

Analisis Pernikahan Ditinjau dari Aspek Psikologis

Fina Afriany

Program Studi Keperawatan, IAK Setih Setio Muara Bungo, Indonesia

*Corresponding author : finaindojenius@gmail.com

Article History:

Received : 19-01-2026

Accepted : 26-01-2026

Keywords: Pernikahan Bahagia;
Konflik Emosional; Aspek
Psikologis; Keharmonisan
Keluarga

ABSTRAK

Pernikahan yang bahagia merupakan hal yang diimpikan banyak orang, akan tetapi banyak perceraian terjadi karena pertengkaran terus menerus, adanya konflik emosional yang membuat merasa tidak tahan dan tingkah laku yang buruk, sehingga rumah tangga menjadi tidak harmonis. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti ini adalah studi kepustakaan. Teknik analisis data pada penelitian ini dengan menggunakan teknik analisa kualitatif dengan cara deduktif. Hasil Dalam pernikahan membutuhkan tiga aspek kejiwaan (psikologis) bagi masing-masing individu untuk dapat menjalankan kehidupannya yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan perilaku yang harus berjalan selaras dan positif. Ketika tahapan-tahapan dalam pernikahan ini dapat dijalani, dilalui serta segala kebutuhannya dapat terpenuhi maka pernikahan akan dapat berhasil, bahagia yang membuat seseorang dapat mencapai puncak tertinggi, menjadi diri sendiri dan memenuhi potensi dirinya secara penuh.

PENDAHULUAN

Menikah merupakan sebuah fase dalam kehidupan yang dilalui seorang individu yang dapat dilatar belakangi oleh berbagai macam faktor, baik internal maupun eksternal. Pernikahan dianggap hal yang sakral karena dalam pernikahan hubungan antara seorang laki-laki dan perempuan menjadi sah secara agama dan negara. Pernikahan merupakan fase penting yang dapat mempengaruhi bagaimana kehidupan di masa depan, adanya harapan dan tuntutan yang ada dimasyarakat berdasarkan norma agama maupun social membuat seorang individu membuat keputusan untuk menikah. Memiliki pasangan yang baik atau tepat untuk mendapatkan keluarga yang harmonis tentunya menjadi tujuan, harapan serta keinginan dari individu sehingga keluarga memiliki kualitas yang baik sehingga mewujudkan keluarga sakinah, *mawaddah*, *wa rahmah* yang menjadi harapan setiap orang. Sakinah artinya ketenangan, ketenteraman, kebahagiaan, *mawaddah* artinya cinta, kasih dan suka, dan *rahmah* yang artinya sayang atau menaruh kasihan (Ismatulloh, 2016).

Mewujudkan pernikahan yang harmonis membutuhkan usaha dari kedua belah pihak baik suami maupun istri sebagai tonggak utama dari rumah tangga itu sendiri. Menjaga komitmen yang ada, saling menghargai dan menghormati membuat rumah tangga itu menjadi kuat. Adanya rasa kasih sayang, cinta yang mendasari perasaan pada keduanya juga dapat menjadi aspek penting dalam menjalankan pernikahan. Pernikahan memiliki prosesnya untuk bersama sama saling belajar menjalankan perannya secara benar dan tepat. Bagaimana keduanya menghadapi tantangan, konflik ujian serta cobaan yang ada, yang datang baik dari dalam diri itu sendiri maupun luar dirinya, seperti perbedaan latar belakang dari, pendidikan, status sosial, hobby, pengetahuan/wawasan, suku/adat istiadat dan perbedaan

karakter/kepribadian. Terkadang dalam pernikahan setelah menjalani kehidupan rumah tangga kenyataan tidak sesuai dengan harapan oleh pasangan suami istri (Triningtyas & Muhayati, 2017).

Berbagai macam faktor penyebab kebahagiaan tidak terwujud dalam sebuah pernikahan diantaranya adalah perubahan gaya hidup, menjalankan peran yang berbeda dari yang sebelumnya sehingga adanya tanggung jawab, tuntutan dan beban yang harus dipenuhi dengan peran tersebut. Pada pasangan yang tidak mampu melakukan tuntutan peran dan tanggung jawab sebagai suami maupun istri dapat disebabkan karena pernikahan di usia muda/dini, terjadinya beberapa aspek kekerasan dalam rumah tangga, tidak mendapatkan kepuasan dalam perkawinan, serta adanya ketidakstabilan emosional. Sering kali laki-laki maupun perempuan yang akan atau ingin menikah kurang menyadari perlunya kesiapan dalam menghadapi pernikahan, mereka menjalankan apa adanya tanpa membekali diri dengan pengetahuan yang cukup padahal berbagai hal yang perlu dipersiapkan seseorang dalam menghadapi pernikahan cukup banyak seperti kematangan fisik, psikologis dan sosial-ekonomi.

Pasangan perlu memiliki komitmen yang kuat untuk bisa tetap menjaga pernikahan dan tetap bertahan. Selain komitmen yang tinggi, memiliki rasa hormat kepada pasangan juga penting karena dengan saling menghormati akan menumbuhkan perasaan positif diantara keduanya yang akan dapat menumbuhkan rasa kasih sayang secara terus menerus. Maka dalam pernikahan ada pasangan yang mampu untuk hidup harmonis, ada pula yang bertahan namun tidak bahagia dengan berbagai macam alasannya serta ada pula yang memutuskan untuk mengakhiri pernikahannya dengan konsekuensi yang ada.

Jumlah perceraian di Jambi mengalami kenaikan dalam tujuh tahun terakhir. Pada tahun 2024 tercatat 230 kasus, jumlah yang lebih banyak dibandingkan tahun 2023 tetapi lebih rendah dari tahun 2022. Sebanyak 1,26% rata-rata pertumbuhan tahunan (CAGR) selama 5 tahun terakhir. Berdasarkan data dibandingkan dengan 34 provinsi lainnya, data terbaru yang dipublikasikan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada Desember 2024 menempatkan provinsi Jambi di urutan 17 nasional (Darmawan, A. D., 2025). Alasan terbanyak perceraian adalah karena pertengkaran terus menerus karena adanya konflik emosional, tingkah laku yang buruk, yang membuat tidak adanya keharmonisan dalam rumah tangga. Berdasarkan pemaparan diatas maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah analisis terhadap pernikahan ditinjau secara psikologis.

METODE PENELITIAN

Adapun metode penelitian kajian pustaka atau studi kepustakaan yaitu berisi teori-teori yang relevan dengan masalah – masalah dalam penelitian yang diambil peneliti. Kajian pustaka atau studi pustaka merupakan kegiatan yang diwajibkan dalam suatu penelitian, khususnya penelitian akademik yang tujuan utamanya yaitu dalam mengembangkan aspek teoritis maupun aspek manfaat praktis.

Jenis penelitian ini adalah bibliografi, menurut Zed (2004) dijelaskan bahwa bibliografi adalah daftar informasi dalam buku-buku karya pengarang maupun ahli dalam berbagai bidang, keahlian atau penerbit tertentu. Penelitian ini seluruhnya berdasarkan atas kajian pustaka atau studi literature. Oleh karena itu sifat penelitiannya adalah penelitian kepustakaan (*library reseach*). Data yang dikumpulkan dan di analisis seluruhnya berasal dari literatur maupun bahan dokumentasi lain, seperti tulisan di jurnal, maupun media lain yang relevan dan masih

dikaji. Data yang dikumpulkan dalam studi ini adalah dua jenis data yaitu data bersifat primer dan data yang bersifat sekunder.

Teknik pengumpulan data yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah studi kepustakaan, yaitu dengan cara mencari data yang berkaitan dengan pembahasan dalam judul penelitian yang peneliti ambil. Dalam penelitian ini data yang relevan dikumpulkan dengan berbagai cara, yaitu dengan Studi Pustaka, Studi Literatur, Pencarian di internet. Teknik Analisis Data yang dilakukan penelitian dengan menggunakan teknik analisa kualitatif dengan cara deduktif, maksudnya adalah dari hal-hal atau teori yang bersifat umum untuk menarik kesimpulan yang bersifat khusus. Dan dengan cara induktif yang berkaitan dengan fakta-fakta peristiwa khusus dan konkret kemudian menarik kesimpulan dari bersifat khusus ke bersifat umum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Manusia diciptakan tuhan sebagai makhluk sosial yang hidup membutuhkan orang lain, seperti hirarki kebutuhan Abraham maslow yang dimulai dari kebutuhan tingkat terendah dengan kebutuhan tingkat tertinggi, yang jika terpenuhi ia akan naik pada level berikutnya.

1. Kebutuhan Fisiologis: Paling dasar seperti oksigen, makan, minum, tidur, sandang tempat tinggal dan lain sebagainya (McLeod Saul, 2018).
2. Kebutuhan Keamanan: keamanan atas diri sendiri merasa aman dari bahaya fisik, psikologis, adanya perlindungan, kesehatan dan adanya kebebasan (Hadori, 2015).
3. Kebutuhan Sosial (Cinta & Kepemilikan): Kebutuhan rasa cinta adalah kebutuhan akan saling memiliki satu sama lain, seperti adanya rasa saling memiliki, rasa saling menerima, rasa saling kasih sayang serta adanya rasa kehangatan didalam keluarga dengan saling memberi dan menerima (Sada, 2017).
4. Kebutuhan Harga Diri (Esteem): Pengakuan, status, reputasi, pencapaian dan kebutuhan ego yang berkaitan dengan keinginan seorang individu.
5. Kebutuhan Aktualisasi Diri: Pengembangan diri penuh, mencapai potensi tertinggi menjadi diri sendiri seutuhnya.

Berdasarkan kebutuhan tersebut seorang individu dapat mememenuhinya dalam kehidupan pernikahan. Membangun sebuah keluarga tentunya perlu memenuhi kebutuhan dasar hidup dengan peran suami sebagai kepala keluarga yang bertugas mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan sandang, pangan dan papan dengan bekerja untuk pemenuhan kebutuhan ekonomi sesuai dengan kemampuannya. Manusia akan dapat hidup dengan layak ketika sudah mampu untuk memenuhi kebutuhan makan dan memiliki tempat tinggal. Istri yang bekerja juga dapat membantu ekonomi keluarga. Walaupun pada realitanya bisa terjadi pendapatan yang diperoleh istri lebih besar dari suami, hal ini bisa melemahkan rumah tangga dan dapat menjadi masalah atau konflik jika tidak disikapi dengan baik. Akan tetapi dapat juga dapat memperkuat perekonomian keluarga dengan cara adanya sikap saling mendukung dengan pekerjaan masing-masing, pasangan menjadi tempat bertukar pikiran, diskusi dan sharing, sehingga dapat menanggung beban bersama.

Pasangan perlu untuk saling kompak, membangun komunikasi yang baik dan efektif sehingga pasangan menjadi teman hidup bukan persaingan dengan ego yang butuh pengakuan benar dan salah serta saling menyerang, akan tetapi pasangan menjadi tempat yang nyaman untuk dapat bercerita serta menyelesaikan masalah bersama. Penting dipahami bahwa rezeki

dalam rumah tangga adalah milik bersama dan uang bukan faktor utama yang membuat orang menjadi bahagia akan tetapi adanya penerimaan serta rasa syukur itu menjadi lebih penting, ketika di dalam pernikahan suami istri memiliki perasaan tenang maka akan tercipta hubungan yang sehat dan akan dapat mempengaruhinya dalam bekerja, menjalankan peran domestik dan peran pengasuhan.

Masalah ekonomi rumah tangga dapat muncul dikarenakan kurangnya pendapatan yang tidak disesuaikan dengan pengeluaran dan kebutuhan yang terus meningkat, pengeluaran tidak terencana (konsumtif), utang yang menumpuk dan tidak dapat dibayar, kurangnya perencanaan dan pengelolaan keuangan, gaya hidup yang tidak sesuai dengan kemampuan yang biasanya dilatar belakangi oleh kurangnya komunikasi antar pasangan mengenai uang. Pada banyak kasus perceraian di sebabkan oleh faktor ekonomi yang memicu ketegangan secara emosional, pertengkaran yang terus menerus serta kekerasan secara ekonomi. Angka perceraian di Kota Jambi sepanjang tahun 2024 berdasarkan data resmi dari Pengadilan Agama Jambi, tercatat sebanyak 1.388 dengan sebanyak 1.288 perkara telah diputuskan dan 126 sisanya diselesaikan pada awal 2025. "Penyebab utamanya tetap yang mendominasi adalah yakni pertengkaran terus-menerus dan perselisihan yang tidak berujung, tercatat sebanyak 753 perkara yang terjadi karena konflik emosional di dalam rumah tangga," (Jambi 1, 2025).

Kepuasan perkawinan dapat dirasakan pasangan suami istri jika mereka merasa bahagia dan gembira yang berhubungan dengan aspek-aspek dalam perkawinannya Hawkins (Rachmawati dan Mastuti, 2013, h. 74). Penelitian yang dilakukan oleh Ratnawati. D, dkk (2024) mendapatkan hasil bahwa kemampuan manajemen konflik dan kecerdasan emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Pernikahan dapat berhasil ketika dua orang dapat bersatu dari latar belakang yang berbeda, mampu memahami perbedaan antara laki-laki dan perempuan dari cara kerja otak, perasaan, emosi dan cara berkomunikasi. Selain itu perlu saling memahami pikiran dan perasaan pasangan, menemukan serta menerima perbedaan, serta dapat bekerja sama untuk menangani konflik yang dihadapi dalam rumah tangga.

Istri berperan sebagai *partner* utama suami dalam mengurus rumah tangga, menjalankan peran domestik dan pengasuhan. Istri berperan antara suami istri sebagai tim yang memberikan dukungan emosional, moral, kasih sayang dan pendidik yang mengajarkan tentang moral, etika dan karakter anak. Sehingga hubungan keluarga menjadi seimbang, harmonis yang membuat suasana rumah menjadi aman dan nyaman. Istri juga dapat berkarir mengembangkan potensi yang ada diarah public namun tetap seimbang dengan tanggung jawab domestik dan pengasuhan di rumah. Dalam menjalani pernikahan memiliki kecerdasan emosi sangatlah penting untuk dapat menyesuaikan diri secara baik, dan mempengaruhi perilaku dengan pasangannya sehingga akan memiliki interaksi yang baik serta memahami dirinya, orang lain secara utuh, mendalam dan memiliki pandangan yang positif.

Dalam tinjauan psikologi, tugas perkembangan seseorang pada masa dewasa awal pada sosial emosional salah satunya adalah pernikahan, yang merupakan lima tahap siklus kehidupan keluarga yaitu persiapan meninggalkan rumah sebagai individu yang mandiri dan bertanggung jawab secara emosional dan finansial. Menurut Carter & McGoldrick (dalam Santrock, 1995) ada enam tahapan dalam siklus hidup keluarga, yaitu (Saidiyah dkk., 2016):

1. Meninggalkan rumah.
2. Penggabungan keluarga melalui pernikahan (pasangan baru).

3. Menjadi orangtua dan keluarga dengan anak.
4. Keluarga dengan anak remaja.
5. Keluarga pada kehidupan usia tengah baya.
6. Keluarga pada kehidupan usia lanjut.

Dalam pernikahan perlu adanya komitmen dan penyesuaian terhadap pernikahan mengenai pembagian tanggung jawab dan menjalankan peran yang sesuai. Tahapan Pernikahan menurut Dawn J. Liphthrott, LCSW sebagai berikut:

1. Cinta yang Romantis

Merasakan cinta yang menggebu-gebu dalam situasi yang romantic dan penuh cinta karena memulai hidup baru seperti yang direncanakan dan harapkan untuk dapat hidup bersama.

2. Kekecewaan atau Kesulitan

Munculnya rasa kecewa ketika kenyataan tidak sesuai dengan kenyataan atau espektasi di awal pernikahan, menemukan perbedaan, sering menyalahkan, adanya perasaan negative, saling kritik, berusaha untuk menang, ego yang tinggi dan sulit menerima kekurangan. Merasa tidak tahan jika terjadi terus menerus dan menjadi fase krisis pernikahan yang akhirnya banyak pasangan yang berpisah.

3. Pengetahuan dan Kesadaran

Dapat belajar lebih memahami pasangannya dan dirinya sendiri. Melakukan perenungan dan memahami masalah yang sering terjadi sehingga memunculkan kesadaran kualitas pernikahan untuk menjadi lebih baik.

4. Transformasi.

Pasangan mulai menerima perbedaan, kekurangan dan berusaha menerima pasangan apa adanya, sehingga tidak lagi berusaha untuk merubahnya. Suami dan istri berusaha menyenangkan hati pasangannya dan dapat mengatasi perbedaan dengan menunjukkan rasa saling menghormati, empati, dan ketulusan untuk memiliki kehidupan pernikahan yang nyaman dan damai.

5. Cinta Sejati

Suami istri memiliki cinta yang mendalam antara satu sama lain, penuh kebersamaan, keromantisan, kegembiraan, dan keintiman yang tenang. Pasangan menjadi tempat ternyaman, merasa bahagia dan menggunakan waktu bersama untuk saling berkasih sayang serta perhatian.

Riansa. A. A, dkk. (2023) dalam penelitiannya menemukan bahwa keadaan dinamika psikologis individu yang sudah menikah mengalami banyak perubahan saat sebelum menikah dan sesudah menikah terutama pada tingkat stress yang dirasakan pada individu dengan berbagai macam faktor penyebabnya. Tahapan yang dijalani oleh individu dalam pernikahan tidaklah mudah, ada tiga aspek kejiwaan (psikologis) penting yang mempengaruhi yaitu, kognisi bagaimana suami istri memiliki pengetahuan, pemahaman tentang dirinya sendiri dan pasangannya. Memiliki juga kemampuan untuk menganalisis masalah yang ada dari awal pernikahan serta selama proses pernikahan yang berasal dari internal diri individu itu sendiri maupun faktor eksternal seperti pengaruh keluarga lain, peran pengasuhan, peran domestic, ekonomi, sex, perbedaan karakter sifat dan kepribadian sehingga mampu mencari jalan keluar secara logis dan realistis.

Selanjutnya melakukan penerapan dari pengetahuan di dipelajari seperti, memahami perannya dalam rumah tangga dan kemudian melakukan evaluasi akan kekurangan dan kesalahan, untuk bersama-sama saling belajar dan saling meningkatkan kemampuan kognitif sesuai dengan usia dengan tugas perkembangannya. Jika dalam pernikahan pasangan memiliki kemampuan kognitif yang baik, maka akan dapat cepat menyelesaikan masalah yang ada dan tidak menambah masalah baru dikarenakan mampu fokus pada masalah yang sedang dihadapi. Mampu menilai dan bersikap secara objektif, untuk mencapai tujuan, mampu melakukan antisipasi terhadap masalah, dapat mengambil keputusan dengan baik yang penuh pertimbangan akan resiko atau dampak jangka pendek maupun jangka panjang demi kepentingan bersama dalam rumah tangga yang akhirnya juga mempengaruhi aspek lainnya.

Selain aspek kognitif aspek emosi juga memiliki peran penting dalam pernikahan, karena berhubungan dengan perasaan yang dirasakan oleh suami istri itu sendiri. Kondisi emosi mempengaruhi kemampuan individu untuk menangani konflik (Hocker dkk 2022). Suami istri perlu memiliki kecerdasan emosi, karena ketika perasaannya tenang dan dapat ia kendalikan maka ia dapat menerima dan merespon stimulus secara tepat dengan interaksi sesama individu serta lingkungannya. Hasil penelitian dari Novirayanthi (2017) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dan kepuasan pernikahan. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Hidayah et al., 2020) bahwa seseorang yang memiliki kecerdasan emosi akan dapat melakukan penyesuaian diri dan dapat mengekspresikan perasaannya dengan tepat sehingga dapat meredam konflik yang terjadi dalam rumah tangganya sehingga akan tercipta kepuasan dalam pernikahan. Secara umum teori kecerdasan emosional mengungkapkan bahwa orang dengan kecerdasan emosional rendah akan cenderung bersikap agresif dan kecerdasan emosional yang baik akan dapat mengurangi agresif (Goleman, 2004).

Goleman (2004) menyatakan bahwa kecerdasan emosional terdiri dari lima komponen, yaitu kesadaran diri untuk dapat mengendalikan emosi dengan tidak bereaksi otomatis dengan cara memahami emosi yang dirasakan melalui identifikasi, menerima emosi dengan pengakuan yang dirasakan secara apa adanya dan kemudian mengelola emosinya agar tetap fokus pada permasalahan dan terkendali. Ditunjang dengan adanya motivasi diri yang kuat baik motivasi internal untuk dirinya sendiri maupun eksternal karena anak, keluarga serta lainnya. Individu dengan kecerdasan emosi dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain dengan empati, tidak focus pada perasaannya sendiri tetapi juga mempertimbangkan perasaan orang lain. Selain itu perlu memiliki keterampilan sosial untuk menghadapi orang lain atau stimulus yang menjadi pemicu munculnya emosi, bagaimana ia berkata dan bersikap. Dengan demikian individu dapat membahas perbedaan dan ketidaksetujuan secara terbuka dan tidak egois untuk melakukan kompromi dan negosiasi yang tepat (Gottman & Krokoff, 1989; Kurdek, 1994).

Emosi akan mempengaruhi perilaku suami istri dalam kehidupan pernikahan. Suami istri saling mempengaruhi, mengamati dan meniru karena adanya interaksi yang terjadi setiap harinya. Perilaku dapat menjadi positif maupun negative. Beberapa perilaku positif yang dilakukan seperti melakukan komunikasi yang jujur dan terbuka antara satu dengan lainnya, bersedia menjadi pendengar yang baik, tidak mengintimidasi, tidak merendahkan jujur mengungkapkan perasaan dan menghargai pasangan. Menjaga komitmen pernikahan dengan rasa percaya dan setia secara konsisten atau terus menerus. Menunjukkan sikap empati kepada pasangan dengan memahaminya, menurunkan ego disertai dengan adanya sentuhan fisik seperti memeluk, memegang tangan, adanya kontak mata dan mewujudkan kesepakatan

melalui perilakunya dengan memberikan dukungan emosional dan bekerja sama. Melakukan kedekatan, keintiman, memberikan pujian serta menghabiskan waktu yang berkualitas bersama. Yang utama adalah tidak melakukan kekerasan baik secara fisik, verbal, ekonomi, seksual dan psikologis. Perilaku dapat dikembangkan dan merubah dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Pernikahan merupakan moment sakral bagi seorang individu dalam kehidupannya dan pernikahan yang bahagia merupakan harapan besar yang ingin terwujud. Dalam pernikahan membutuhkan tiga aspek kejiwaan (psikologis) bagi masing-masing individu untuk dapat menjalankan kehidupannya yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan perilaku yang harus berjalan selaras dan sesuai. Ketika tahapan dalam pernikahan ini dapat dijalani serta dilalui maka pernikahan akan dapat berhasil dan bahagia. Pernikahan yang berhasil adalah ketika dapat bertahan hingga akhir hayat yang di dalamnya terdapat suami, istri dan anak yang bahagia. Pasangan merasa puas terhadap pernikahan mereka karena berhasil mengatasi dan menyelesaikan masalah yang dihadapi selama periode pernikahan. Pasangan mampu berubah secara positif, dewasa dan matang dengan sendirinya melalui proses belajar menemukan diri serta mengembangkannya, sehingga dapat menjalankan perannya secara tepat dengan terpenuhinya berbagai macam kebutuhan dan terwujudnya aktualisasi diri secara utuh serta mampu hidup secara baik di tengah masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Darmawan, A. D, 2025. Update 2024: Jumlah Perceraian Jambi 230 Kasus. <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/6001d137ed95c85/update-2024-jumlah-perceraian-jambi-230-kasus>.
- [2] Goleman, D. (2004). *Emotional Intelligence. Mengapa EQ lebih penting daripada IQ. Cetakan-14. Ahli Bahasa: Hermaya*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- [3] Gottman, J.M., & Krokoff L.J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47-52.
- [4] Hidayah, B., Ariyanto, A.A., & Hariyadi, S. (2020). Apakah Emotional Intelligence dipengaruhi gender?: Analisis perbedaan kecerdasan emosi kaitannya dengan manajemen konflik suami-isteri dalam masa kritis perkawinan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(2), 43-51. <http://dx.doi.org/10.24843/JPU.2020.v07.i02.p05> dan-judol-jadi-pemicu-utama
- [5] Hocker, J. L., & Wilmot, W. W. (2018). Interpersonal Conflict. In *Encyclopedia of Applied Psychology, Three-Volume Set* (tenth). McGraw-Hill Education,. <https://doi.org/10.1016/B0-12-657410-3/00058-1>
- [6] Ismatulloh, (2015). Konsep Sakinah, Mawaddhah Dan Rahmah Dalam Al-Qur'an (Perspektif Penafsiran Kitab Al-Qur'an Dan Tafsirnya). *Jurnal Pemikiran Hukum Islam*, 17,
- [7] Jambi 1. (2025). Perceraian Masih Tinggi di Kota Jambi, Pertengkaran dan Judol Jadi Pemicu Utama. <https://jambisatu.id/daerah/3607/perceraian-masih-tinggi-di-kota-jambi-pertengkaran->

- [8] Novirayanthi, I. A. I. (2017). *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kepuasan Perkawinan*. Skripsi. Universitas Sanata Dharma. Diakses dari <http://repository.usd.ac.id/eprint/11508>
- [9] Ratnawati, D., dkk. (2024). Hubungan manajemen konflik dan Kecerdasan Emosi terhadap Kepuasan Pernikahan. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 26(1).
- [10] Riansa. A. A, dkk. (2023). Dinamika Psikologis Pada Individu Yang Sudah Menikah. *Proceeding Conference On Psychology And Behavioral Sciences*, 2(1).
- [11] Saidiyah, S., Julianto, V., Marsda, J., & Yogyakarta, A. (2016). Problem Pernikahan Dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus Pada Pasangan Suami Istri Dengan Usia Perkawinan Di Bawah Sepuluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2).
- [12] Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. 2017. Konseling Pranikah: Sebuah Upaya Meredukasi Budaya Pernikahan Dini di Kecamatan Pulung Kabupaten Ponorogo. *JKI (JurnalKonseling Indonesia)*, 3(1), 28–32.
- [13] Zed, M. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.