

## KEPUASAN PERNIKAHAN DALAM KONTEKS BUDAYA YOGYAKARTA: TINJAUAN PSIKOLOGI POSITIF DAN PSIKOLOGI INDIGENOUS

Oleh :

Dwi Indah Ratnawati<sup>1)</sup>, Nina Fitriana<sup>2)</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta  
email: dindadindaa628@gmail.com

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel :

Submit, 28 Desember 2025

Revisi, 7 Mei 2026

Diterima, 19 Mei 2026

Publish, 22 Mei 2026

#### Kata Kunci :

Kepuasan Pernikahan,  
Psikologi Positif,  
Psikologi Indigenous,  
Budaya Jawa,  
Yogyakarta.



### ABSTRAK

Kepuasan pernikahan merupakan salah satu indikator penting kesejahteraan psikologis individu dan keluarga. Dalam konteks Yogyakarta yang kental dengan budaya Jawa dan religiusitas Islam, kepuasan pernikahan dimaknai tidak hanya sebagai evaluasi subjektif terhadap hubungan pasangan, tetapi juga sebagai bagian dari harmoni sosial dan spiritual. Artikel ini bertujuan meninjau kepuasan pernikahan dari perspektif Psikologi Positif dan Psikologi Indigenous melalui studi literatur. Kajian dilakukan terhadap artikel nasional dan internasional yang membahas kepuasan pernikahan, *mindfulness*, *gratitude*, resiliensi, religiusitas, serta nilai budaya Jawa. Hasil kajian menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh kekuatan psikologis seperti emosi positif, rasa syukur, resiliensi, dan *mindfulness*, serta nilai budaya seperti *rukun*, *nrimo*, *tepa selira*, dan makna religius pernikahan. Integrasi kedua perspektif memperlihatkan bahwa kepuasan pernikahan merupakan hasil interaksi antara faktor personal dan konteks budaya.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



### Corresponding Author:

Nama: Dwi Indah Ratnawati

Afiliasi: Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email: dindadindaa628@gmail.com

### 1. PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan institusi sosial dan religius yang memiliki peran fundamental dalam kesejahteraan individu dan masyarakat. Kualitas pernikahan yang sehat berhubungan dengan kesejahteraan psikologis, kesehatan mental, serta perkembangan anak yang lebih baik (Fincham & Beach, 2010). Salah satu indikator utama kualitas pernikahan adalah kepuasan pernikahan atau marital satisfaction, yaitu evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hubungan dengan pasangannya (Olson & Fowers, 1993).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti komunikasi, keintiman, dukungan sosial, nilai religiusitas, serta strategi regulasi emosi (Kappen, Karremans, & Burk, 2018; Karremans, Schellekens, & Kappen, 2017). Namun demikian, sebagian besar kajian mengenai kepuasan pernikahan masih banyak menggunakan perspektif Barat dan

belum sepenuhnya mempertimbangkan konteks budaya lokal.

Dalam konteks Indonesia, khususnya Yogyakarta, pernikahan dilandasi nilai budaya Jawa seperti *rukun*, *nrimo ing pandum*, *tepa selira*, dan *andhap asor*. Nilai-nilai tersebut memengaruhi bagaimana pasangan menilai hubungan pernikahannya dan bagaimana mereka mengelola konflik. Widodo (2021) menemukan bahwa penelitian kepuasan pernikahan di Indonesia banyak terkait dengan religiusitas, kesabaran, dan pemaafan, yang menunjukkan kuatnya pengaruh nilai keagamaan dan budaya dalam memaknai pernikahan.

Psikologi Positif memberikan kerangka teoritis yang menjelaskan peran kekuatan psikologis (seperti rasa syukur, emosi positif, *mindfulness*, dan resiliensi) dalam meningkatkan kesejahteraan pernikahan (Seligman, 2018; Suminta & Ghufron, 2022). Sementara itu, Psikologi Indigenous menekankan bahwa fenomena psikologis hanya dapat dipahami secara utuh ketika diletakkan dalam

konteks budaya, bahasa, nilai, dan praktik sosial masyarakat setempat.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini bertujuan untuk:

- mengkaji kepuasan pernikahan dari perspektif Psikologi Positif
- mengkaji kepuasan pernikahan dari perspektif Psikologi Indigenous
- mengintegrasikan keduanya dalam konteks budaya Yogyakarta

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi literatur dengan pendekatan naratif. Penelusuran literatur dilakukan melalui Google Scholar, DOAJ, dan database jurnal nasional serta internasional. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian antara lain *marital satisfaction*, *marital quality*, *positive psychology*, *PERMA*, *mindfulness*, *gratitude*, *indigenous psychology*, *Javanese culture*, dan Yogyakarta. Artikel yang ditelaah adalah artikel yang diterbitkan dalam rentang tahun 1993 hingga 2024 untuk mencakup teori klasik sampai penelitian kontemporer. Kriteria inklusi meliputi artikel yang membahas kepuasan pernikahan, kualitas pernikahan, atau variabel yang berkaitan dengannya, serta artikel yang memuat konsep psikologi positif atau psikologi indigenous dalam konteks Indonesia atau budaya Jawa. Artikel yang diperoleh dipilih secara purposif berdasarkan relevansi teoretis dengan topik kajian.

Setelah artikel terpilih, seluruh naskah dibaca secara menyeluruh untuk memperoleh pemahaman utuh mengenai konteks penelitian, definisi konsep, metode, dan hasil utama penelitian. Analisis dilakukan menggunakan pendekatan sintesis tematik, yaitu dengan mengelompokkan temuan-temuan penelitian ke dalam tema-tema konseptual utama. Tiga tema besar yang muncul adalah kepuasan pernikahan dalam perspektif Psikologi Positif, kepuasan pernikahan dalam perspektif Psikologi Indigenous, dan integrasi kedua pendekatan tersebut dalam konteks budaya Yogyakarta. Ketiga tema ini kemudian dianalisis secara komparatif untuk melihat kesesuaian dan perbedaan, serta disintesis menjadi uraian konseptual yang komprehensif.

Penelitian ini menggunakan desain studi literatur dengan pendekatan naratif. Penelusuran literatur dilakukan melalui Google Scholar, DOAJ, dan database jurnal nasional serta internasional. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian antara lain *marital satisfaction*, *marital quality*, *positive psychology*, *PERMA*, *mindfulness*, *gratitude*, *indigenous psychology*, *Javanese culture*, dan Yogyakarta. Artikel yang ditelaah adalah artikel yang diterbitkan dalam rentang tahun 1993 hingga 2024 untuk mencakup teori klasik sampai penelitian kontemporer. Kriteria inklusi meliputi artikel yang membahas kepuasan pernikahan, kualitas pernikahan, atau variabel yang berkaitan dengannya, serta artikel yang memuat konsep psikologi positif atau psikologi

indigenous dalam konteks Indonesia atau budaya Jawa. Artikel yang diperoleh dipilih secara purposif berdasarkan relevansi teoretis dengan topik kajian.

Setelah artikel terpilih, seluruh naskah dibaca secara menyeluruh untuk memperoleh pemahaman utuh mengenai konteks penelitian, definisi konsep, metode, dan hasil utama penelitian. Analisis dilakukan menggunakan pendekatan sintesis tematik, yaitu dengan mengelompokkan temuan-temuan penelitian ke dalam tema-tema konseptual utama. Tiga tema besar yang muncul adalah kepuasan pernikahan dalam perspektif Psikologi Positif, kepuasan pernikahan dalam perspektif Psikologi Indigenous, dan integrasi kedua pendekatan tersebut dalam konteks budaya Yogyakarta. Ketiga tema ini kemudian dianalisis secara komparatif untuk melihat kesesuaian dan perbedaan, serta disintesis menjadi uraian konseptual yang komprehensif.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Kepuasan pernikahan dalam perspektif Psikologi Positif

Hasil kajian menunjukkan bahwa Psikologi Positif memberikan kerangka penting dalam memahami kepuasan pernikahan sebagai bagian dari kesejahteraan psikologis. Seligman (2018) melalui model PERMA menjelaskan bahwa kesejahteraan tersusun dari emosi positif, keterlibatan, relasi positif, makna hidup, dan pencapaian. Dalam konteks pernikahan, kelima dimensi tersebut tampak dalam kehangatan emosional pasangan, keterlibatan dalam peran rumah tangga, kebermaknaan pernikahan secara spiritual maupun personal, serta kemampuan pasangan meraih tujuan bersama.

Olson dan Fowers (1993) menegaskan bahwa kepuasan pernikahan merupakan konstruk multidimensional yang tidak hanya berkaitan dengan kebahagiaan subjektif, tetapi juga kualitas komunikasi, keintiman, pembagian peran, pengelolaan keuangan, dan religiusitas. Berbagai penelitian empiris memperlihatkan bahwa *mindfulness* berkaitan dengan kepuasan hubungan romantik karena membantu individu hadir secara penuh, mengelola emosi negatif, dan merespons konflik secara adaptif (Simou & Moraitou, 2018; Kappen et al., 2018). Selain itu, rasa syukur terbukti berhubungan positif dengan kepuasan pernikahan, karena pasangan yang bersyukur cenderung lebih menerima kelemahan pasangan dan lebih menghargai kontribusi pasangannya (Suminta & Ghufro, 2022). Resiliensi pasangan juga ditemukan sebagai prediktor penting kepuasan pernikahan, khususnya dalam menghadapi tekanan sosial dan ekonomi (Surijah et al., 2021). Dengan demikian, kekuatan-kekuatan psikologis individu berperan sebagai sumber daya penting dalam mempertahankan dan meningkatkan kepuasan pernikahan.

### B. Kepuasan pernikahan dalam perspektif Psikologi Indigenous

Psikologi Indigenous menekankan pentingnya memahami pengalaman pernikahan berdasarkan nilai, bahasa, dan makna budaya setempat. Dalam budaya Jawa, termasuk Yogyakarta, pernikahan dimaknai bukan hanya sebagai ikatan dua individu, melainkan sebagai penyatuan dua keluarga besar dan bagian dari struktur sosial budaya. Nilai-nilai seperti *rukun*, *nrimo ing pandum*, *tepa selira*, dan *andhap asor* membentuk norma relasional dalam keluarga. Nilai rukun mendorong pasangan untuk memelihara harmoni dan menghindari konflik terbuka, sedangkan *nrimo ing pandum* berkaitan dengan penerimaan terhadap kondisi pernikahan sebagai bagian dari takdir Tuhan. Selain itu, *tepa selira* mengarahkan individu untuk mempertimbangkan perasaan pasangan, dan *andhap asor* mendorong kerendahan hati dalam berkomunikasi.

Penelitian Nurhayati et al. (2023) pada pasangan Jawa menunjukkan bahwa kualitas pernikahan berkaitan erat dengan dukungan keluarga besar, jaringan sosial, dan komitmen religius. Widodo (2021) menemukan bahwa penelitian mengenai kepuasan pernikahan di Indonesia sering dikaitkan dengan religiusitas, pemaafan, dan kesabaran, yang menunjukkan bahwa dimensi spiritual sangat kuat dalam memaknai pernikahan. Oleh karena itu, dalam konteks budaya Jawa-Yogyakarta, kepuasan pernikahan tidak hanya dipahami secara intrapersonal, tetapi juga dalam kaitannya dengan keluarga besar, komunitas keagamaan, dan norma budaya.

### C. Integrasi Psikologi Positif dan Psikologi Indigenous dalam konteks Yogyakarta

Hasil kajian memperlihatkan bahwa Psikologi Positif dan Psikologi Indigenous tidak saling bertentangan, tetapi justru saling melengkapi. Psikologi Positif menjelaskan peran kekuatan psikologis seperti syukur, *mindfulness*, penerimaan, dan resiliensi dalam meningkatkan kesejahteraan pernikahan. Sementara itu, Psikologi Indigenous memberikan penjelasan mengenai konteks budaya dan religius yang membentuk cara kekuatan tersebut dipahami dan dijalankan.

Konsep *nrimo ing pandum* dalam budaya Jawa memiliki kedekatan makna dengan konsep *acceptance* dalam Psikologi Positif. Demikian pula, nilai rukun sejalan dengan gagasan positive relationship dalam model PERMA, sedangkan *tepa selira* mencerminkan empati dan *welas asih*. Aktivitas religius seperti doa bersama dan pengajian keluarga memberikan kontribusi pada dimensi meaning dalam model kesejahteraan Seligman. Dengan demikian, kepuasan pernikahan di Yogyakarta merupakan hasil interaksi dinamis antara kekuatan psikologis individu dan nilai budaya Jawa-Islam.

### 4. KESIMPULAN

Kajian literatur ini menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan dalam konteks Yogyakarta

merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh faktor psikologis dan kultural. Dari perspektif Psikologi Positif, kepuasan pernikahan terkait erat dengan mindfulness, rasa syukur, emosi positif, penerimaan, dan resiliensi. Dari perspektif Psikologi Indigenous, kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh nilai budaya Jawa seperti *rukun*, *nrimo*, dan *tepa selira*, serta religiusitas Islam yang memberi makna spiritual pada pernikahan. Integrasi kedua perspektif memberikan pemahaman yang lebih komprehensif bahwa kesejahteraan pernikahan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal individu, tetapi juga oleh konteks budaya tempat pasangan hidup. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji temuan kajian ini secara empiris pada pasangan menikah di Yogyakarta dengan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif.

### 5. REFERENSI

- Ariana, D. E. (2024). Mindfulness dan kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri. *Jurnal Psikodimensia*, 23(1), 23–34.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630–649.
- Ghufron, M. N. (2017). Komitmen beragama dan kepuasan perkawinan pada tenaga kerja Indonesia. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 1–12.
- Karremans, J. C., Schellekens, M. P. J., & Kappen, G. (2017). Bridging the sciences of mindfulness and romantic relationships: A theoretical model and research agenda. *Personality and Social Psychology Review*, 21(1), 29–49.
- Kappen, G., Karremans, J. C., & Burk, W. J. (2018). Mindfulness and romantic relationship satisfaction: The role of partner acceptance. *Mindfulness*, 9(3), 1029–1039.
- Nurhayati, S. R., Setiawati, F. A., Amelia, R. N., & Fridani, L. (2023). Psychometric properties of dyadic data from the Marital Quality Scale of Indonesian Javanese couples. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 36, 36.
- Olson, D. H., & Fowers, B. J. (1993). Five types of marriage: An empirical typology based on ENRICH. *Family Process*, 32(3), 225–240.
- Seligman, M. E. P. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335.
- Simou, E., & Moraitou, D. (2018). The association between mindfulness and romantic relationship satisfaction in adults. *Hellenic Journal of Psychology*, 15(3), 289–301.
- Suminta, R. R., & Ghufron, M. N. (2022). Gratitude dan kepuasan pernikahan pada pasangan infertil. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 8(2), 243–254.

- Surijah, E. A., Prasad, R., & Saraswati, L. (2021). Couple resilience predicted marital satisfaction for married couples in Bali, Indonesia. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 1–15.
- Widodo, R. W. (2021). Studi tentang kepuasan pernikahan dalam penelitian psikologi di Indonesia. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(2), 93–98.