratiwi, N. A., & Mukhoyyaroh, T. (2023)	Love and Distance: Unveiling the Influence of Self-Disclosure, Gratitude, and Marital Satisfaction Among Military Wives. - Jurnal Psikologi Terapan, 7(1), 13-18.	Kuantitatif korelasional	350 istri anggota militer yang menjalani long-distance marriage (LDM) di Surabaya.	Indonesia, Surabaya. Konteks institusional partisipan adalah istri anggota militer	ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMS), Revised Self-Disclosure Scale (RSDS), dan Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6).	Self-disclosure, gratitude, dan kepuasan pernikahan	Tinggi, sampel besar (N=350), desain korelasional, menggunakan tiga instrumen baku sekaligus, kontribusi R ² =0,750.
9	Firmanto & Pertiwi (2023)	Pengungkapan diri dan kepuasan pernikahan pada LDM couples. - Psychopolytan, 7(1).	Kuantitatif korelasional	100 individu LDM	Indonesia. Tidak disebutkan konteks budaya spesifik	MSDQ & ENRICH Marital Satisfaction Scale	Self-disclosure (pengungkapan diri)	Memadai, sampel cukup (N=100), desain korelasional, menggunakan dua instrumen baku

10	Kurniady, D., & Taufik, T. (2022)	Hubungan antara Komitmen Pernikahan Istri Pasangan Domisili Jarak Jauh. - Jurnal Neo Konseling, 4(4).	Kuantitatif korelasional	37 orang istri yang menjalani LDM. Usia pernikahan 6 bulan - 10 tahun & LDM dalam rentang waktu bisa bertemu dengan pasangan 6 bulan-1 Tahun	Indonesia. Tidak disebutkan konteks budaya spesifik	Skala komitmen pernikahan dan skala kepuasan pernikahan.	Komitmen pernikahan dan kepuasan pernikahan	Terbatas, sampel kecil (N=37), desain korelasional, generalisasi perlu kehati-hatian.
11	Hermansyah & Nabella (2023)	Marriage satisfaction in early adult women in LDM. - Jurnal Psikologi Udayana, 10(2).	Kualitatif fenomenologi	2 perempuan dewasa awal, 22-39 th	Indonesia. Metode wawancara dilakukan melalui Instagram, indikasi konteks komunikasi digital	Wawancara mendalam (Instagram)	Understanding, komunikasi positif, kebutuhan materi & psikologis, responsible love	Terbatas, sampel (N=2), desain kualitatif fenomenologis, tidak dapat digeneralisasi namun memberikan kedalaman pengalaman subjektif.
12	Fitriani, A., Rasyidin, Y., Irawan, Y., & Sawitri, D. (2024)	Marriage Satisfaction in Long-Distance: The Role of Trust and Family Support in Early Adult Couples. - Jurnal Hawa: Studi Pengarus Utamaan Gender dan Anak, Vol. 6(2), hlm. 129-136	Kuantitatif korelasional	73 laki-laki dewasa awal usia 18-40 tahun aktif menjalani LDM, berdomisili di Desa Banyumas, Kabupaten Pringsewu; usia terbanyak 21-25 tahun	Indonesia, Desa Banyumas, Kabupaten Pringsewu.	Skala kepuasan pernikahan, skala trust dan skala dukungan keluarga	Trust, dukungan keluarga, dan kepuasan pernikahan	Memadai, sampel cukup (N=73), desain korelasional dengan tiga skala, namun temuan trust kontradiktif memerlukan verifikasi lebih lanjut.
13	Triakanti, Hadis, F. A., & Rahardjo, W. (2025)	Kontribusi Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Suami yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh. - Ranah Research Journal of Multidisciplinary Research and Development, 8(1), 182-188.	Kuantitatif	150 suami yang menjalani hubungan pernikahan jarak jauh.	Indonesia. Tidak disebutkan konteks budaya spesifik	Skala dukungan sosial keluarga dan skala kepuasan pernikahan.	Dukungan sosial keluarga dan kepuasan pernikahan (perspektif suami)	Memadai, sampel cukup (N=150), desain kuantitatif, effect size besar (f-square = 0,402).
14	Febryani et al. (2025)	Marital Satisfaction of Pastors in LDM: Self-compassion & Spousal Social Support. - BCP, 7(2).	Kuantitatif	100 pendeta GPIB, 19 provinsi	Indonesia, 19 provinsi. Konteks keagamaan partisipan adalah pendeta GPIB	Kuesioner online	Self-compassion dan dukungan sosial pasangan	Memadai, sampel cukup (N=100) dari 19 provinsi, desain kuantitatif, namun terbatas pada satu gereja (GPIB).

Berdasarkan analisis terhadap empat belas artikel di atas, ditemukan temuan utama beberapa artikel tersebut pada Tabel 2.

Tabel 2. Temuan utama dari artikel-artikel yang dianalisis

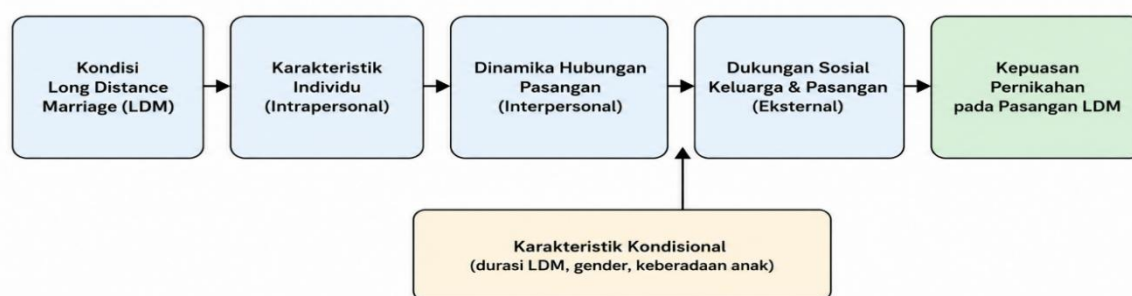
Author (Year)	Variabel/Temuan Utama	Hasil Signifikan	Tema	Subtema	Sintesis
Tashkeh et al. (2024)	<i>Relationship mindfulness, religious communication, sexual function</i>	<i>Mindfulness & religious communication</i> memprediksi kepuasan & keintiman secara positif. Dukungan sosial online tidak signifikan (CFI=0.934).	Karakteristik Individu (Intrapersonal)	Mindfulness & religiusitas	Mindfulness dan komunikasi religius bersama pasangan memprediksi kepuasan & keintiman; namun praktik ibadah formal yang dijalankan sendiri-sendiri justru berkorelasi negatif.

Afdal et al. (2022)	Komunikasi, manajemen konflik, ekonomi, kehadiran fisik pasangan	3 dari 4 subjek puas; 1 tidak puas karena rindu kebersamaan fisik dengan pasangan.	Gambaran Umum Kepuasan Pernikahan	Pengalaman subjektif kepuasan	Mayoritas subjek merasa puas ketika mampu berkomunikasi efektif & mengelola ekonomi mandiri; kerinduan akan kebersamaan fisik menjadi sumber utama ketidakpuasan.
Manullang, O. C. (2021).	<i>Self-disclosure</i> (keterbukaan diri) dan kepuasan pernikahan	Terdapat hubungan positif yang kuat antara keterbukaan diri dan kepuasan pernikahan pada pasangan LDM ($r = 0,726$; $p = 0,000$). Semakin tinggi keterbukaan diri, semakin tinggi kepuasan pernikahan.	Dinamika Hubungan Pasangan (Interpersonal)	Self-disclosure	Keterbukaan diri menunjukkan korelasi positif terkuat dengan kepuasan pernikahan di antara seluruh studi yang dikaji.
Anisah, L., Safitri, C. M. T., & Kusuma, H. S. (2023).	Kepuasan pernikahan dan <i>conflict resolution</i>	Terdapat hubungan positif dan signifikan antara kepuasan pernikahan dan kemampuan penyelesaian konflik pada pasangan LDM ($R_{xy} = 0,246$; $p = 0,046$). Semakin tinggi kepuasan pernikahan, semakin baik resolusi konflik.	Dinamika Hubungan Pasangan (Interpersonal)	Resolusi konflik	Kepuasan pernikahan berhubungan positif dengan kemampuan resolusi konflik konstruktif, meski sumbangan efektifnya relatif kecil.
Mongdong, E. H. P., & Kusumiyati, R. Y. (2023)	Kepuasan pernikahan dan keberadaan anak	Tidak ditemukan perbedaan kepuasan pernikahan antara pasangan LDM yang memiliki anak dan yang belum memiliki anak ($p = 0,524 > 0,05$).	Pengaruh Kondisional & Karakteristik LDM	Keberadaan anak	Tidak ditemukan perbedaan signifikan kepuasan pernikahan antara pasangan LDM yang memiliki anak dan yang belum.
Chrys, M. S., & Soetjningsih, C. H. (2022)	Religiusitas dan kepuasan pernikahan	Religiusitas berhubungan positif dengan kepuasan pernikahan pada istri yang menjalani LDM ($r = 0,448$; $p = 0,002$). Religiusitas memberikan kontribusi efektif sebesar 20,1% terhadap kepuasan pernikahan.	Karakteristik Individu (Intrapersonal)	Religiusitas	Religiusitas berfungsi sebagai sumber ketenangan batin yang membantu istri memaknai keterpisahan dan menumbuhkan kepercayaan pada pasangan.
Julistia et al. (2025)	Aktivitas bersama, komunikasi, durasi LDM, perbedaan gender	49,6% kepuasan tinggi; komunikasi dimensi terendah (26%); perempuan lebih puas dari laki-laki.	Gambaran Umum & Pengaruh Kondisional	Aktivitas bersama, gender, durasi LDM	Aspek aktivitas bersama paling memuaskan sementara komunikasi paling lemah; perempuan cenderung lebih puas dan durasi LDM panjang dapat menguatkan atau melemahkan kepuasan.
Pratiwi, N. A., & Mukhoyyaroh, T. (2023)	<i>Self-disclosure</i> , dan <i>gratitude</i> , dan kepuasan pernikahan	<i>Self-disclosure</i> dan rasa syukur (<i>gratitude</i>) memberikan pengaruh positif terhadap kepuasan pernikahan. Komunikasi terbuka dan apresiasi terhadap pasangan membantu meningkatkan keharmonisan pernikahan LDM.	Karakteristik Individu & Hubungan Pasangan	Gratitude & self-disclosure	Self-disclosure dan gratitude secara bersama menjelaskan 75% varians kepuasan pernikahan istri militer.
Firmanto & Pertiwi (2023)	<i>Self-disclosure</i> (pengungkapan diri)	<i>Self-disclosure</i> prediktor signifikan kepuasan pernikahan ($\beta = 0,574$; $p = 0,000$).	Dinamika Hubungan Pasangan (Interpersonal)	Self-disclosure	Self-disclosure menjadi prediktor signifikan kepuasan pernikahan, menegaskan konsistensi temuan lintas studi.
Kurniady, D., & Taufik, T. (2022)	Komitmen pernikahan dan kepuasan pernikahan	Terdapat hubungan positif yang signifikan antara komitmen pernikahan dan kepuasan pernikahan pada istri pasangan LDM ($r = 0,586$; $p = 0,000$).	Dinamika Hubungan Pasangan (Interpersonal)	Komitmen pernikahan	Komitmen tinggi berkorelasi positif dengan kepuasan, namun berfungsi sebagai fondasi dan tidak otomatis menjamin kepuasan tinggi.
Hermansyah & Nabella (2023)	<i>Understanding</i> , komunikasi positif, kebutuhan materi & psikologis, <i>responsible love</i>	Lima tema kepuasan ditemukan: pemahaman bersama, komunikasi bermakna, pemenuhan kebutuhan, kepercayaan, komitmen setia.	Gambaran Umum & Hubungan Pasangan	Pemaknaan kualitatif (5 tema)	Kepuasan dibentuk oleh <i>understanding</i> , komunikasi bermakna, pemenuhan kebutuhan materi & psikologis, serta <i>responsible love</i> .
Fitriani, A., Rasyidin, Y., Irawan, Y., & Sawitri, D. (2024)	<i>Trust</i> , dukungan keluarga, dan kepuasan pernikahan	Ditemukan hubungan yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Dukungan keluarga berkontribusi positif, sedangkan variabel <i>trust</i> menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan kepuasan pernikahan.	Dukungan Keluarga dan Sosial (Eksternal)	Trust & dukungan keluarga	Dukungan keluarga berkontribusi positif, tetapi <i>trust</i> justru berhubungan negatif—temuan kontradiktif yang perlu dipahami secara kontekstual budaya.
Trikanti, Hadis, F. A., & Rahardjo, W. (2025)	Dukungan sosial keluarga dan kepuasan pernikahan	Dukungan sosial keluarga berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan pernikahan pada suami yang menjalani LDM ($\beta = 0,535$; $p = 0,000$). Semakin tinggi dukungan keluarga, semakin tinggi kepuasan pernikahan.	Dukungan Keluarga dan Sosial (Eksternal)	Dukungan sosial keluarga (suami)	Dukungan sosial keluarga berpengaruh besar dan signifikan terhadap kepuasan pernikahan suami yang menjalani LDM.

Febryani et al. (2025) 14	<i>Self-compassion</i> , dukungan sosial pasangan	Dukungan sosial pasangan lebih dominan dari <i>self-compassion</i> dalam memprediksi kepuasan pernikahan.	Dukungan Keluarga dan Sosial (Eksternal)	Dukungan pasangan & <i>self-compassion</i>	Dukungan sosial pasangan terbukti lebih dominan dibandingkan <i>self-compassion</i> dalam memprediksi kepuasan pernikahan.
------------------------------	---	---	--	--	--

Hasil sintesis terhadap 14 artikel menunjukkan kepuasan pernikahan pada pasangan yang menjalani *Long Distance Marriage* (LDM) tergambar sebagai fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh banyak faktor secara bersamaan. Berdasarkan analisis isi terhadap fokus kajian, variabel utama dan temuan masing-masing penelitian, hasil sintesis dapat dijelaskan dengan lima temuan utama. Temuan pertama yang menjelaskan dinamika kepuasan pernikahan pasangan LDM secara umum dijelaskan bersamaan pada penelitian Julistia et al. (2025), Afdal et al. (2022) dan Hermansyah dan Nabella (2023) yang berfokus pada tingkat kepuasan pernikahan dan pengalaman pasangan. Temuan kedua yang menjelaskan *mindfulness*, religiusitas, gratitude, fungsi seksual, dan *self-compassion* pada penelitian Taskeh et al. (2024), Chrys dan Soetjningsih (2022), Pratiwi dan Mukhoyyaroh (2023) serta Febryani et al. (2025) mengarah kepada satu dimensi personal atau intrapersonal suatu individu. Temuan ketiga yang menjelaskan self-disclosure, komunikasi, resolusi konflik, komitmen, kepercayaan, dan kualitas interaksi pasangan pada penelitian Manullang (2021), Firmanto dan Pertiwi (2023), Pratiwi dan Mukhoyyaroh (2023), Anisah et al. (2023), Kurniady dan Taufik (2022) mengarah kepada dimensi relasional atau interpersonal pasangan. Temuan keempat dengan dukungan keluarga, dukungan sosial pasangan, dan dukungan dari lingkungan sekitar pada penelitian Fitriani et al. (2024), Trikanti et al. (2025), dan Febryani et al. (2025) mengarah kepada bagaimana dukungan sosial dan lingkungan pasangan. Temuan terakhir dengan cakupan keberadaan anak, durasi menjalani LDM, perbedaan gender, serta kondisi spesifik hubungan jarak jauh pada penelitian Mongdong dan Kusumiati (2023) dan Julistia et al. (2025) mengarah kepada situasi kondisional dan karakteristik LDM itu sendiri. Temuan-temuan ini kemudian didukung oleh penelitian sebelumnya Martini & Wilani (2025) yang menemukan bahwa dinamika kepuasan pernikahan dapat dijelaskan melalui faktor personal, komunikasi interpersonal, hubungan keluarga serta sosial.

Proses pembentukan kelima temuan tersebut dilakukan melalui pendekatan thematic synthesis mengacu pada tahapan yang dijelaskan Thomas & Harden (2008) dalam tiga tahap. Pertama, line-by-line coding, yaitu pengkodean terbuka terhadap variabel, hasil signifikan, dan temuan kunci pada setiap artikel. Kedua, pengelompokan kode-kode tersebut ke dalam descriptive themes berdasarkan kemiripan fokus kajian dan variabel yang diteliti. Ketiga, pengembangan analytical themes yang menghasilkan lima temuan utama sebagaimana disajikan pada bagian ini. Melalui tahapan tersebut, kelima temuan disusun secara sistematis berdasarkan pengelompokan variabel dan hasil dari 14 artikel yang dianalisis. Hasil sintesis dapat digambarkan melalui model konseptual berikut yang menunjukkan alur keterkaitan antar temuan dalam menjelaskan dinamika kepuasan pernikahan pada pasangan LDM.



Gambar 2. Model Konseptual Dinamika Kepuasan Pernikahan pada Pasangan LDM

Gambaran Umum Kepuasan Pernikahan pada Pasangan LDM

Kepuasan pernikahan dapat dipahami sebagai penilaian subjektif individu terhadap kualitas hubungan pernikahannya yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Dalam konteks pasangan LDM, kepuasan pernikahan menjadi isu yang lebih kompleks daripada pasangan yang tinggal bersama atau non LDM karena dipengaruhi oleh tantangan khas, seperti ketidakhadiran fisik, kurangnya

kebersamaan, keterbatasan interaksi tatap muka dan tekanan peran yang harus dikelola secara mandiri oleh masing-masing pasangan. Hasil analisis review terhadap 14 artikel menunjukkan bahwa dinamika kepuasan pernikahan pasangan LDM menunjukkan dengan hasil yang beragam.

Temuan Julistia et al. (2025) dengan pendekatan kuantitatif deskriptif pada 385 responden pasangan LDM menemukan mayoritas responden (49,6%) berada pada kategori kepuasan pernikahan tinggi. Akan tetapi, menariknya pada aspek aktivitas bersama menjadi yang paling memuaskan (61,6% tinggi) walaupun aspek komunikasi justru menjadi yang paling lemah (26% rendah). Artinya pasangan LDM masih merasakan penting akan momen kebersamaan yang mereka habiskan, tetapi di sisi lain juga tetap kesulitan menjaga kualitas komunikasi sehari-hari. Lebih mendalam, Afdal et al. (2022) dengan pendekatan kualitatif pada empat ibu rumah tangga LDM menemukan bahwa tiga dari empat subjek merasa puas dengan pernikahan mereka. Tiga orang tersebut dijelaskan tetap mampu berkomunikasi secara efektif dengan pasangan, menyelesaikan konflik dengan baik, serta mengelola kondisi ekonomi rumah tangga secara mandiri. Akan tetapi, subjek keempat yang merasa tidak puas mengungkapkan adanya kerinduan yang mendalam pada kebersamaan fisik karena menyaksikan tetangga yang berkumpul bersama suami dan merasakan kekosongan yang tidak bisa digantikan hanya dengan komunikasi jarak jauh. Temuan ini menegaskan kembali bahwa kepuasan pernikahan dalam LDM sangat bergantung pada bagaimana individu memproses dan memaknai kondisi keterpisahan mereka.

Selanjutnya Hermansyah & Nabella (2023) dengan pendekatan fenomenologi pada dua wanita dewasa awal yang menjalani LDM berhasil menemukan lima tema yang membentuk pengalaman kepuasan pernikahan mereka, yaitu understanding, komunikasi yang bermakna, pemenuhan kebutuhan materi, pemenuhan kebutuhan psikologis, dan responsible love atau cinta yang bertanggung jawab. Kelima tema ini memperlihatkan bahwa kepuasan pernikahan dalam LDM tidak hanya sesederhana soal seberapa sering pasangan berkomunikasi atau bertemu, tetapi lebih pada kualitas, kedalaman hingga kebermaknaan hubungan. Secara keseluruhan, gambaran umum yang muncul bahwa dinamika kepuasan pernikahan pada pasangan khususnya dengan LDM tidak hanya ditentukan oleh komunikasi yang baik atau tidak adanya konflik, tetapi seberapa baik pasangan dapat mengelola faktor-faktor kunci dalam pernikahan mereka dengan tetap saling terhubung secara emosional dan komitmen meski dalam keterbatasan fisik dan jarak.

Peran Karakteristik Individu dalam Membentuk Kepuasan Pernikahan

Karakteristik individu mengacu kepada kualitas-kualitas dan sumber daya yang ada di dalam individu itu sendiri. Hal ini bukan hanya mengenai cara interaksi ke pasangan, tetapi kondisi batin, orientasi nilai dan kapasitas psikologis yang ia bawa ke dalam pernikahan. Tashkeh et al. (2024) menguji model adaptif sustaining behaviors pada 366 pasangan LDR yang sudah menikah di Iran. Dari empat dimensi yang diuji, yaitu mindfulness, fungsi seksual, religiusitas, dan dukungan sosial online, ditemukan bahwa mindfulness dan komunikasi religius atau marital sanction terlihat sebagai prediktor yang paling kuat terhadap kepuasan dan keintiman pernikahan. Akan tetapi yang menarik, religious practice atau ibadah formal justru malah berkorelasi negatif dengan kepuasan dan keintiman pernikahan ($\beta = -0,27$; $p < 0,001$). Temuan yang terlihat kontradiktif ini bisa dipahami jika kita melihat konteks LDM dengan rutinitas ibadah yang dijalankan masing-masing secara terpisah bisa justru mengingatkan pasangan pada ketidakhadiran satu sama lain. Sementara komunikasi yang bernilai religius bersama pasangan seperti saling mendoakan, berbagi refleksi keimanan atau harapan dan komitmen dengan landasan agama, justru memperkuat rasa kesatuan dan koneksi emosional di antara mereka dengan paham bahwa menikah adalah ibadah terpanjang seumur hidup.

Kemudian diperkuat oleh Chrys & Soetjningsih (2022) meneliti hubungan antara religiusitas dan kepuasan pernikahan pada 40 istri yang menjalani LDM di Desa Jumo, Kabupaten Temanggung. Hasilnya menunjukkan korelasi positif yang signifikan ($r = 0,448$; $p = 0,002$) dengan religiusitas berkontribusi sebesar 20,1% terhadap kepuasan pernikahan. Dalam konteks LDM, religiusitas dapat berfungsi sebagai sumber ketenangan batin yang membantu istri menerima kondisi keterpisahan, memaknai perjuangan sebagai ibadah yang sakral dan harus dijaga kemudian menemukan kekuatan untuk bertahan. Selain itu, religiusitas juga dapat membantu istri dalam meredakan kecemasan hingga rasa curiga terhadap pasangan karena kepercayaan kepada Tuhan juga ikut menumbuhkan kepercayaan kepada pasangannya.

Selanjutnya Pratiwi & Mukhoyyaroh (2023) pada 350 istri anggota militer yang menjalani LDM di Surabaya menambahkan faktor lain yang tidak kalah penting, yaitu rasa syukur atau gratitude yang secara positif memengaruhi kepuasan pernikahan. Studi menunjukkan bahwa self-disclosure dan gratitude secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 75% terhadap kepuasan pernikahan ($R^2 = 0,750$; $p = 0,000$). Artinya lebih dari setengah kepuasan pernikahan istri militer dalam kondisi LDM dapat dijelaskan oleh dua variabel ini, istri yang terbiasa mengungkapkan diri dengan terbuka sekaligus mampu mensyukuri kondisi pernikahannya cenderung memiliki kepuasan yang jauh lebih tinggi. Gratitude dalam konteks ini bukan sebagai pasif menerima kondisi, tetapi kemampuan untuk mengenali dan menghargai hal-hal positif dari pasangan dan hubungan yang sedang dijalani, seperti kesetiaan, dukungan hingga komitmen. Apresiasi sekecil apapun yang diungkapkan kepada pasangan ternyata mampu menciptakan ikatan emosional yang signifikan dalam konteks pernikahan LDM. Penelitian-penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi LDM yang tidak bisa dikontrol dari luar sebenarnya dapat dihadapi dengan kualitas internal batin individu untuk menentukan kepuasan pernikahan. Seseorang yang hadir dengan mindfull, bersyukur, dan memiliki landasan spiritualitas yang kuat akan memiliki kapasitas yang jauh lebih besar untuk bertahan hingga tumbuh dalam keterbatasan kondisi LDM.

Dinamika Hubungan Pasangan sebagai Penentu Kepuasan Pernikahan

Dinamika hubungan pasangan mengacu kepada kualitas interaksi dan relasional yang terjalin secara langsung antara pasangan. Dapat berupa keterbukaan, kepercayaan, komitmen hingga cara pasangan merespon satu sama lain. Tiga studi secara langsung meneliti peran self-disclosure atau keterbukaan diri terhadap kepuasan pernikahan LDM. Manullang (2021) pada 100 orang yang menjalani LDM di Kalimantan Timur menemukan korelasi positif yang kuat antara self-disclosure dan kepuasan pernikahan ($r = 0,726$; $p = 0,000$) menjadi salah satu nilai korelasi tertinggi. Kemudian diperkuat Firmanto & Pertiwi (2023) pada 100 individu LDM menunjukkan bahwa self-disclosure sebagai prediktor signifikan kepuasan pernikahan ($\beta = 0,574$; $p = 0,000$). Lebih lanjut Pratiwi & Mukhoyyaroh (2023) juga menemukan kontribusi positif self-disclosure terhadap kepuasan. Konsistensi temuan dari tiga penelitian yang berbeda ini menegaskan bahwa keterbukaan diri bukan hanya sebagai faktor pelengkap, tetapi dapat sebagai inti dari hubungan yang memuaskan dalam LDM. Artinya semakin terbuka seseorang kepada pasangannya, semakin tinggi pula kepuasan pernikahan yang dirasakannya. Hal ini dapat dijelaskan dengan sifat khas hubungan jarak jauh itu sendiri. Ketika pasangan tidak bisa saling melihat keseharian, tidak bisa membaca bahasa tubuh dan saling hadir secara fisik, maka ungkapan dari dalam diri menjadi satu-satunya sarana yang menghubungkan dua individu. Bukan hanya sekedar berbagi informasi sehari-hari, tetapi keberanian untuk bersedia berbagi perasaan terdalam, ketidakpastian, harapan, dan kekhawatiran mereka yang dalam suka ataupun duka. Ini justru akan membangun keintiman yang lebih dalam dibandingkan pasangan yang tinggal berdampingan tetapi saling menutup diri. Firmanto & Pertiwi (2023) menegaskan pengungkapan diri ini mencakup dimensi relasi, seksualitas, keuangan, dan keseimbangan keterbukaan antara pasangan. Keterbukaan yang paling berpengaruh bukan hanya pada seberapa sering, tetapi juga kedalaman dan keluasan.

Dalam setiap hubungan pernikahan yang menyatukan dua orang dalam satu hubungan tentu akan ada berbagai tantangan dalam menjalankan hubungan sehingga cara pasangan menyikapi suatu permasalahan menjadi sangat penting. Anisah et al. (2023) menemukan hubungan positif signifikan antara kepuasan pernikahan dan kemampuan resolusi konflik pada 66 pasangan LDM ($R_{xy} = 0,246$; $p = 0,046$) dengan sumbangan efektif 6,1%. Walaupun angka korelasinya relatif kecil, arah hubungannya jelas, yaitu semakin puas pasangan dengan pernikahannya, semakin baik pula kemampuan mereka dalam menyelesaikan konflik dan sebaliknya. Pasangan yang merasa puas dengan pernikahannya akan punya motivasi lebih besar untuk menyelesaikan konflik secara konstruktif seperti dengan berbicara terbuka, mendengarkan dan mencapai pemahaman bersama daripada membiarkannya berlarut-larut. Kemampuan menyelesaikan konflik dengan baik akan membangun rasa saling percaya dan kedekatan yang akhirnya meningkatkan kepuasan itu sendiri. Temuan ini penting karena menunjukkan bahwa konflik dalam LDM bukan pertanda hubungan yang buruk, tetapi hal yang wajar menjadi peluang untuk memperkuat ikatan jika dihadapi tepat.

Kemudian komitmen pernikahan juga menjadi hal yang tidak kalah penting untuk dibahas. Kurniady & Taufik (2022) pada 37 istri yang menjalani LDM menemukan hubungan positif yang signifikan antara komitmen pernikahan dan kepuasan pernikahan ($r = 0,586$; $p = 0,000$). Tingkat komitmen para istri dalam studi ini tergolong sangat tinggi (59,5%), tetapi kepuasan pernikahan mereka justru lebih banyak berada di kategori sedang (56,8%). Temuan ini menunjukkan komitmen yang kuat memang diperlukan, tetapi tidak mandiri otomatis menghasilkan kepuasan yang tinggi. Artinya komitmen diibaratkan sebagai fondasi yang menjaga agar hubungan tidak runtuh, tetapi tetap membutuhkan faktor pendukung lain untuk membuat rumah tangga terasa nyaman dan memuaskan. Dalam LDM, komitmen bukan hanya tentang kesetiaan, tetapi kesediaan untuk terus menjaga hubungan walau tidak bersama sehari-hari. Pasangan yang berkomitmen kuat memandang LDM sebagai fase sementara untuk perjalanan bersama yang lebih panjang, sehingga bukan sebagai kondisi permanen yang melemahkan ikatan. Komitmen membuat LDM bukan sekedar menyakitkan, tetapi memberi arah dan tujuan sehingga ketidaknyamanan jarak terasa bermakna.

Terakhir, studi Febryani et al. (2025) pada 100 pendeta GPIB yang menjalani LDM dari 19 provinsi di Indonesia menemukan dukungan sosial pasangan memberikan kontribusi yang lebih dominan terhadap kepuasan pernikahan dibandingkan self-compassion. Dukungan yang berasal langsung dari pasangan berupa perhatian, pengertian, dan dorongan emosional yang disampaikan terbukti lebih kuat dampaknya dibandingkan kemampuan seseorang untuk bersikap baik terhadap dirinya sendiri ketika menghadapi kesulitan. Walaupun sebenarnya self-compassion juga tetap menunjukkan peran positif dalam menjaga kepuasan pernikahan. Pada akhirnya, individu yang mampu menerima kondisi LDM tanpa terlalu menyiksa diri, bisa “mengampuni” dirinya sebagai pasangan saat merasa gagal dan melihat perjuangan mereka dalam perspektif yang lebih manusiawi juga bisa menjaga kestabilan emosinya hingga menjaga kepuasan pernikahan. Penelitian ini sebenarnya menegaskan pentingnya dua lapis dukungan dalam LDM, yaitu dukungan dari dalam diri dan pasangan hidup. Gambaran ini menunjukkan bahwa hubungan yang memuaskan dalam LDM tidak cukup mengandalkan aspek dalam diri, tetapi juga relasional. Pernikahan pada dasarnya adalah sebuah hubungan, kualitasnya sangat ditentukan oleh cara kedua pihak berinteraksi, berkomunikasi, dan membangun kepercayaan satu sama lain terlepas dari jarak yang memisahkan.

Dukungan keluarga dan Sosial sebagai Faktor Eksternal yang Mendukung Kepuasan pernikahan

Kepuasan pernikahan LDM tidak hanya dipengaruhi oleh faktor yang bersumber dari dalam diri individu dan hubungan antarpasangan saja, tetapi juga oleh tekanan dan sumber daya yang berasal dari lingkungan eksternal. Dalam konteks LDM, individu sering menghadapi beban ganda seperti mengurus rumah tangga sendirian, kerinduan, menghadapi ketidakpastian dan lainnya. Dalam hal ini dukungan dari lingkungan terdekat akan menjadi sangat krusial. Triakanti et al. (2025) pada 150 suami yang menjalani LDM menemukan bahwa dukungan sosial keluarga berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan pernikahan ($\beta = 0,535$; $p = 0,000$) dengan nilai f-square sebesar 0,402 yang masuk kategori besar. Artinya, semakin besar dukungan yang diterima seorang suami dari keluarganya selama menjalani LDM, semakin tinggi pula kepuasan pernikahannya. Ketika suami yang menjalani LDM mendapatkan dukungan dari keluarga, baik berupa dukungan emosional, informasi, instrumental maupun sosial, ia akan menjadi tidak merasa sendirian menghadapi masa berat ini. Dari sinilah peran keluarga dapat menjadi buffer yang menyerap beban psikologis yang tidak bisa ia tanggung sendiri. Namun, tambahan pada temuan Tashkeh et al. (2024) menemukan bahwa dukungan sosial online justru tidak signifikan.

Kemudian temuan Fitriani et al. (2024) cukup mengejutkan dan penting untuk ditinjau. Studi ini pada 73 pria dewasa awal yang menjalani LDM di Kabupaten Pringsewu menemukan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kepuasan pernikahan dengan kontribusi efektif (29,70%). Namun, hasil ini kontradiktif terhadap temuan variabel trust yang menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan kepuasan pernikahan ($r = -0,043$; $p = 0,003$). Temuan ini bertolak belakang dari mayoritas teori dan penelitian lain yang konsisten menempatkan kepercayaan sebagai komponen positif dan penting dalam hubungan. Fitriani et al. (2024) sendiri menjelaskan bahwa hasil ini kontras dan perlu dipahami secara kontekstual. Dapat dipahami dalam konteks budaya tertentu, kepercayaan yang terlalu tinggi tanpa disertai kontrol sosial dan komunikasi

aktif justru menciptakan kelalaian dalam menjaga hubungan. Kemudian situasi yang terlihat memang ada rasa percaya, tetapi tidak sepenuhnya puas dengan hubungan yang dijalankan. Kepercayaan yang terlalu tinggi itu justru menurunkan kewaspadaan dan motivasi untuk aktif memelihara hubungan dan menghindari konflik, tetapi tidak dapat digeneralisasikan secara umum. Hal ini sejalan dalam Rotenberg et al. (2023) bahwa tingkat kepercayaan yang ekstrem, baik terlalu rendah maupun terlalu tinggi, berpotensi menurunkan kewaspadaan dan penyesuaian sosial seseorang dalam suatu hubungan. Akan tetapi, Febryani et al. (2025) menemukan bahwa dukungan sosial pasangan atau spousal social support lebih dominan dibandingkan self-compassion dalam memprediksi kepuasan pernikahan. Temuan ini menarik karena menunjukkan bahwa sumber dukungan yang paling bermakna dalam LDM bukan hanya jaringan sosial eksternal, tetapi pada akhirnya adalah pasangan itu sendiri. Ketika pasangan secara aktif memberikan dukungan emosional, perhatian dan hadir secara psikologis, maka kepuasan pernikahan meningkat.

Temuan-temuan ini menegaskan bahwa pasangan LDM yang memiliki dukungan lingkungan eksternal yang kuat memiliki kapasitas yang lebih besar untuk bertahan dan merasa puas terhadap pernikahan mereka. Dukungan eksternal ini berfungsi seperti pelampung, tidak menghilangkan masalah yang dihadapi pasangan LDM, tetapi membantu mereka menghadapi dan menyesuaikan diri dengan berbagai tekanan yang muncul

Pengaruh Kondisional dan Karakteristik Pasangan LDM terhadap Kepuasan Pernikahan

Pernikahan dalam konteks LDM tidak semua sama dengan segala perbedaan kontekstual yang ada, seperti durasi, gender, kehadiran anak dan lainnya. Kondisi-kondisi ini ternyata membentuk pengalaman kepuasan pernikahan yang berbeda pula. Julistia et al. (2025) pada 385 responden yang menjalani LDM menemukan bahwa Perempuan (50% kategori tinggi) cenderung memiliki kepuasan pernikahan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki (35,6%). Hal ini dapat dijelaskan pada perbedaan dalam kemampuan adaptif atau adaptive capacity. Perempuan secara umum lebih terlatih dalam mengelola emosi, membangun dan menjaga hubungan afektif, serta menggunakan strategi koping yang berfokus pada emosi atau emotion-focused coping. Sementara laki-laki khususnya dalam konteks budaya Indonesia sering sekali menanggung tekanan peran seperti sebagai pencari nafkah dan sulit mengekspresikan kebutuhan emosionalnya sehingga kepuasan mereka menjadi lebih rentan berkurang oleh ketidakhadiran fisik istri. Hal ini bukan berarti perempuan tidak mengalami kesulitan. Perempuan juga menanggung beban pengelolaan rumah tangga sendirian, tetapi cenderung mencari dan memberikan dukungan sosial, serta lebih fleksibel secara emosional hingga dapat menjadi adaptif dalam kondisi LDM.

Lebih lanjut temuan Julistia et al. (2025) pada karakteristik durasi LDM sangat menarik karena menggambarkan dinamika yang kontradiktif. Kelompok yang menjalani LDM lebih dari lima tahun memiliki tingkat kepuasan tertinggi (45,8%), sekaligus kelompok yang paling banyak berada di kategori terendah (28,8%). Artinya durasi LDM yang lama dapat terlihat pada dua sisi, yaitu dapat menguatkan atau melemahkan kepuasan. Hal ini tergantung pada kualitas hubungan yang dibangun sepanjang perjalanan. Pasangan yang bertahan lebih dari lima tahun dalam LDM dengan kepuasan tinggi adalah mereka yang telah mengembangkan segala faktor yang mendukung terbentuknya kepuasan pernikahan. Sedangkan mereka yang tetap bertahan tetapi dengan kepuasan rendah kemungkinan besar terjebak dalam rutinitas LDM yang terasa stagnan dan tanpa perkembangan. Hal ini didukung dalam (Dobson et al. (2023) menjelaskan pasangan dengan kepuasan rendah mengalami kejenuhan relasional akibat rutinitas LDM yang terasa stagnan dan tanpa perkembangan berarti atau kebosanan relasional (relational boredom) pada hubungan jangka Panjang yang secara umum diketahui berkaitan dengan penurunan kualitas hubungan

Kemudian yang menarik dibahas dalam konteks kehadiran anak, Mongdong & Kusumiaty (2023) pada 87 pasangan LDM suku Minahasa meneliti dengan konteks ada atau tidaknya anak. Studi tidak menemukan perbedaan yang signifikan ($p = 0,524 > 0,05$). Ini adalah temuan yang cukup mengejutkan mengingat banyak juga asumsi bahwa kehadiran anak akan meningkatkan kompleksitas LDM dengan tekanan pengasuhan atau makna pernikahan. Ternyata keduanya tidak terbukti dominan secara statistik. Artinya kepuasan pernikahan dalam LDM tidak terlalu dipengaruhi oleh status seperti keberadaan anak. Walaupun begitu, perlu diperhatikan bahwa ketidakhadiran perbedaan statistik bukan berarti sebagai detail pengalaman subjektifnya sehingga pendekatan

kualitatif mungkin akan menjelaskan lebih lengkap. Temuan ini mengingatkan bahwa dalam memahami kepuasan pernikahan LDM, tidak dapat mengabaikan konteks siapa yang menjalaninya, sudah berapa lama dan dengan kondisi apa. Situasi kondisional ini tidak bekerja sendiri, tetapi berinteraksi dengan faktor-faktor personal dan relasional yang telah dibahas sebelumnya untuk menghasilkan pengalaman kepuasan yang beragam pada setiap pasangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kajian sistematis yang telah dilakukan terhadap 14 artikel penelitian menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan pada pasangan yang menjalani LDM merupakan fenomena yang bersifat dinamis, multidimensional, dan sangat dipengaruhi oleh interaksi antar faktor intrapersonal, relasional, sosial, dan kontekstual. Berdasarkan hasil sintesis, ditemukan lima temuan utama yang menggambarkan dinamika kepuasan pernikahan pasangan LDM, yaitu: (1) gambaran umum kepuasan yang beragam dan dipengaruhi dengan bagaimana cara individu memaknai kondisi keterpisahan tersebut; (2) peran faktor intrapersonal; (3) dinamika hubungan antar pasangan; (4) dukungan sosial dari keluarga dan pasangan sebagai penyangga psikologis yang memperkuat kepuasan pernikahan; serta (5) pengaruh karakteristik kondisional LDM seperti gender, durasi LDM, dan keberadaan anak yang turut mempengaruhi pengalaman kepuasan pernikahan secara berbeda. Kepuasan pernikahan dalam konteks LDM ini tidak hanya ditentukan oleh satu faktor tunggal saja, melainkan terbentuk dari keseimbangan berbagai dimensi yang bekerja secara bersamaan. Namun, temuan ini perlu dimaknai dengan mempertimbangkan keterbatasan kajian, yaitu dominasi desain cross-sectional (11 dari 14 studi) yang belum menangkap dinamika perubahan kepuasan dari waktu ke waktu, komposisi partisipan yang masih didominasi perempuan/istri, heterogenitas budaya dan populasi di dalam konteks Indonesia yang menyulitkan perbandingan antarstudi, ukuran sampel yang kecil dan spesifik pada sebagian studi, serta cakupan penelusuran yang hanya mencakup tiga basis data utama (Google Scholar, ScienceDirect, PubMed). Selanjutnya, penelitian dengan desain longitudinal, sampel yang lebih besar dan beragam secara demografis, cakupan basis data yang lebih luas, pendekatan yang memadukan metode kuantitatif dan kualitatif serta keterlibatan partisipan laki-laki yang lebih proporsional akan sangat berharga untuk memperdalam pemahaman tentang bagaimana kepuasan pernikahan pada pasangan LDM berubah seiring waktu dan dipengaruhi oleh berbagai kondisi kehidupan nyata yang terus berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abreu-Afonso, J., Ramos, M. M., Queiroz-Garcia, I., & Leal, I. (2022). How Couple's Relationship Lasts Over Time? A Model for Marital Satisfaction. *Psychological Reports*, 125(3), 1601–1627. <https://doi.org/10.1177/00332941211000651>
- Afdal, A., Mailinda, V. E., Safitri, W., & Syapitri, D. (2022). Satisfaction of Long Distance Marriage Couple. 5(1), 37–45. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v5i1.3459>
- Anisah, L., Milia, C., Safitri, T., & Kusuma, H. S. (2023). Kepuasan Pernikahan dan Conflict Resolution pada Pasangan Long Distance Marriage. 05(03), 6837–6847. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i3.1468>
- Arfensia, D. S., Wulandari, P. D., Respianto, R., Agassi, S. K., Ristiana, R., Wiguna, P. V., Hendriani, W., & Alfian, I. N. (2021). Relationship Quality in Early Adult Individuals That Are in Long-Distance Relationships. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 141–155. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1858>
- Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia. (2025). Data Penempatan dan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia Tahun 2024.
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2025). Nikah dan Cerai Menurut Provinsi (Kejadian), 2024.
- Bazani, M., Bakhtiari, M., & Masjedi Arani, A. (2022). An Investigation of Long-Distance Relationship Maintenance in Married Individuals in Tehran, 2020. *American Journal of Family Therapy*, 50(5). <https://doi.org/10.1080/01926187.2021.1941419>

- Chrisseyaningtyas, D., & Huwae, A. (2026). Resilience, Work–Family Conflict, and Marital Satisfaction among Couples in Long-Distance Marriages Dila. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* Vol., 10(01), 618–631. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v10i01.8245>
- Chrys, M. S., & Soetjningsih, C. H. (2022). Religiositas dan Kepuasan Pernikahan Pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh di Desa Jumo Kabupaten Temanggung Pendahuluan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(3), 1–10. https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i3.1461
- Dobson, K., Stanton, S. C. E., Balzarini, R. N., & Campbell, L. (2023). Are you tired of “us?” Accuracy and bias in couples’ perceptions of relational boredom. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(10), 3091–3120. <https://doi.org/10.1177/02654075231168141>
- Falah, N. (2022). Pemenuhan hak dan kewajiban suami istri pada pasangan long distance marriage. *Al-Ashlah: Jurnal Hukum Keluarga Dan Hukum Islam*, 1(2). https://ejournal.uniib.ac.id/index.php/al_ashlah/article/download/1443/883
- Febryani, I., Adiyanti, M. G., & Soetjningsih, C. H. (2023). Marital Satisfaction of Pastors in Long-distance Marriage : The Role of Self-compassion and Spousal Social Support. 7(2), 1–12. <https://doi.org/10.51214/002025071601000>
- Firmanto, A. D., & Pertiwi, R. E. (2023). Pengungkapan Diri dan Kepuasan Pernikahan Pada Long-Distance Married Couples. 7(1), 43–51. <https://doi.org/10.36341/psi.v7i1.3741>
- Fitriani, A., Rasyidin, Y., Irawan, Y., Sawitri, D., & Kunci, K. (2024). Jurnal Hawa : Studi Pengarus Utamaan Gender dan Anak Marriage Satisfaction in Long-Distance : The Role of Trust and Family Support in Early Adult Couples. *Jurnal Hawa: Studi Pengarus Utamaan Gender Dan Anak*, 6(1). <https://doi.org/10.29300/hawapsga>
- Geong, E., & Wedyorini, E. (2025). Dynamics of Romantic Relationship Satisfaction in Long Distance Relationships: A Psychological Perspective. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 14, 286. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2.18644>
- Hermansyah, M. T., & Nabella, A. (2023). Marriage Satisfaction in Early Adult Women in Long-Distance Marriage. 10(2), 401–410. <https://doi.org/10.24843/JPU/2023.v10.i02.p09>
- Isye Junita Melo, Feibe Engeline Pijoh, Novita Marven Mongdong, & Roof Pajow. (2024). Common Property in the Perspective of Marriage Law in Indonesia. *Technium Social Sciences Journal*, 65. <https://doi.org/10.47577/tssj.v65i1.12011>
- Jamil, E., Rifani, R., & Akmal, N. (2023). Intimacy dan Kecemburuan Pada Pasangan Long Distance Marriage. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 589–598. <https://journal-nusantara.com/index.php/PESHUM/article/view/1806/1527>
- Johnson, M. D., Lavner, J. A., Mund, M., Zemp, M., Stanley, S. M., Neyer, F. J., Impett, E. A., Rhoades, G. K., Bodenmann, G., Weidmann, R., Bühler, J. L., Burriss, R. P., Wünsche, J., & Grob, A. (2022). Within-Couple Associations Between Communication and Relationship Satisfaction Over Time. <https://doi.org/10.1177/01461672211016920>
- Julistia, R., Muna, Z., Anastasya, Y. A., Maszura, L., Astuti, W., Fissilmi, S. R., & Syahputra, M. F. (2025). Kepuasan Pernikahan Pasangan yang Menjalani Long Distance Marriage Marital Satisfaction. *Jurnal Diversita*, 11(2), 286–292. <https://doi.org/10.31289/diversita.v11i2.16012>
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2025). Kemenag Perkuat Program Bimbingan Perkawinan dan Pusaka Sakinah untuk Menekan Perceraian.
- Kurniady, D., & Firman, F. (2024). Psychoeducation Using Symbol Modeling Techniques for Enhancing the Subjective Well-Being of Long-Distance Marriage Couples. *Journal of*

- Educational, Health and Community Psychology.
<https://doi.org/10.12928/jehcp.v13i4.29644>
- Kurniady, D., & Taufik, T. (2022). Hubungan antara Komitmen Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan Istri Pasangan Domisili Jarak Jauh Pendahuluan. *Jurnal Neo Konseling*, 4(4).
<https://doi.org/10.24036/00717kons2022>
- Manullang, O. C. (2021). Keterbukaan Diri Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh. 9(3), 667–675. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Martini, N. K. D., & Wilani, N. M. A. (2025). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh Di Indonesia: Literature Review. *Nusantara : Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 12(8), 3288–3301.
<https://doi.org/10.31604/jips.v12i8.2025.3288-3301>
- Mongdong, E. H. P., & Kusumiati, R. Y. E. (2023). Perbedaan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh Ditinjau dari Keberadaan Anak. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1), 1–15. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v7i1.5238>
- Pratiwi, N. A., & Mukhoyyaroh, T. (2023). Love and Distance : Unveiling the Influence of Self-Disclosure , Gratitude , and Marital Satisfaction Among Military Wives. 7(1), 13–18.
<https://doi.org/10.29103/jpt.v7i1.14864>
- Rahmah, A. A., Rahman, A. A., & Fitriah, E. A. (2020). Prediktor Kualitas Pernikahan: Penyesuaian Pernikahan dan Nilai Personal. *Jurnal Psikologi*, 13(2).
<https://doi.org/10.24014/jp.v13i2.4134>
- Rosyadi. B. R., R. B. R., Amrullah, S., & Suryadi, S. (2022). Resolusi Konflik pada Keluarga Long Distance Marriage (Studi Fenomenologi). *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2).
<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.194>
- Rotenberg, K. J., Teunisse, A. K., Case, T. I., Fitness, J., & Sweller, N. (2023). How Much Should We Trust Others? the Relationship Between Trust Beliefs in Others and Psychosocial Adjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 42(1), 85–102.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2023.42.1.85>
- Sarwar, M., Rana, H., Khawar, H., & Mohsin, R. (2025). Emotional Intelligence and Perceived Stress as Predictor of Marital Satisfaction in Long Distance Married Individuals. *Dialogue Social Science Review*, 3(3). <https://dialoguesreview.com/index.php/2/article/view/396>
- Selsatanzia, B., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Kepercayaan pada pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh : Adakah peranan komitmen perkawinan?. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), 319–331.
<https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/653>
- Sadia, H., Hussain, M., Lak, T. A., Mobeen, M., & Ghaffar, Z. (2025). How Long-Distance Relationship Effects the Marital Satisfaction among Couples? Analyzing the Mediating Effect of Trust and Moderating Effect of Resilience. *The Regional Tribune*, 4(1), 400–422.
<https://doi.org/10.55737/trt/SG25.114>
- Suci Rohmatul Rizky, & Muslimin. (2025). Analisis Penyebab dan Penyelesaian Penerimaan SP2DK CV LDM. *Economic Reviews Journal*, 4(3). <https://doi.org/10.56709/mrj.v4i3.742>
- Tashkeh, M., Lavasani, F. F., Farani, A. R., Tajrishi, K. Z., & Farahani, H. (2024). Examining the validity of an adaptive model of sustaining behaviors in long-distance relationships: Predicting intimacy and marital satisfaction. *Acta Psychologica*, 250(September), 104489.
<https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104489>
- Thomas, J., & Harden, A. (2008). Methods for the thematic synthesis of qualitative research in systematic reviews. *BMC Medical Research Methodology*, 8, 1–10.
<https://doi.org/10.1186/1471-2288-8-45>

- Trikanti, Hadis, F. A., & Rahardjo, W. (2025). Kontribusi Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Suami yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh. *Ranah Research Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 8(1), 182–188. <https://doi.org/10.38035/rrj.v8i1>
- Ulviani, T., Nurfarhanah, & Hariko, R. (2024). Trust and Quality of Communication with the Marriage Commitment of TNI AU Undergoing Long Distance Marriage. *Bisma The Journal of Counseling*, 8(1). <https://doi.org/10.23887/bisma.v8i1.84279>
- Wider, W., Chua, B. S., Mutang, J. A., Tan, C. C., Jiang, L., Tanucan, J. C. M., Thant, Y. M., & Udang, L. N. (2025). Associations between intimacy in relationships and marital satisfaction across gender and in different durations of relationship. *Cogent Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2025.2545657>
- Yusup, M. E., Suherman, N. A., & Rizqina, A. (2026). Moderation of Couples in Inter-Economic Marriages in the Modern Era. *YASIN*, 6(1). <https://doi.org/10.58578/yasin.v6i1.8685>