
HUBUNGAN ANTARA GRATITUDE DENGAN MARITAL SATISFACTION PADA ISTRI YANG MEMILIKI SUAMI DENGAN PENGHASILAN DI BAWAH UMR

Maharani Tyas Kristanti¹, Ratriana Yulastuti Endang Kusumiati²
maharanityaskristanti@gmail.com¹, ratriana.kusumiati@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gratitude dengan marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR. Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini yaitu istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR, tinggal di Pulau Jawa, usia pernikahan minimal 1 tahun, sudah memiliki minimal satu anak dalam rentang usia 1 tahun hingga 13 tahun. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan menggunakan teknik snowball sampling. Alat ukur yang digunakan yaitu ENRICH Marital Satisfaction Scale yang dikembangkan oleh Fowers & Olson 1993 dan Gratitude Questionnaire (GQ-6) yang dikembangkan oleh McCullough, Emmons, & Tsang (2002). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gratitude dengan marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR.

Kata Kunci: Gratitude, Marital Satisfaction, penghasilan di bawah UMR.

Abstract

This study aims to determine the relationship between gratitude and marital satisfaction among wives whose husbands earn below the minimum wage. The criteria for participants in this study were wives whose husbands earned below the minimum wage, lived on the island of Java, had been married for at least one year, and had at least one child between the ages of 1 and 13. The method used was quantitative with a correlational approach and snowball sampling technique. The measurement tools used were the ENRICH Marital Satisfaction Scale developed by Fowers & Olson 1993 and the Gratitude Questionnaire (GQ-6) developed by McCullough, Emmons, & Tsang (2002). The results of the study show that there is a significant relationship between gratitude and marital satisfaction among wives whose husbands earn below the minimum wage.

Keywords: Gratitude, Marital Satisfaction, income below the minimum wage.

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan hal penting bagi setiap individu. Pasangan yang menikah menganggap bahwa pernikahan sebagai janji suci untuk membentuk sebuah keluarga. UU RI No. 1 Tahun 1974 Pasal 1 tentang Perkawinan menyatakan, “Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa”. Setiap pasangan pasti menginginkan hubungan pernikahannya bahagia. Namun, dalam menjalin hubungan pernikahan, seringkali terdapat beberapa masalah atau tantangan yang harus dilalui, salah satunya yaitu tantangan ekonomi. Istri sebagai ibu rumah tangga harus pintar dalam mengelola keuangan rumah tangganya supaya kebutuhan rumah tangga dapat terpenuhi dengan baik. Jika istri tidak dapat mengelola keuangan dengan baik dan bijak, maka semakin besar tantangan ekonomi dalam keluarga tersebut sehingga dapat mengurangi kepuasan pernikahan (Kogoya, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa pernikahan pada pasangan yang memiliki pendapatan rendah kurang memuaskan dibandingkan dengan pasangan yang memiliki pendapatan tinggi. Selain itu, pasangan yang memiliki pendapatan rendah rentan mengalami ketidakstabilan kepuasan pernikahan (Jackson et al., 2017). Family Stress Model (FSM) menyatakan bahwa kesulitan ekonomi tergantung pada peningkatan stres psikososial yang dapat berakibat pada berkurangnya kualitas hubungan dan berakhir pada ketidakstabilan keluarga serta cara pengasuhan anak yang buruk (Arnold & Beelmann, 2018). Menurut BPS (2024), jumlah perceraian akibat faktor ekonomi di Indonesia sebanyak 100.198 pasangan. Di Pulau Jawa, daerah DKI Jakarta faktor perceraian akibat ekonomi sebanyak 1.881 pasangan, daerah Jawa Barat sebanyak 33.264 pasangan, daerah Jawa Tengah sebanyak 21.832 pasangan, DIY sebanyak 637 pasangan, daerah Jawa Timur sebanyak 32.852 pasangan, dan daerah Banten sebanyak 2.535 pasangan.

Menurut Sayehmiri et al. (2020), marital satisfaction atau kepuasan pernikahan merupakan kondisi mental yang tidak dapat dicapai dengan sendirinya sehingga setiap pasangan perlu berusaha untuk mewujudkan kepuasan pernikahannya, terlebih saat kondisi penghasilan suami di bawah UMR yang dapat menjadikan tantangan pada pasangan terlebih pada istri dalam mengelola keuangan keluarga untuk mencapai kepuasan pernikahannya. Menurut Ward et al. (2009), kepuasan pernikahan merupakan kondisi emosional individu yang merasa puas dengan interaksi, pengalaman, dan harapan dalam kehidupan pernikahannya. Kepuasan pernikahan merupakan penilaian individu terhadap kualitas hubungan pernikahan yang meliputi rasa positif maupun negatif yang dialami dengan pasangan (Bradbury et al., 2000). Menurut Fowers dan Olson (1993), kepuasan pernikahan merupakan penilaian pasangan yang telah menikah dengan menggunakan aspek-aspek pernikahan, seperti personality issues, communication, conflict resolution, financial management, leisure activities, sexual relationship, children and parenting, family and friends, equalitarian roles, dan religious orientation.

Kepuasan pernikahan memiliki beberapa faktor yang dapat memengaruhinya, seperti usia pernikahan, jumlah anak, pendidikan, masalah ekonomi, pekerjaan, kepuasan seksual, ciri-ciri kepribadian dan mampu memahami pasangan, keterampilan komunikasi, waktu luang, komitmen dan keyakinan agama (Nouri et al., 2019). Pada pasangan yang memiliki masalah ekonomi, dapat mengakibatkan konflik dalam hubungan pernikahannya. Oleh sebab itu, pasangan perlu memiliki rasa bersyukur agar dapat meningkatkan kepuasan pernikahan dengan pasangannya. Selain itu, kebersyukuran merupakan faktor yang dapat memengaruhi kepuasan pernikahan (Sipra, 2025). Kebersyukuran dapat dinyatakan dengan mengakui dan menghargai pekerjaan, pengorbanan, dan usaha pasangan untuk mempertahankan hubungannya (Sipra, 2025).

Kebersyukuran merupakan emosi yang muncul sebagai respons yang berkontribusi pada kesejahteraan. Selain itu, kebersyukuran mendorong individu untuk memiliki respons bersyukur yang positif. Kebersyukuran berkaitan dengan sifat moral yang baik, kepribadian, kebiasaan yang dapat memengaruhi individu dalam merespons perilaku terhadap situasi tertentu. Selain itu, aspek-aspek yang terdapat dalam kebersyukuran yaitu intensity, frequency, span, dan density (McCullough et al., 2002). Sejalan dengan hal itu, Fitzgerald (1998) juga menyatakan bahwa rasa syukur tidak hanya sebuah ‘emosi’ melainkan dapat membawa manfaat dan dampak positif dalam kehidupan individu supaya dapat menjalani kehidupannya dengan baik. Menurut Peterson dan Seligman (2004), bersyukur merupakan rasa berterima kasih dan kebahagiaan sebagai reaksi menerima berkat, yang membawa suatu keuntungan dari orang lain atau suatu kejadian yang mendatangkan kedamaian.

Penelitian yang dilakukan oleh Almutairi dan Meiri (2024), menunjukkan hasil positif antara rasa bersyukur dan kepuasan pernikahan pada wanita yang telah menikah karena rasa syukur dan perhatian penuh dapat berperan pada kepuasan pernikahan di kalangan wanita yang sudah menikah di Riyadh. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yusuf dan Latifa (2017), menyatakan bahwa pemaafan berpengaruh positif terhadap kepuasan pernikahan, selanjutnya ditemukan hasil rasa bersyukur berpengaruh positif pada kepuasan pernikahan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2022), menunjukkan kebahagiaan dan rasa bersyukur memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan pada istri yang ditinggal suami untuk bekerja di luar kota minimal selama 3 bulan. Penelitian Sipra (2025), juga menunjukkan hasil berkorelasi positif antara rasa syukur dan kepuasan pernikahan dan dukungan sosial merupakan mediator hubungan tersebut. Temuan ini mengindikasikan bahwa individu yang bersyukur menunjukkan apresiasi terhadap pasangannya, yang membuat ikatannya meningkat. Apresiasi tersebut dapat mengurangi rasa dendam, menjadikan hubungan emosional semakin meningkat, dan kepuasan pernikahan juga semakin meningkat.

Berdasarkan fenomena dan penelitian-penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran berperan untuk meningkatkan kepuasan pernikahan. Akan tetapi, penelitian yang membahas mengenai kebersyukuran pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR masih terbatas. Oleh karena itu, keterbatasan tersebut menjadi urgensi dalam penelitian ini. Hal tersebut juga dilihat dari angka perceraian yang terjadi di Indonesia akibat faktor ekonomi menurut BPS (2024). Adapun kebaruan dari penelitian ini berfokus pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR untuk melihat hubungan gratitude dengan marital satisfaction. Penelitian ini masih terbatas dilakukan, khususnya di Pulau Jawa sehingga lokasi penelitian pun menjadi kebaruan dari penelitian ini.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pendekatan ini dipilih karena untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel, yaitu gratitude dan marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah Penelitian dan Pengumpulan Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah pulau Jawa, dimana merupakan salah satu pulau yang memiliki jumlah penduduk terpadat di Indonesia. Lokasi penelitian dilakukan di pulau Jawa karena berdasarkan Badan Pusat Statistik (2024), jumlah perceraian akibat faktor ekonomi sebagian besar berada di Pulau Jawa, seperti Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur. Pengambilan data menggunakan google form yang berisi informed consent, kriteria responden, identitas responden, dan item-item dari alat ukur masing-masing variabel. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 31 Juli 2025 sampai dengan 19 September 2025, link kuesioner disebarkan melalui group WhatsApp, Instagram, Facebook, Twitter, dan Tiktok. Selain itu, juga dibantu dengan menggunakan teknik snowball sampling, dimana partisipan awal yang sesuai dengan kriteria diminta untuk merekomendasikan ke orang lain yang sesuai dengan kriteria tersebut. Target partisipan dalam penelitian ini 349 responden, akan tetapi jumlah partisipan yang didapatkan 369 partisipan, dan yang memenuhi kriteria sebanyak 338 partisipan dengan kriteria partisipan penelitian yaitu para istri yang memiliki suami dengan gaji di bawah UMR yang berada di Pulau Jawa, usia pernikahan minimal 1 tahun, sudah memiliki minimal 1 anak dalam rentang usia 1 tahun hingga 13 tahun. Kendala yang dihadapi ketika pengambilan data yaitu, sulitnya partisipan dalam meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner ini, terdapat hambatan yang dialami partisipan seperti keterbatasan kuota internet dan keterbatasan HP, sehingga peneliti perlu memberikan dorongan supaya partisipan dapat menyelesaikan kuesioner dengan baik.

B. Partisipan Penelitian

1. Karakteristik Berdasarkan Tempat Tinggal

Tabel 1. Karakteristik Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	UMR	Partisipan dengan penghasilan < UMR	Persentase %
Bandung, Jawa Barat	Rp4.482.914	25	7,4%
Depok, Jawa Barat	Rp5.195.720	17	5,0%
Cikarang, Jawa Barat	Rp5.558.515	2	0,6%
Bogor, Jawa Barat	Rp5.126.897	20	5,9%
Bekasi, Jawa Barat	Rp5.690.752	14	4,1%
Ciamis, Jawa Barat	Rp2.225.279	4	1,2%
Cirebon, Jawa Barat	Rp2.679.685	7	2,1%
Garut, Jawa Barat	Rp2.328.555	1	0,3%
Cimahi, Jawa Barat	Rp3.863.692	11	3,3%
Tasikmalaya, Jawa Barat	Rp2.801.962	5	1,5%
Tangerang, Banten	Rp5.069.708	33	9,8%
Cilegon, Banten	Rp5.128.084	2	0,6%
Serang, Banten	Rp4.857.353	2	0,6%
Jakarta	Rp5.396.761	23	6,8%
Tegal, Jawa Tengah	Rp2.376.684	15	4,4%
Pemalang, Jawa Tengah	Rp2.296.140	4	1,2%
Salatiga, Jawa Tengah	Rp2.533.583	24	7,1%
Brebes, Jawa Tengah	Rp2.239.801	6	1,8%
Surakarta, Jawa Tengah	Rp2.416.560	11	3,3%
Pekalongan, Jawa Tengah	Rp2.545.138	13	3,8%
Pati, Jawa Tengah	Rp2.332.350	3	0,9%
Semarang, Jawa Tengah	Rp3.454.827	10	3,0%
Cilacap, Jawa Tengah	Rp2.640.248	1	0,3%
Demak, Jawa Tengah	Rp2.940.716	1	0,3%
Kendal, Jawa Tengah	Rp2.783.455	1	0,3%
Magelang, Jawa Tengah	Rp2.281.230	10	3,0%
Klaten, Jawa Tengah	Rp2.389.872	1	0,3%
Yogyakarta	Rp2.655.041	15	4,4%
Surabaya, Jawa Timur	Rp4.961.753	13	3,8%
Bojonegoro, Jawa Timur	Rp2.525.132	1	0,3%
Gresik, Jawa Timur	Rp4.874.133	1	0,3%
Lamongan, Jawa Timur	Rp3.012.164	1	0,3%
Mojokerto, Jawa Timur	Rp4.856.026	5	1,5%
Pasuruan, Jawa Timur	Rp4.866.890	7	2,1%
Jombang, Jawa Timur	Rp3.137.004	1	0,3%
Malang, Jawa Timur	Rp3.507.693	10	3,0%
Kediri, Jawa Timur	Rp2.492.811	3	0,9%
Jember, Jawa Timur	Rp2.838.642	2	0,6%

Probolinggo, Jawa Timur	Rp2.989.407	1	0,3%
Banyuwangi, Jawa Timur	Rp2.810.139	3	0,9%
Kota Batu, Jawa Timur	Rp3.360.466	1	0,3%
Blitar, Jawa Timur	Rp2.481.450	1	0,3%
Madiun, Jawa Timur	Rp2.422.105	2	0,6%
Total		338	100%

Berdasarkan hasil data yang terambil dari 338 partisipan terdapat beberapa kelompok yang terdiri dari berbagai daerah dengan UMR yang berbeda-beda, seperti Tangerang 9,8%, Bandung 7,4%, Salatiga 7,1%, Jakarta 6,8%, Bogor 5,9%, Depok 5,0%, Yogyakarta dan Tegal 4,4%, Bekasi 4,1%, Pekalongan dan Surabaya 3,8%, Cimahi dan Surakarta 3,3%, Semarang, Magelang, dan Malang 3,0%, Cirebon dan Pasuruan 2,1%, Brebes 1,8%, Tasikmalaya dan Mojokerto 1,5%, Pemalang dan Ciamis 1,2%, Pati, Kediri, dan Banyuwangi 0,9%, Cikarang, Cilegon, Serang, Jember, dan Madiun 0,6%, Garut, Cilacap, Demak, Kendal, Klaten, Bojonegoro, Gresik, Lamongan, Jombang, Probolinggo, Kota Batu dan Blitar 0,3%.

2. Karakteristik Berdasarkan Usia Pernikahan

Tabel 2. Karakteristik Usia Pernikahan

Usia Pernikahan (Tahun)	Jumlah	Persentase %
1-5	198	58,6%
6-10	117	34,6%
11-15	12	3,6%
16-20	9	2,7%
21-22	2	0,6%
Total	338	100%

Berdasarkan hasil data yang telah diambil dari 338 partisipan, terdapat beberapa kelompok dari berbagai usia, yaitu usia 1-5 tahun ada 58,6%, usia 6-10 tahun ada 34,6%, usia 11-15 tahun ada 3,6%, usia 16-20 tahun ada 2,7%, usia 21-22 ada 0,6%.

C. Hasil Penelitian

1. Hasil Statistik Deskriptif

Tabel 3. Kategorisasi Skor Gratitude

No.	Kategori	Interval	N	Persentase %	Mean	Std. Deviasi
1.	Sangat rendah	$X \leq 23,407$	41	12,1 %		
2.	Rendah	$23,407 < X \leq 30,149$	51	15,1%		
3.	Sedang	$30,149 < X \leq 36,891$	79	23,4%	33,52	6,742
4.	Tinggi	$36,891 < X \leq 43,633$	167	49,4%		
5.	Sangat Tinggi	$43,363 < X$	0	0%		
	Total		338	100%		

Tabel diatas menunjukkan kategori gratitude dapat dibagi menjadi 5 kategori, yaitu kategori sangat rendah terdapat 41 partisipan dengan persentase 12,1%, kategori rendah terdapat 51 partisipan dengan persentase 15,1%, kategori sedang terdapat 79 partisipan dengan persentase 23,4%, kategori tinggi terdapat 167 partisipan dengan persentase 49,4%, kategori sangat tinggi terdapat 0 partisipan dengan persentase 0%. Hal tersebut menunjukkan bahwa 338 partisipan dalam penelitian ini, mayoritas (49,4%) memiliki tingkat gratitude yang tinggi. Selain itu, juga didapatkan hasil mean sebesar 33,52 dan standar deviasi sebesar 6,742.

Tabel 4. Kategori Skor Marital Satisfaction

No.	Kategori	Interval	N	Persentase %	Mean	Std. Deviasi
1.	Sangat rendah	$X \leq 44,404$	46	13,6 %		
2.	Rendah	$44,404 < X \leq 55,008$	43	12,7%		
3.	Sedang	$55,008 < X \leq 65,612$	85	25,1%	60,31	10,604
4.	Tinggi	$65,612 < X \leq 76,216$	164	48,5%		
5	Sangat tinggi	$76,216 < X$	0			
Total			338	100%		

Tabel hasil statistik deskriptif variabel marital satisfaction menunjukkan bahwa kategori sangat rendah terdapat 46 partisipan dengan persentase 13,6%, kategori rendah terdapat 43 partisipan dengan persentase 12,7%, kategori sedang terdapat 85 partisipan dengan persentase 25,1%, kategori tinggi terdapat 164 partisipan dengan persentase 48,5%, dan kategori sangat tinggi tidak terdapat partisipan. Hal tersebut menunjukkan bahwa 338 partisipan dalam penelitian ini, mayoritasnya (48,5%) memiliki tingkat marital satisfaction yang tinggi. Selain itu, juga didapatkan hasil mean sebesar 60,31 dan standar deviasi sebesar 10,604.

2. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Tabel 5. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		338
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,000000
	Std. Deviation	6,14726609
Most Extreme Differences	Absolute	,110
	Positive	,075
	Negative	-,110
Test Statistic		,110
Asymp. Sig. (2-tailed)		,000 ^c

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan teknik One Sample Kolmogorov Smirnov dengan SPSS mendapatkan nilai sig. (0,000) dan (0,000) yang menunjukkan bahwa kedua variabel tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Tabel 6. Uji Linearitas

		ANOVA Table					
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Marital Satisfaction * Gratitude	Between Groups	(Combined)	26959,415	28	962,836	27,213	,000
		Linearity	25157,529	1	25157,529	711,031	,000
		Deviation from Linearity	1801,886	27	66,737	1,886	,006
Within Groups			10932,967	309	35,382		
Total			37892,382	337			

Berdasarkan hasil uji linearitas menggunakan SPSS mendapatkan nilai sig. Deviation from linearity sebesar (0,006). Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan linear atau garis lurus yang signifikan antara gratitude dan marital satisfaction.

3. Hasil Uji Hipotesis

Tabel 7. Uji Hipotesis

		Correlations		
			Gratitude	Marital Satisfaction
Spearman's rho	Gratitude	Correlation Coefficient	1,000	,787**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	338	338
	Marital Satisfaction	Correlation Coefficient	,787**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	338	338

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan menggunakan teknik korelasi Spearman mendapatkan nilai $r = 0,787$ dengan nilai sig. (0,000). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara gratitude dengan marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR, artinya semakin tinggi gratitude yang dimiliki oleh istri, semakin tinggi juga marital satisfaction yang dirasakan meskipun terdapat tantangan pada aspek ekonomi keluarga.

4. Uji Determinasi

Tabel 8. Hasil Uji Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,815 ^a	,664	,663	6,156

Berdasarkan hasil uji determinasi yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,815 dan koefisien determinasi (R²) sebesar 0,664. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel gratitude memberikan sumbangsih sebesar 66,4% terhadap variabel marital satisfaction. Sedangkan sisanya sebesar 33,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya diluar dari faktor gratitude.

D. Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara gratitude dengan marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, terdapat hubungan positif yang signifikan antara gratitude dengan marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR sehingga hipotesis diterima. Nilai $r = 0,787$ dengan nilai signifikansi (0,000) yang menunjukkan bahwa gratitude berkorelasi positif dengan marital satisfaction, sehingga menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa bersyukur yang dimiliki istri, semakin tinggi juga kepuasan yang dirasakan istri, begitu juga sebaliknya semakin rendah rasa bersyukur yang dimiliki istri, semakin rendah juga kepuasan pernikahan yang dirasakan.

Pada hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa gratitude atau rasa bersyukur memiliki mean 33,52 mayoritas partisipan berada pada kategori skor tinggi dan marital satisfaction atau kepuasan pernikahan memiliki mean 60,31 mayoritas partisipan berada pada kategori skor tinggi. Selain itu, sumbangan efektif yang diberikan gratitude terhadap marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR yaitu sebesar 66,4% dan sisanya dipengaruhi faktor lainnya diluar gratitude sebesar 33,6%. Hal tersebut menunjukkan bahwa istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR dapat mempertahankan rasa bersyukur dalam menghadapi tantangan kehidupan rumah tangga salah satunya tantangan ekonomi dan pasangan tersebut tetap merasakan kepuasan pernikahannya. Hal tersebut menunjukkan bahwa rasa bersyukur dapat menjadi salah satu upaya untuk mencegah terjadinya dampak negatif dari tantangan ekonomi pada pasangan. Rasa bersyukur mendorong individu untuk dapat fokus pada hal-hal positif dalam kehidupan rumah tangga, didukung juga dengan teori McCullough et al. (2002) kebersyukuran dapat mendorong individu untuk memiliki

respons bersyukur yang positif. Istri yang dapat menghargai suaminya untuk memenuhi kebutuhan keluarganya cenderung memiliki emosi yang stabil.

Dalam kehidupan rumah tangga, rasa bersyukur menjadikan individu untuk dapat lebih fokus pada hal-hal positif dari pasangannya, sehingga dapat mengurangi dampak negatif salah satunya dari tantangan ekonomi. Hal tersebut juga didukung dalam penelitian yang dilakukan oleh Yusuf dan Lattifa (2017) pemaafan berpengaruh positif terhadap kepuasan pernikahan, selanjutnya ditemukan hasil rasa bersyukur berpengaruh positif pada kepuasan pernikahan. Selain itu, juga didukung dengan penelitian Sipra (2025) menunjukkan hubungan positif antara rasa syukur dan kepuasan pernikahan, serta dukungan sosial merupakan mediator hubungan tersebut. Hal tersebut menunjukkan bahwa rasa bersyukur merupakan hal penting salah satunya dalam kehidupan rumah tangga, karena dapat membantu pasangan untuk saling menghargai, menghormati pasangannya meskipun dalam kesulitan ekonomi. Saeidi et al. (2019) yang menunjukkan bahwa rasa bersyukur dapat mempengaruhi dan berpengaruh positif terhadap kepuasan pernikahan karena dapat membuat lingkungan dalam keluarga menjadi positif dan pasangan menjadi lebih sadar dan bersyukur dengan hal positif dalam pernikahannya.

Akan tetapi, penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu, kuesioner ini disebarluaskan secara online menggunakan Google Form sehingga terdapat keterbatasan partisipan dalam mengaksesnya, data penelitian menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal, sehingga hasil tersebut hanya menunjukkan adanya hubungan antara gratitude dengan marital satisfaction. Maka dari itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen agar menguji dampak langsungnya terhadap marital satisfaction.

KESIMPULAN

1. Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara gratitude dengan marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR, sehingga menunjukkan semakin tinggi rasa bersyukur yang dimiliki istri, semakin tinggi juga kepuasan yang dirasakan istri.
2. Berdasarkan dari hasil analisis deskriptif, dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor pada variabel gratitude dan marital satisfaction berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa gratitude dapat menjaga kualitas hubungan pernikahan khususnya pada marital satisfaction meskipun mengalami tantangan ekonomi.
3. Sumbangan efektif yang diberikan gratitude terhadap marital satisfaction pada istri yang memiliki suami dengan penghasilan di bawah UMR sebesar 66,4%, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel gratitude sebesar 33,6%.

Saran

1. Saran Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi di bidang ilmu Psikologi, khususnya pada Psikologi Keluarga pada peran gratitude dalam menjaga kepuasan pernikahan pada pasangan dengan keterbatasan finansial. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode eksperimen untuk menguji efek dari gratitude terhadap marital satisfaction.

2. Saran Praktis

- a. Bagi Pasangan dengan Gaji di Bawah UMR

Diharapkan untuk dapat menumbuhkan rasa bersyukur dalam kehidupan sehari-hari bersama dengan pasangannya sehingga dapat meningkatkan kepuasan pernikahannya.

- b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini memberikan informasi bahwa kepuasan pernikahan tidak hanya ditentukan oleh kondisi finansial dalam keluarga tersebut, tetapi juga rasa bersyukur yang dirasakan oleh pasangan tersebut, sehingga masyarakat diharapkan memiliki kesadaran dalam membangun

keluarga.

c. Bagi Praktisi Psikologi

Praktisi psikologi diharapkan dapat merancang intervensi konseling pasangan tentang gratitude supaya dapat membantu rumah tangga yang sedang dalam kondisi finansial rendah agar dapat memperkuat hubungan pernikahan dan meningkatkan kepuasan pernikahan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Almutairi, N. M., & Meiri, D. E. A. F. (2024). The relative contribution of gratitude and mindfulness to predicting marital satisfaction in married woman. *Journal of Pioneering Medical Sciences*, 13(5), 83-88. <https://doi.org/10.61091/jpms202413515>
- Arnold, L. S., & Beelmann, A. (2018). The effects of relationship education in low-income couples: A meta-analysis of randomized-controlled evaluation studies. *Family Relations Interdisciplinary Journal of Applied Family Science*, 68(1), 22-38. <https://doi.org/10.1111/fare.12325>
- Aulia, A. (2022). Gratitude and happiness of marital satisfaction on wives who experienced long-distance marriage. *International Journal of Research Publications*, 108(1), 108-114. <https://doi.org/10.47119/IJRP1001081920223849>
- Azwar, S. (1986). *Validitas dan reliabilitas*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar Ahmad Rohani dan Abu Ahmadi.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor Penyebab Perceraian (Perkara)*, 2024. Retrieved Mei 1, 2025 from <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoVlpsWkViRXhqTIZwRFVUMDkjMyMwMDAw/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor-penyebab-perceraian--perkara-.html?year=2024>
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964-980. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x>
- Fagan, J., & Cherson, M. (2017). Maternal gatekeeping: The associations among facilitation, encouragement, and low-income fathers' engagement with young children. *Journal of Family Issues*, 38(5), 633-653. <https://doi.org/10.1177/0192513X15578007>
- Fitzgerald, P. (1998). Gratitude and justice. *Ethics*, 109(1), 119-153. <https://doi.org/10.1086/233876>
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1998). ENRICH marital satisfaction scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 176-185.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25 edisi 9*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Isaac, S., & Michael, W. B. (1995). *Handbook in research and evaluation: A collection of principles, methods, and strategies useful in the planning, design, and evaluation of studies in education and the behavioral sciences*. Edits Publishers.
- Jackson, G. L., Krull, J. L., Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2017). Household income and trajectories of marital satisfaction in early marriage. *Journal of Marriage and Family*, 79(3), 690-704. <https://doi.org/10.1111/jomf.12394>
- Kagoya, W. (2021). Pengelolaan biaya rumah tangga bagi ketahanan ekonomi keluarga di masa pandemi covid-19. *Jurnal Lembaga Ketahanan Nasional Republik Indonesia*, 9(3), 68-89. <https://doi.org/10.55960/jlri.v9i3.406>
- Lee, J. Y., Lee, S. J., Volling, B. L., & Grogan-Kaylor, A.C. (2022). Examining mechanisms linking economic insecurity to interparental conflict among couples with low income. *Family Relations*, 72(3), 1158-1185. <https://doi.org/10.1111/fare.12698>
- Leong, J. L. T., Chen, S. X., Fung, H. H. L., Bond, M. H., Siu, N. Y. F., & Zhu, J. Y. (2019). Is gratitude always beneficial to interpersonal relationships? The interpersonal relationships? The interplay of grateful disposition, grateful mood, and grateful expression among married couples. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(1), 64-78. <https://doi.org/10.1177/014616729842868>
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Nouri, M., Kebria, M. H., Ahmadianfar, F., Khosravi, A., & Amiri, M. (2018). Marital satisfaction and

- related factors among married women. *International Journal of Health Studies*, 4(4), 11-15. <https://doi.org/10.22100/ijhs.v4i4.480>
- Olson, D. H., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2019). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths*. McGraw Hill Education.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford university press.
- Robustelli, B. L., & Whisman, M. A. (2018). Gratitude and life satisfaction in the united states and japan. *Journal of Happiness Studies*, 19, 41-55. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9802-5>
- Rohmah, U. N. R. A., Muafiah, E., Sofiana, N. E., & Adryanto, B. F. (2022). Bina ketahanan keluarga ojek online di Kabupaten Ponorogo pada masa pandemi covid-19. *Musāwa Jurnal Studi Gender dan Islam*, 21(1), 95-107. <https://doi.org/10.14421/musawa.2022.211.95-107>
- Saeidi, S., Ebrahimi, A. M., & Soleimanian, A. (2019). The direct and indirect effects of gratitude and optimism on the marital satisfaction. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 7(3), 215-224. <http://dx.doi.org/10.32598/jpcp.7.3.215>
- Sayehmiri, K., Kareem, K. I., Abdi, K., Dalvand, S., & Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 8(15), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>
- Sipra, F. A. (2025). Gratitude, social support and marital satisfaction among working and non-working women. *Contemporary Journal of Social Science Review*, 3(1), 1182-1197. <https://contemporaryjournal.com/index.php/14/article/view/430>
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif*. Alfabeta.
- Suminta, R. R., & Ghufron, M. N. (2022). The gratitude and marital satisfaction in the infertile spouses. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 8(2), 192-202. <https://doi.org/10.19109/psikis.v8i2.7480>
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 1 Tahun 1974: Perkawinan.
- Ward, P. J., Lundberg, N. R., Zabriskie, R. B., & Berrett, K. (2009). Measuring marital satisfaction: A comparison of the revised dyadic adjustment scale and the satisfaction with married life scale. *Marriage & Family Review*, 45(4), 412-429. <https://doi.org/10.1080/01494920902828219>
- Williamson, H. C., & Lavner, J. A. (2019). Trajectories of marital satisfaction in diverse newlywed couples. *Social Psychological and Personality Science*, 11(5), 597-604. <https://doi.org/10.1177/1948550619865056>
- Yusuf, F. N., & Latifa, R. (2017). The influence of forgiveness, gratitude, and duration of marriage toward marital satisfaction on wives in south jakarta. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 5(2), 231-240. <http://dx.doi.org/10.15408/tazkiya.v22i2.8408>.