

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kepuasan Pernikahan

##### 1. Pengertian Kepuasan Pernikahan

Menurut Fower dan olson dalam Friska Adinda Putri et.al, Kepuasan pernikahan adalah penilaian subjektif yang dirasakan oleh pasangan suami istri terhadap berbagai aspek hubungan, termasuk perasaan bahagia, puas dan pengalaman menyenangkan Bersama. Kepuasan tergantung pada pemenuhan kebutuhan emosional dan harapan masing-masing individu.<sup>1</sup>

Menurut Dowlatabadi et.al, Kepuasan pernikahan adalah suatu bentuk dimana kedua pasangan merasa senang dan puas dengan pernikahannya dan dari segi hubungan yang berkualitas, kehidupan pasangan yang bahagis dan pengelolaan keuangan keluarga. Hal ini berkaitan dengan kualitas hubungan, cara pasanga menghabiskan waktu bersama dan cara pasangan mengelola keuangannya.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Friska Adinda Putri et al., “Gambaran Kepuasan Pernikahan Pada Individu Yang Memiliki Pasangan Tuna Wicara,” *Jurnal Penelitian Psikologi* 2, no. 2 (2024): hal. 257.

<sup>2</sup> Sheilla Revinar Baraba, “Hubungan Komitmen Pernikahan Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Suami-Istri Di Bali,” *Jurnal Ilmu Kesehatan Uumum, Psikologi, Keperawatan Dan Kebidanan* 3, no. 1 (2025): hal. 114.

Menurut Stone dan Shackelford dalam Kepuasan pernikahan merupakan keadaan yang menggambarkan manfaat dan kerugian pernikahan yang dirasakan seseorang. Semakin banyak kerugian yang dibebankan pada pasangan, semakin rendah kepuasan pada pernikahan dan pasangannya, begitu juga sebaliknya.<sup>3</sup>

Dari penjelasan teori di atas dapat disimpulkan kepuasan pernikahan merupakan penilaian subjektif individu terhadap kualitas hubungan pernikahan yang ditandai dengan perasaan bahagia, nyaman, dan puas, yang mencakup aspek komunikasi, kedekatan emosional, pemenuhan kebutuhan, serta kemampuan pasangan dalam mengelola konflik dan peran rumah tangga.

## **2. Aspek-aspek Kepuasan Pernikahan**

Menurut Olson dan Fower, terdapat sepuluh aspek utama yang dapat digunakan untuk mengevaluasi Tingkat kepuasan dalam pernikahan Berikut merupakan penjelasan mengenai masing-masing aspek tersebut.<sup>4</sup>

### **a. Komunikasi**

---

<sup>3</sup> Devi Maya Puspita Sari, Istar Yuliadi, and Arif Tri Setyanto, "Kepuasan Pernikahan Ditinjau Dari Marital Expectation Dan Keintiman Hubungan Pada Pasangan Ta ' Aruf," *Jurnal Psikologi* 8, no. 2 (2022): hal. 3.

<sup>4</sup> Miftakhul Jannah and Primatia Yogi Wulandari, "Gambaran Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Suami Istri Yang Menjalani Commuter Marriage," *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan* 1, no. 2 (2022): hal. 86, <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i2.375>.

Aspek ini berfokus pada Tingkat kenyamanan yang dirasakan pasangan dalam berbagi dan menerima informasi emosional dan kognitif.

**b. Aktivitas waktu luang**

Aspek ini mengukur mengenai pilihan pasangan suami istri untuk menghabiskan waktu luang.

**c. Orientasi agama**

Aspek ini mengukur makna keyakinan beragama dan praktiknya dalam pernikahan.

**d. Resolusi konflik**

Aspek ini berfokus pada keterbukaan pasangan untuk mengenali dan menyelesaikan masalah serta strategi yang digunakan untuk mengakhiri perselisihan.

**e. Pengelolaan keuangan**

Aspek ini fokus pada sikap dan perhatian pasangan mengenai cara mengatur keuangan dalam hubungan suami istri.

**f. Orientasi seksual**

Aspek ini mengukur perasaan pasangan mengenai afeksi dan hubungan seksual. Aspek ini menggambarkan sikap mengenai

masalah seksual, perilaku seksual, control kelahiran, dan kestiaan seksual.

**g. Keluarga dan teman**

Aspek ini mengukur perasaan dan perhatian mengenai hubungan dengan anggota keluarga, mertua dan teman.

**h. Anak dan pengasuhan**

Aspek ini berfokus pada Keputusan yang berhubungan dengan kedisiplinan, masa depan anak dan pengaruh anak terhadap hubungan pasangan suami istri.

**i. Kepribadian**

Aspek ini mengukur persepsi individu mengenai pasangannya berkenaan dengan masalah perilaku dan Tingkat kepuasan yang dirasakan terhadap masalah mengenai kepribadian masing-masing.

**j. Kesamaan peran**

Aspek ini mengukur perasaan dan sikap individu mengenai berbagai macam peran dalam pernikahan dan keluarga. Fokus aspek ini pada pekerjaan, rumah tangga, seks, dan peran sebagai orang tua.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kepuasan pernikahan mencakup berbagai aspek, seperti

komunikasi, aktivitas waktu luang, orientasi agama, resolusi konflik, pengelolaan keuangan, orientasi seksual, keluarga dan teman, anak dan pengasuhan, kepribadian dan kesamaan peran.

### 3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan

Menurut Hurlock, 1994 Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan seperti usia pernikahan, penyesuaian diri serta jumlah anak. Ada beberapa faktor lainnya yaitu:<sup>5</sup>

#### a. Status sosial

Individu yang memiliki status sosial menengah ke atas cenderung lebih positif dalam menilai perkawinan.

#### b. Usia perkawinan

Usia 15 tahun awal perkawinan cenderung menghadapi banyak perubahan dalam kehidupan perkawinan sehingga menimbulkan banyak masalah yang menyebabkan ketidakpuasan pada perkawinan.

#### c. Jumlah anak

Kehadiran anak serta jumlah anak yang terlalu banyak dapat menimbulkan ketidakpuasan dalam perkawinan karena istri lebih

---

<sup>5</sup> Okatapianus Fetrus and Christiana Hari Soetjningsih, "The Relationship between Forgiveness and Marital Satisfaction of Wives Who Have Multiple Roles," *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 11, no. 2 (2020): hal. 121, <https://doi.org/10.23887/jjbk.v11i2.30209>.

banyak menghabiskan waktu untuk mengurus anak sehingga waktu bersama suami menjadi berkurang.

**d. Jarak kelahiran anak**

Jarak yang berdekatan dapat menimbulkan konflik dikemudian hari terutama saat anak-anak beranjak sekolah dan memerlukan biaya Pendidikan yang tidak sedikit sementara kehidupan ekonomi keluarga tidak cukup.

**e. Agama**

Individu yang memiliki kesamaan agama serta keyakinan spiritual akan lebih mudah dalam menyesuaikan diri dalam perkawinannya.

**f. Pola interaksi**

Pola interaksi antara individu dapat mempengaruhi serapa puas mereka dengan perkawinan mereka. Pola yang paling sering dihubungkan dengan ketidakpuasan perkawinan adalah permintaan atau penarikan. Dalam pola interaksi ini, salah satu individu (seringkali istri) cenderung menuntut suami untuk melakukan perubahan pada perilaku pasangannya, sementara suami akan cenderung menghindar dari tuntutan istri. Pola seperti ini memiliki dampak yang jelas bagi kepuasan perkawinan.

Peningkatan tuntutan menyebabkan penurunan kepuasan perkawinan.

**g. Dukungan sosial**

Dukungan sosial dipercaya berhubungan dengan fungsi perkawinan yang baik agar terciptanya hubungan yang sehat dalam keluarga. Individu yang memberikan dukungan sosial yang baik kepada pasangannya telah memberikan kontribusi terhadap kepuasan perkawinan.

**h. Kekerasan**

Individu yang terlibat dalam hubungan yang kasar cenderung tidak puas dengan perkawinannya daripada individu yang tidak terlibat dalam hubungan yang kasar.

**i. Kecerdasan emosi**

Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi lebih cenderung merasa puas dengan perkawinannya daripada individu yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah.

**j. Karakteristik kepribadian**

Kepribadian salah satu pasangan mempengaruhi kepuasan perkawinan pasangan mereka. Seseorang cenderung mencari pasangan hidup yang memiliki karakteristik kepribadian tidak terlalu sering beragumen dan jarang memiliki kesalahpahaman.

#### k. Memaafkan

Memaafkan tidak hanya dapat mempengaruhi kepuasan perkawinan, akan tetapi memaafkan juga dapat mempengaruhi stabilitas perkawinan.

Dengan demikian, kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh kualitas komunikasi, keterbukaan diri, kepercayaan, komitmen, kedekatan emosional, pengelolaan konflik, pembagian peran, kondisi ekonomi, serta dukungan sosial dalam kehidupan rumah tangga.

#### B. *Self-Disclosure*

##### 1. Pengertian *Self-Disclosure*

Menurut Magno, Cuason & Figuera, Keterbukaan diri (*Self-Disclosure*) merupakan proses di mana seseorang dengan sukarela membagikan informasi pribadi, perasaan dan keadaan dirinya kepada orang atau kelompok yang dipercaya. Ini melibatkan keinginan untuk mengungkapkan aspek-aspek pribadi secara jujur dan terbuka, memungkinkan individu untuk berbagi pikiran dan pengalaman yang mungkin belum pernah diungkapkan sebelumnya.<sup>6</sup>

Menurut Devito dalam Annisa Amalia Achma, d, R R Dini dan Diah Nurhadiani. Keterbukaan diri merupakan jenis komunikasi dimana

---

<sup>6</sup> Magno et al., "The Development of the Self-Disclosure Scale.," *Philippine Journal of Psychology* 41, no. 1 (2008): 2.

individu mengungkapkan informasi diri pribadi yang biasanya individu sembunyikan kepada individu lain. Keterbukaan diri dapat berupa berbagai topik seperti informasi perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi dan ide yang sesuai terdapat dalam diri individu yang bersangkutan.<sup>7</sup>

Menurut wajdi dan Setyaningsih dalam Reza Tririzky et.al, Keterbukaan diri merupakan salah satu dari lima kualitas penting dalam komunikasi interpersonal yang dapat meningkatkan kedekatan antar individu.<sup>8</sup> Keterbukaan diri (*Self-Disclosure*) merupakan salah satu keterampilan komunikasi yang penting bagi individu Ketika berhubungan dan menjalin interaksi dengan individu lainnya.<sup>9</sup>

Menurut Altman dan Taylor mengemukakan bahwa keterbukaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi diri kepada orang lain yang bertujuan untuk mencapai hubungan yang akrab.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Annisa Amalia Achmad, R R Dini, and Diah Nurhadianti, "Hubungan Konsep Diri Dan Keterbukaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Perantau Di Universitas Persada Indonesia Y.A.I," *Journal Psikologi Kreatif Inovatif* 3, no. 1 (2022): hal. 98, <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/issue/archive>.

<sup>8</sup> Firman Reza Tririzky, Neviyarni, "Hubungan Kebudayaan Dan Keterbukaan Diri ( Studi Literatur Sistematis )" 07, no. 02 (2025): hal. 11728.

<sup>9</sup> Busro Mahfudin and Rasianna Br Saragih, "Pengaruh Keterbukaan Diri (*Self-Disclosure*) Terhadap Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi," *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2020): hal 20, <https://doi.org/10.33369/jkaganga.4.1.18-27>.

<sup>10</sup> Aris Setiawan, "Keterbukaan Diri Dan Kemampuan Pemecahan Masalah," *Jurnal Psikologi* 6, no. 1 (2021): hal. 71.

Dari beberapa teori di atas dapat disimpulkan *self disclosure* merupakan suatu proses komunikasi interpersonal di mana individu secara sadar mengungkapkan aspek-aspek pribadi dirinya, seperti perasaan, pengalaman, dan pemikiran kepada orang lain, yang bertujuan untuk menciptakan hubungan yang lebih terbuka, hangat, dan penuh kepercayaan.

## 2. Aspek-aspek *Self-Disclosure*

Menurut Magno et.al. dalam Ocvita Arddhiani et al ada sembilan aspek keterbukaan diri yaitu:<sup>11</sup>

### a) Emosional (*Emotional State*)

Aspek ini melibatkan pengungkapan perasaan, emosi dan sikap seseorang terhadap perasaan tertentu kepada orang lain. Hal ini memungkinkan individu untuk berbagi aspek-aspek emosional yang mendalam, memperkuat hubungan melalui pemahaman yang lebih baik tentang perasaan masing-masing.

### b) Hubungan Interpersonal (*Interpersonal Relationship*)

Aspek ini berfokus pada bagaimana seseorang mengungkapkan informasi mengenai hubungan dalam keluarga dan di luar keluarga. Aspek ini juga membantu dalam memahami

---

<sup>11</sup> Ocvita Ardhiani, Intaglia Harsanti, and Reni Fitriani, "Potret Diri (Selfie) Di Instagram: Kontribusi Mediated-Self Disclosure Pada Harga Diri Remaja Pengguna Instagram," *BroadComm* 5, no. 1 (2023): hal. 6, <https://doi.org/10.53856/bcomm.v5i1.246>.

dinamika hubungan dan membangun koneksi yang lebih kuat dengan orang lain.

c) **Kepentingan Pribadi (*Personal Matters*)**

Aspek ini mengacu pada pengungkapan aspek-aspek pribadi diri tentang diri seseorang, baik yang positif maupun negatif, seperti perilaku, kepercayaan, atau perasaan. Hal ini memberikan wawasan tentang bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri dan berperilaku dalam situasi

d) **Masalah (*Problem*)**

Aspek ini berkaitan dengan kesiapan untuk membuka diri saat menghadapi masalah atau konflik. Aspek ini memungkinkan individu untuk mencari dukungan dan solusi secara terbuka, yang dapat mengurangi stress dan meningkatkan resolusi masalah.

e) **Agama (*Religion*)**

Aspek ini mencakup keterbukaan tentang pengalaman, keyakinan, persepsi, dan perasaan terkait dengan aspek spiritual dan religius. Ini memungkinkan orang untuk berbagi bagian penting dari identitas mereka yang berhubungan dengan keyakinan dan praktik religious.

f) **Seks (*Sex*)**

Aspek ini merujuk pada keterbukaan dalam mendiskusikan pandangan, pengalaman dan kebutuhan seksual dengan pasangan. Hal ini penting untuk memastikan adanya pemahaman dan komunikasi yang sehat mengenai aspek seksual dalam hubungan.

**g) Rasa (*Taste*)**

Aspek ini mengacu pada keterbukaan dalam mengungkapkan kesukaan atau ketidaksukaan terhadap berbagai hal termasuk pandangan, perasaan, benda, tempat atau individu. Hal ini membantu dalam mengetahui preferensi dan ketertarikan pribadi.

**h) Pikiran (*Toughts*)**

Aspek ini melibatkan pemikiran, persepsi atau pandangan seseorang tentang berbagai topik. Aspek ini juga membantu dalam memperdalam dialog dan memahami sudut pandang pasangan atau orang lain.

**i) Pekerjaan / Pendidikan (*Work/Study*)**

Aspek ini berkaitan dengan kesiapan seseorang untuk berbagi informasi mengenai tanggungjawab dan aktivitas dalam pekerjaan atau Pendidikan. Aspek ini memfasilitasi pemahaman tentang komitmen profesional dan akademis seseorang.

Dengan demikian, aspek-aspek self-disclosure meliputi keterbukaan dalam mengungkapkan emosi, hubungan

interpersonal, kepentingan pribadi, masalah, agama, seks, rasa, pikiran, serta pekerjaan atau pendidikan, yang berperan penting dalam membangun kepercayaan, kedekatan, dan kualitas hubungan interpersonal.

### 3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Self-Disclosure*

Menurut Devito dalam Safira Amanda Yunita dan Ruth Mei Ulina Malau, Ada tujuh faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri yaitu sebagai berikut:<sup>12</sup>

#### a) Besaran Kelompok

Pengungkapan diri biasanya terjadi dalam kelompok kecil daripada kelompok besar.

#### b) Perasaan Menyukai

Seseorang akan membuka terakait dirinya kepada orang-orang yang disukai ataupun dicintai dan begitupun sebaliknya, kita tidak akan membuka diri kepada orang yang tidak kita sukai.

#### c) Efek Diadik

Seseorang bisa melakukan keterbukaan diri asalkan orang yang bersamanya ataupun lawan bicaranya juga melakukan keterbukaan diri.

#### d) Kompetensi

---

<sup>12</sup> Safira Amadea Yunita and Ruth Mei Ulina Malau, "Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Pada Remaja Dewasa Perempuan Terhadap Lawan Jenis," *Jurnal Pendidikan Dan Riset Sosial Humairah (Kaganga)* 6, no. 1 (2023): hal. 202.

Seseorang yang berkompeten bisa lebih terbuka tentang dirinya daripada orang yang kurang kompeten.

**e) Kepribadian**

Individu yang terampil membaur pada kehidupan sosial dan ekstrovert bisa melakukan pengungkapan diri lebih banyak daripada mereka yang kurang pandai bergaul dan lebih *introvert*.

**f) Topik**

Individu cenderung terbuka tentang informasi dengan topik tertentu.

**g) Jenis Kelamin**

Pada konsep teori *self-disclosure* bahwa Perempuan diasumsikan lebih terbuka daripada laki-laki, dan lebih terbuka pada orang yang disukai sedangkan laki-laki cenderung terbuka dengan orang yang ia percaya.

Dengan demikian, *self-disclosure* dipengaruhi oleh besaran kelompok, perasaan menyukai, efek diadik, kompetensi, kepribadian, topik pembicaraan, dan jenis kelamin, yang secara bersama-sama menentukan tingkat keterbukaan individu dalam berkomunikasi.

## C. Dewasa Awal

### 1. Pengertian Dewasa Awal

Menurut Hurlock dewasa awal merupakan masa perkembangan individu yang berlangsung antara usia 18-40 tahun. Masa dewasa awal merupakan peralihan dimana individu yang tadinya berada pada tahapan remaja memasuki tahapan usia dewasa.<sup>13</sup>

Dewasa awal merupakan masa dimana seseorang sudah siap menerima kedudukan dalam bermasyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya, dan telah menyelesaikan pertumbuhannya sehingga mencapai kematangan dalam berbagai aspek.<sup>14</sup> Menurut Santrock Masa dewasa awal adalah istilah yang digunakan untuk menunjuk masa transisi dari remaja menuju dewasa. Masa dewasa awal ini dimulai dari usia 18-25 tahun, masa ini ditandai oleh kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi.<sup>15</sup>

Adapun menurut Erickson dalam A Nainggolan et.al. masa dewasa awal dimulai dari usia 20-30 tahun. Masa dewasa awal

---

<sup>13</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*, 5th Edition (New York: McGraw-Hill, 1978).

<sup>14</sup> Rafi Bagus Adi Wijaya and Azis Muslim, "Konsep Diri Pada Masa Dewasa Awal Yang Mengalami Maladaptive Daydreaming," *Jurnal Psikologi Islam: Al-Qalb* 12, no. 2 (2021): hal. 179.

<sup>15</sup> Citation: "John W. Santrock, *Life-Span Development*, 13 tahun (New York: McGraw-Hill, 2011).", "properties": {"noteIndex": 30}, "schema": "https://github.com/citation-style-language/schema/raw/master/csl-citation.json"} John W. Santrock, *Life-Span Development*, 13 tahun (New York: McGraw-Hill, 2011).392

merupakan masa individu siap mengambil peran, memikul tanggungjawab dan menerima statusnya dalam masyarakat, masa bekerja, penyesuaian diri dan hubungan sosial.<sup>16</sup>

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa dewasa awal adalah individu yang memasuki usia 18 sampai 40 tahun dan telah selesai pertumbuhannya juga siap terjun ke masyarakat.

## 2. Karakteristik Dewasa Awal

Masa dewasa awal adalah masa ketika individu mulai menyesuaikan diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Pada masa ini pula individu dituntut dapat memulai kehidupannya memerankan peran ganda sebagai suami atau isteri sekaligus peran dalam dunia kerja. Menurut Hurlock menguraikan sepuluh karakteristik penting pada masa dewasa awal, yaitu:<sup>17</sup>

### a) Masa dewasa awal sebagai masa pengaturan

Pada masa ini individu akan mencoba-coba dan menentukan mana yang sesuai yang dirasa dapat memberi kepuasan permanen

---

<sup>16</sup> Eka Yolanda Siregar et al., "Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam Menghadapi Tugas Perkembangannya," *Lumen: Jurnal Pendidikan Agama Katekesis Dan Pastoral* 1, no. 2 (2022): hal 17, <https://doi.org/10.55606/lumen.v1i2.39>.

<sup>17</sup> Frezy Papatungan, "Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood," *Media Online) Journal of Education and Culture (JEaC)* 3, no. 1 (2023): hal. 5.

bagi dirinya. Ketika individu menemukan pola hidup yang diyakininya dapat memenuhi kebutuhannya, individu tersebut akan mengembangkan pola-pola perilaku, sikap dan nilai-nilai yang cenderung akan menjadi kekhasan selama sisa hidupnya.

**b) Masa dewasa awal sebagai usia produktif**

Pada rentang usia ini merupakan masa-masa yang cocok untuk menentukan pasangan hidup, menikah dan memiliki anak pada masa ini pula organ reproduksi sangat reproduktif dalam menghasilkan individu baru (anak).

**c) Masa dewasa awal sebagai masa yang bermasalah**

Hal ini disebabkan karena pada masa ini individu harus mampu menyesuaikan diri dengan peran baru yang dimilikinya yaitu dalam perkawinan dan pekerjaan. Jika individu tidak dapat menyesuaikan diri maka hal itu akan menimbulkan masalah dalam kehidupannya. Ada beberapa alasan mengapa individu merasa sulit untuk menyesuaikan diri terhadap peran baru yang dimilikinya, pertama adalah kurangnya persiapan diri dan kedua, tidak adanya bantuan dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalahnya, tidak seperti sewaktu dirinya dianggap belum dewasa.

**d) Masa dewasa awal sebagai masa ketegangan emosi**

Ketika seseorang berumur antara 18-39 tahun, kondisi emosionalnya cenderung tidak terkendali, labil, resah, mudah memberontak dan juga mudah tegang. Individu merasa khawatir dalam status pekerjaan yang belum tinggi dan peran barunya sebagai suami atau orang tua, maka kebanyakan akan tidak terkendali yang berakhir pada stress bahkan beberapa diantaranya memilih untuk mengakhiri hidupnya. Hal ini akan menurun ketika seseorang telah memasuki usia 40-an, individu akan cenderung stabil dan tenang dalam emosi.

**e) Masa dewasa awal sebagai masa keterasingan sosial**

Berakhirnya Pendidikan formal dan masuknya seseorang dalam pola kehidupan orang dewasa, yaitu karier, perkawinan dan rumah tangga, maka hubungan dengan teman-teman kelompok akan menjadi renggang, dan bersamaan dengan itu kegiatan sosial juga dibatasi karena berbagai tekanan pekerjaan dan keluarga.

**f) Masa dewasa awal sebagai masa komitmen**

Pada masa ini juga individu akan mulai sadar akan pentingnya sebuah komitmen, Ketika menjadi dewasa orang-orang muda akan mengalami perubahan tanggung jawab dari seseorang pelajar yang sepenuhnya tergantung pada orang tua

menjadi masa mandiri. Individu mulai membentuk pola hidup, tanggung jawab dan komitmen baru.

**g) Masa dewasa awal merupakan masa ketergantungan**

Pada masa dewasa awal, individu cenderung masih mempunyai ketergantungan pada orang tua ataupun organisasi

**h) Masa dewasa awal sebagai masa perubahan nilai**

Nilai-nilai yang dimiliki individu pada masa dewasa awal akan berubah karena pengalaman dan hubungan sosialnya semakin luas. Alasan kenapa seseorang berubah nilainya dalam kehidupan yakni agar seseorang tersebut dapat diterima oleh kelompoknya. Hal ini dapat dilakukan dengan cara mengikuti atau mematuhi aturan-aturan yang telah disepakati kelompok.

**i) Masa dewasa awal sebagai masa penyesuaian diri**

Ketika seseorang telah memasuki masa dewasa berarti seseorang juga harus lebih bertanggungjawab kerana sudah mempunyai peran ganda sebagai orang tua dan sebagai pekerja.

**j) Masa dewasa awal sebagai masa kreatif**

Berikut kreatifitas yang terlihat sesudah individu menjadi dewasa tergantung pada kemampuan, minat, potensi dan kesempatan.

Dengan demikian, masa dewasa awal merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan pembentukan komitmen, penentuan pasangan hidup, perubahan nilai, penyesuaian peran, ketegangan emosi, serta pengembangan tanggung jawab dan kreativitas dalam kehidupan pribadi, sosial, dan profesional.

### 3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Tugas-tugas perkembangan dewasa awal menurut Hurlock sebagai berikut.<sup>18</sup>

#### a. Memilih pasangan hidup

Individu yang telah melewati masa remaja akan semakin mengalami kematangan fisiologis. Pada masa ini individu telah siap melakukan tugas reproduksi sehingga individu menjalin hubungan serius dengan lawan jenis sebelum memutuskan untuk menikah.

#### b. Belajar hidup Bersama suami istri

Pada masa ini, individu mulai menjalin hubungan rumah tangga dengan melakukan pernikahan. Individu akan hidup Bersama pasangan, berusaha memahami satu sama lain.

#### c. Mencari pekerjaan

---

<sup>18</sup> Abdul Rahim, Fuaddillah Putra, and Wira Solina, "Ketercapaian Tugas Perkembangan Mahasiswa Pada Masa Dewasa Awal Di Universitas PGRI Sumatera Barat (Studi Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2018)," *Jurnal Wahana Konseling* 5, no. 1 (2022): hal. 71, <https://doi.org/10.31851/juang.v5i1.7962>.

Pada masa ini individu akan memasuki dunia kerja dan membangun karir merupakan tugas penting di dewasa awal.

**d. Menjalankan rumah tangga**

Individu akan berusaha menjalankan rumah tangga. Pasangan suami istri akan membina rumah tangga Bersama, berusaha menyesuaikan diri dengan peran baru, saling memahami dan saling menguatkan untuk menciptakan keluarga yang Bahagia.

**e. Mendidik anak**

Setelah memiliki anak, tugas perkembangan selanjutnya adalah membesarkan dan mendidik anak. Tugas ini mencakup memberikan perawatan fisik, kasih sayang, dukungan emosional, serta bimbingan moral dan sosial agar anak dapat tumbuh dan berkembang menjadi individu yang sehat dan mandiri.

**f. Bertanggung jawab sebagai warga negara**

Pada masa ini, individu akan mulai terjun ke masyarakat. Individu akan mulai belajar norma-norma dan aturan yang berlaku di masyarakat. Individu juga mulai bersosialisasi dengan Masyarakat sekitar dan mengikuti kegiatan yang ada di Masyarakat.

#### g. Bergabung dengan kelompok sosial

Pada masa ini, individu akan membangun dan memelihara hubungan sosial yang positif dengan teman, keluarga dan Masyarakat lainnya.

Dengan demikian, tugas perkembangan dewasa awal mencakup pemilihan pasangan hidup, pembentukan keluarga, pengembangan karier, pengasuhan anak, tanggung jawab sosial, dan keterlibatan dalam kehidupan bermasyarakat.

#### D. Hubungan *Self Disclosure* dengan Kepuasan Pernikahan pada suami dewasa awal

Pengungkapan diri memiliki peran krusial dalam menciptakan kebahagiaan dalam pernikahan, terutama bagi suami yang berada di usia dewasa awal. Fase dewasa awal adalah saat di mana seseorang belajar untuk membangun kedekatan dalam hubungan. Bagi suami yang baru saja menikah atau yang menikah pada tahap ini, kemampuan untuk mengungkapkan diri menjadi elemen penting dalam membangun persatuan yang memuaskan. Suami yang berada di usia dewasa awal dan mampu melakukan pengungkapan diri dengan baik akan mendapatkan berbagai keuntungan dalam pernikahannya.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> Laily Qadariyah and Melok Roro Kinanthi, "Pengungkapan Diri Dan Komitmen Pernikahan: Studi Korelasi Pada Individu Yang Menjalani Commuter Marriage," *Jurnal*

Pertama, mengungkapkan diri menciptakan kedekatan emosional yang kuat dengan istri. Ketika suami berbagi tentang perasaan, pikiran, dan pengalaman pribadinya, istri bisa lebih memahami dan merespons dengan kepedulian, yang menghasilkan kedekatan yang erat. Kedua, mengungkapkan diri memperbaiki kualitas komunikasi dalam pernikahan. Suami yang terbuka mengenai kebutuhan, harapan, dan kekhawatiran mereka membantu istri untuk melihat dari sudut pandangnya. Hal ini mengurangi kesalahpahaman dan meningkatkan efektivitas komunikasi, yang merupakan dasar dari kepuasan dalam rumah tangga. Ketiga, proses pengungkapan diri memperkuat dan membangun kepercayaan antara suami dan istri. Ketika suami mau membagikan hal-hal pribadi dan rentan, ini menunjukkan betapa besarnya tingkat kepercayaan yang ia miliki terhadap istri. Sebaliknya, keterbukaan tersebut juga mendorong istri untuk memberikan balasan dengan kepercayaan yang setara. Dan keempat, mengungkapkan diri menjadikan dukungan emosional lebih efektif. Ketika suami menyampaikan stres, kekhawatiran, atau tantangan yang mereka hadapi, istri dapat memberikan dukungan yang tepat karena memahami situasi yang sebenarnya dihadapi suami.

Bagi suami yang berada pada fase dewasa awal, pengungkapan diri sangatlah penting karena mereka sedang beradaptasi dengan peran baru sebagai suami. Mereka perlu belajar mengelola harapan, menghadapi tantangan dalam pernikahan, dan membangun identitas sebagai pasangan. Kemampuan untuk mengungkapkan diri mendukung proses penyesuaian ini dan memberikan kontribusi pada tingkat kepuasan pernikahan yang lebih baik.<sup>20</sup>

#### E. Kerangka Berpikir

Fenomena yang terjadi di Desa Muara Cawang dan Desa Ujung Pulau menunjukkan masih ditemukannya konflik rumah tangga yang dipicu oleh masalah finansial, lemahnya komunikasi, dan kurangnya keterbukaan dalam mengungkapkan perasaan serta permasalahan pribadi. Sebagian suami dewasa awal cenderung menyelesaikan masalah secara mandiri dan tidak mengungkapkan tekanan emosional yang dialami kepada pasangan.

Kurangnya keterbukaan diri tersebut berpotensi menimbulkan kesalahpahaman, jarak emosional, serta menurunkan kualitas komunikasi dalam pernikahan. Kondisi ini dapat memengaruhi tingkat kepuasan pernikahan yang dirasakan oleh suami. Dengan demikian,

---

<sup>20</sup> Hanifatusholihah Theresia Indira Shanti And Fakultas, "Pengaruh Pengungkapan Diri Dan Penyesuaian Pernikahan Terhadap Kualitas Pernikahan Pasangan Dengan Cara Ta'aruf" 12, No. 1 (2023): hal.39.

secara logis terdapat dugaan bahwa keterbukaan diri *self disclosure* berhubungan dengan kepuasan pernikahan pada suami dewasa awal.

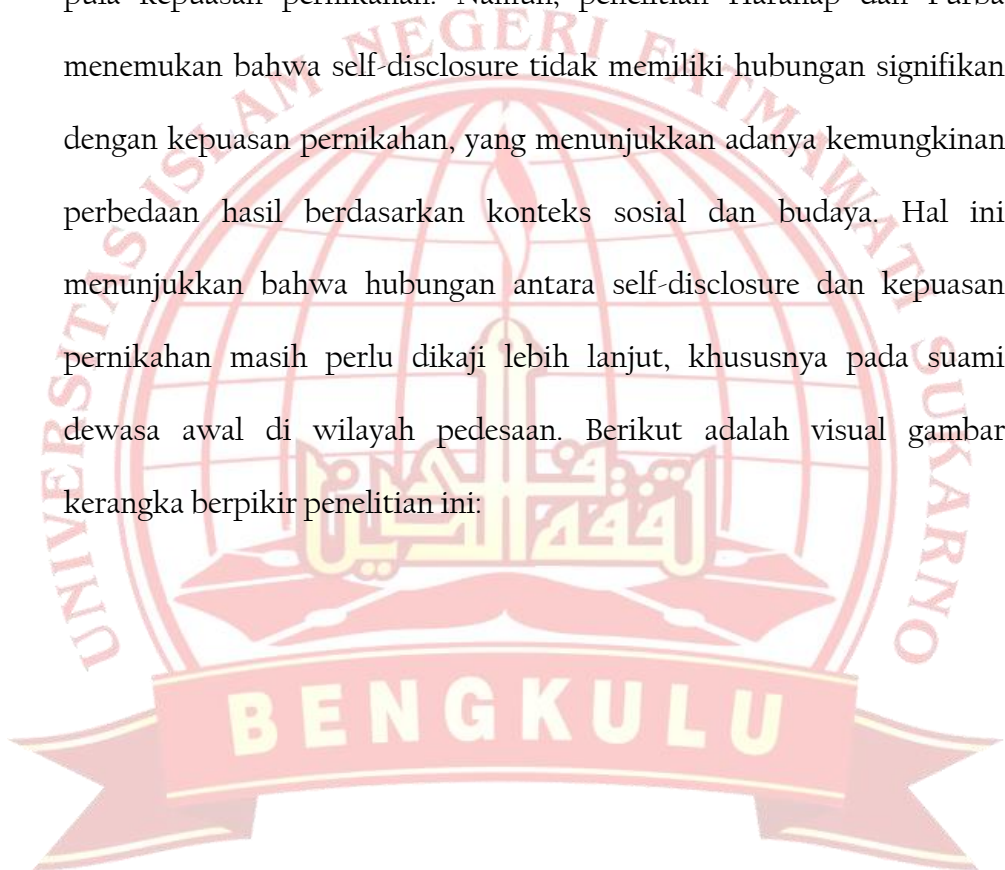
Menurut teori penetrasi sosial dari Altman dan Taylor, hubungan interpersonal berkembang melalui proses keterbukaan diri yang bertahap. Semakin dalam dan luas individu membuka diri, maka semakin tinggi tingkat keintiman dan kualitas hubungan yang terbentuk. Magno, Cuason, dan Figuera menjelaskan bahwa *self disclosure* mencakup aspek emosional, hubungan interpersonal, masalah, agama, seks, pikiran, dan pekerjaan. Sementara itu, Olson dan Fower menjelaskan bahwa kepuasan pernikahan mencakup sepuluh aspek, yaitu komunikasi, resolusi konflik, pengelolaan keuangan, aktivitas waktu luang, orientasi agama, orientasi seksual, keluarga dan teman, anak dan pengasuhan, kepribadian, serta kesamaan peran. Berdasarkan teori tersebut, keterbukaan diri yang baik memungkinkan terciptanya komunikasi efektif, kepercayaan, dan kedekatan emosional, yang merupakan bagian dari kepuasan pernikahan.

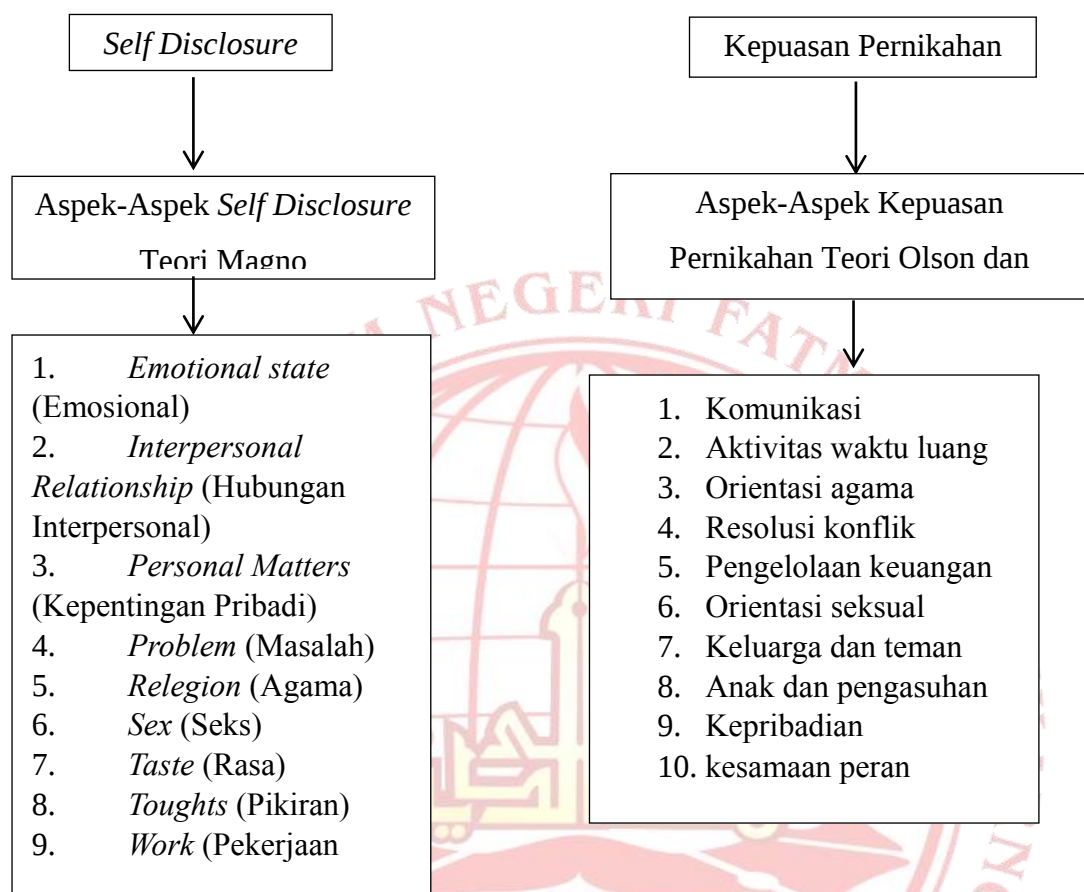
Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu:

- Variabel Bebas (X): Self-Disclosure
- Variabel Terikat (Y): Kepuasan Pernikahan

Self-disclosure diukur berdasarkan aspek teori Magno, sedangkan kepuasan pernikahan diukur berdasarkan aspek teori Olson dan Fower.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan positif antara self-disclosure dan kepuasan pernikahan, seperti penelitian Savira Fitri Hakim dan Octia Choraima Manullang, yang menemukan bahwa semakin tinggi keterbukaan diri, semakin tinggi pula kepuasan pernikahan. Namun, penelitian Harahap dan Purba menemukan bahwa self-disclosure tidak memiliki hubungan signifikan dengan kepuasan pernikahan, yang menunjukkan adanya kemungkinan perbedaan hasil berdasarkan konteks sosial dan budaya. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara self-disclosure dan kepuasan pernikahan masih perlu dikaji lebih lanjut, khususnya pada suami dewasa awal di wilayah pedesaan. Berikut adalah visual gambar kerangka berpikir penelitian ini:





Bagan 2.1 Kerangka Berpikir

## F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berfikir di atas, dapat diketahui hipotesis dari penelitian sebagai berikut:

H<sub>0</sub>: Tidak ada hubungan antara *self-disclosure* dengan kepuasan pernikahan pada dewasa awal.

H<sub>a</sub>: Terdapat hubungan antara *self-disclosure* dengan kepuasan pernikahan pada dewasa awal.

