

Peran Kepercayaan dalam Mengurangi Tingkat Stres di Kalangan Pasangan Suami Istri

Helena Andriani Hosea¹, Cheryl Alvira Ng¹, Vivian Lee¹, Winida Marpaung², Achmad Irvan Dwi Putra¹

[1] Universitas Prima Indonesia, Indonesia. [2] PUI Mental Health Family Centre, Universitas Prima Indonesia, Indonesia.

Abstract

This study aims to examine the relationship between trust and stress levels in married couples. The study sample consisted of 187 husbands and wives in Titi Kuning Village, selected using purposive sampling, considering the characteristics of respondents who are married and living together as the unit of analysis relevant to the research objectives. Of these, 181 respondents met the assumption of data normality and were subsequently analyzed. Measurements of trust and stress levels were carried out using psychological scales that have been tested for validity and reliability, each consisting of 39 and 40 items. Data analysis used the Pearson Product Moment correlation method after all analytical assumptions, including normality and linearity, were met. The findings indicate a significant negative relationship between trust and stress levels, with a correlation coefficient of -0.603 and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The result concludes that higher trust are associated with lower stress levels, and conversely, lower trust are correspond with higher stress levels among married couples in Titi Kuning Sub-District. The effective contribution of trust to stress, with an R-squared value of 0.364, indicates that increased trust between husband and wife contributes to reduced stress levels. Thus, trust contributes 36.4% to stress levels, with the remaining 63.6% influenced by other factors. These findings provide a theoretical contribution to the development of marital psychology studies by highlighting the role of trust as a significant psychological factor in managing marital stress. Practically, these findings suggest the importance of strengthening trust in psychological interventions and marital counseling programs to reduce stress levels in married couples.

Keywords: Trust; Stress levels; Married Couples; Wife; Husband

Article Info

Artikel History: Submitted: 2025-11-10 | Published: 2026-03-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v16i1.14637>

Vol 16, No 1 (2026) Page: 10 - 23

(*) Corresponding Author: Winida Marpaung, PUI Mental Health Family Centre, Universitas Prima Indonesia, Indonesia, Email: winidamarpaung@unprimdn.ac.id



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

PENDAHULUAN

Pernikahan adalah ikatan antara kedua belah pihak yang berkomitmen secara jasmani dan emosional untuk hidup bersama sebagai sepasang suami istri. Pernikahan memerlukan komitmen jangka panjang dan kerja sama antara kedua belah pihak, karena proses penyesuaian terhadap masing-masing pasangan seringkali memunculkan isu yang dapat memicu konflik. Menurut Strong dan De Vault (dalam Nugroho, 2023), pernikahan memiliki periode-periodenya sendiri yaitu periode tahun awal dengan rentang usia pernikahan 0-10 tahun, disebut fase pengenalan dan fase menetap karena suami dan istri belajar beradaptasi dalam mengenal kebiasaan pasangan dan perencanaan karir untuk mempersiapkan diri mendapatkan keturunan. Periode pernikahan muda dimulai ketika hadirnya anak dalam keluarga, periode ini sering ditandai dengan perubahan peran pada wanita yang awalnya bekerja, menjadi ibu rumah tangga (Adola & Wirtu, 2024). Periode tahun pertengahan dengan rentang usia pernikahan 11-30 tahun, periode ini kehidupan pernikahan lebih difokuskan pada pengasuhan anak, adanya dinamika permasalahan anak, dan mempersiapkan diri untuk ditinggal anak. Periode tahun matang dengan rentang usia pernikahan lebih dari 31 tahun, disebut juga fase perkawinan tua yang ditandai dengan kehadiran cucu.

Anjani dan Surjanto (dalam Nugroho, 2023) mengatakan bahwa pada awal pernikahan ada beberapa fase pola penyesuaian pasangan yang harus dilalui yaitu fase bulan madu, fase pengenalan kenyataan, fase kritis pernikahan, fase menerima kenyataan, fase kebahagiaan sejati. Menurut Khurana (dalam Harsari, 2020) hubungan antara pria dan wanita dalam pernikahan adalah bentuk hubungan harkat tertinggi, melibatkan berbagai aspek seperti fisik, emosional, spiritual, serta sosial. Maka hubungan antara suami dan istri dalam rumah tangga, bukan merupakan sesuatu yang mudah untuk dijalani (Herlambang, 2024). Kehidupan pernikahan akan selalu dihadapi tantangan yang menuntut kedewasaan pasangan dalam menyelesaikan konflik yang timbul (Dewi & Basti dalam Henry dkk., 2020), hal ini tidak terlepas dari bagaimana pasangan suami istri belajar mengelola konflik relasionalnya dan menjaga kualitas pernikahannya.

Konflik dalam hubungan suami istri belakangan ini menjadi perhatian publik. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2023, sebanyak 251,828 atau 61,67% kasus perceraian di Indonesia disebabkan oleh perselisihan dan pertengkaran (<https://goodstats.id/>). Provinsi Sumatera Utara, terdapat 13,709 perceraian akibat perselisihan dan pertengkaran terus menerus dalam hubungan suami istri. Kasus tertinggi nomor tiga terjadi di Kota Medan, kota terbesar di Sumatera Utara dengan 1,818 kasus (<https://sumut.bps.go.id/>). Perselisihan dan pertengkaran ini memberikan berbagai efek yang buruk, terutama terhadap kesehatan mental kedua belah pihak pasangan.

Salah satu masalah yang kerap terjadi dalam hubungan suami istri dan dapat mempengaruhi kesehatan mental adalah stres. Pada tahun 2022, tercatat sebanyak 1,7 juta warga yang tinggal bersama keluarga utuh mengalami stres, yang mencakup 58,6% dari total 2,9 juta orang yang mengalami stres di Indonesia. Data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Badan Pusat Statistik (BPS) mengidentifikasi stres tersebut sebagai gangguan emosional atau perilaku. Kepala keluarga yang mengalami gangguan mencapai 420,058 orang (24,4%), sementara istri mencapai 322,823 orang (18,8%) (<http://www.kompas.com/>).

Fenomena di atas dialami oleh seorang wanita bernama Andini, ia menghadapi tekanan berat dalam kehidupan rumah tangganya. Masalah mulai muncul ketika anak pertama mereka lahir. Suaminya menjadi sering pulang larut malam, yang memicu konflik berkepanjangan. Keluarga suami juga campur tangan dalam urusan rumah tangga mereka

yang membuat Andini merasa stres sebagai ibu muda. Stres yang dialami Andini membuatnya jarang mandi, berat badannya menurun drastis, dan merasa tidak aman. Keadaannya memburuk saat Andini mengetahui suaminya berselingkuh. Semua tekanan ini membuat Andini memutuskan untuk menggugat cerai suaminya (<http://www.grid.id/>).

Sementara itu, adapun kasus yang ditemukan di Kelurahan Titi Kuning menunjukkan seorang wanita berinisial IS menghadapi tekanan berat yang berdampak pada kondisi psikologisnya. IS mengalami stres yang dipicu oleh konflik dalam rumah tangganya. Selama pernikahannya, orang tua suami kerap ikut campur dalam urusan rumah tangga mereka. Suami IS tidak memberikan nafkah yang layak, sehingga IS harus menanggung kebutuhan hidup dirinya sendiri serta biaya makan keluarga suaminya. Suami IS sering berkata kasar dan berteriak keras di depannya, yang menimbulkan rasa takut mendalam pada IS. IS mengaku tidak berani menceritakan permasalahan rumah tangganya kepada keluarganya, sehingga ia harus memendam semuanya sendiri selama bertahun-tahun hingga menimbulkan stres. Stres yang dialami IS membuatnya selalu ingin menangis, kesulitan berkonsentrasi dalam pekerjaan dan kehidupan sehari-hari, kehilangan nafsu makan, sering melamun, serta perasaan trauma yang mendalam. Kesadaran akan perubahan yang tidak sehat dalam dirinya serta dukungan dari keluarganya membuat IS memutuskan untuk menceraikan suaminya.

Berdasarkan data dan kasus di atas, dapat disimpulkan bahwa penyebab utama terjadinya perceraian adalah perselisihan dan pertengkaran. Konflik ini terjadi karena ketidakstabilan ekonomi keluarga, campur tangan orang tua dari salah satu pihak, perilaku kasar suami, kurangnya dukungan emosional, ketidakseimbangan peran dalam rumah tangga, komunikasi yang buruk, dan kurangnya perhatian dalam rumah tangga. Hal ini berdampak pada kesehatan mental pasangan, terutama memicu munculnya stres.

Menurut Cannon (dalam Lumban Gaol, 2016), stres adalah suatu gangguan homeostatis yang menyebabkan perubahan dalam keseimbangan fisiologis yang berasal dari rangsangan fisik dan psikologis. Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh ketidakseimbangan fisik dan psikologis yang mempengaruhi emosi, cara berpikir dan kondisi dinamis individu dalam menghadapi kendala, atau tuntutan (Marpaung dkk., 2020). Selye (dalam Lumban Gaol, 2016), mengemukakan bahwa stres terdiri dari tiga tahapan, yaitu *alarm* (tanda bahaya), *resistance* (perlawanan), dan *exhaustion* (kelelahan). Tingkat stres diukur dengan menggunakan tiga dimensi yang dikemukakan oleh Cohen (dalam Salsabila & Kurniawan, 2021) yaitu *unpredictable* (perasaan putus asa dalam memprediksi situasi masa depan atau situasi yang datang secara mendadak), *uncontrollable* (perasaan tidak mampu dalam mengendalikan tuntutan lingkungan atau eksternal), dan *overload* (perasaan tertekan karena beban pikiran yang terlalu banyak).

Tingkat stres dibagi menjadi empat kategori yaitu pertama, stres ringan berlangsung beberapa menit atau jam per hari yang tidak merusak fisik, mampu menyelesaikan tugas daripada biasanya dan tanpa sadar membuat cadangan energi berkurang sebagai respon psikologis (Crawford & Henry dalam Rahmawati dkk., 2019). Kedua, stres sedang berlangsung selama beberapa jam sampai hari yang menimbulkan gejala berupa mudah letih, mudah marah, sulit beristirahat, mudah tersinggung, dan gelisah (Psychology Foundation of Australia dalam Rahmawati dkk., 2019). Ketiga, stres berat terjadi dalam beberapa minggu, persepsi individu menurun dan cenderung membutuhkan banyak pengarahan (Crawford & Henry dalam Rahmawati dkk., 2019). Keempat, stres sangat berat terjadi dalam beberapa bulan dan dalam kurun waktu yang tidak dapat ditentukan, cenderung pasrah, dan tidak memiliki motivasi hidup (Psychology Foundation of Australia dalam Rahmawati dkk., 2019).

Faktor stres pada suami dipicu oleh masalah pekerjaan rumah tangga, kebiasaan buruk, ponsel, media sosial, ekonomi, dan mertua atau keluarga lain. Berbeda dengan halnya penyebab stres pada kaum istri yang berasal dari ketidaksetiaan, ekonomi, mertua atau keluarga lain, pekerjaan rumah tangga, kebiasaan buruk dan komitmen (Andu, 2021). Menurut Bodenmann (dalam Alkatiry & Musslifah, 2023), terdapat dua faktor sumber stres perkawinan yaitu stres eksternal yang berasal dari pekerjaan, keuangan, anak, mertua, keluarga, tetangga, dan kondisi tempat tinggal, sedangkan stres internal berasal dari relasi pasangan dalam perselisihan, perbedaan pendapat, kebiasaan buruk, sikap menyebalkan dan ketidakpercayaan pada pasangan. Ketidakpercayaan terhadap pasangan dapat terjadi karena salah satu pihak sering tidak menepati janji, mempunyai banyak teman lawan jenis, hubungan jarak jauh, kurangnya komunikasi, dibohongi, dan diselingkuhi (Shobihah & Fathoni, 2022).

Kepercayaan adalah rasa aman dan nyaman dalam berbagi perasaan, emosi dan reaksi dengan keyakinan bahwa pasangan akan menghargai kita dan tidak memanfaatkan hal-hal yang telah kita ungkapkan kepadanya (Morrow dalam Winayanti & Widiasavitri, 2016). Menurut Setiawati dan Abdullah (2023) kepercayaan antar pasangan adalah perasaan saling percaya tanpa adanya kecurigaan, yang mendukung tercapainya komunikasi, penyampaian pendapat, atau komitmen secara tulus dan dapat diandalkan. Johnson dan Johnson (dalam Jukiro dkk., 2024) menyatakan lima aspek kepercayaan yaitu, keterbukaan (*openness*), berbagi (*sharing*), penerimaan (*acceptance*), dukungan (*support*), dan niat untuk bekerja sama (*cooperative intentions*).

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Salsabila dan Kurniawan (2021), menunjukkan adanya hubungan negatif antara kepercayaan pada pasangan dan tingkat stres, meskipun dengan kekuatan hubungan yang rendah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rotenberg dkk. (2023) yang mengungkapkan bahwa *trust beliefs in significant others* berhubungan negatif secara signifikan dengan stres interpersonal. Berbeda dari penelitian terdahulu, studi ini memberikan kontribusi utama dengan menunjukkan bahwa kepercayaan memiliki hubungan negatif yang lebih kuat dan signifikan terhadap tingkat stres pada pasangan suami istri, sehingga menegaskan peran kepercayaan sebagai determinan psikologis penting dalam konteks relasi perkawinan. interpersonal.

Berbagai variabel lain yang memengaruhi stres adanya pengaruh *work-life balance*, komunikasi, agresi perkawinan, kesepian, *support system*, dan kesulitan ekonomi (Marpaung dkk., 2020; Marceleni dkk., 2023; Timmons dkk., 2017; Billah dkk., 2023; Warella dkk., 2021; Neppl dkk., 2016). Dengan demikian, penelitian terhadap tingkat stres pada dinamika hubungan suami istri dapat dipengaruhi oleh beragam faktor, salah satunya adalah kepercayaan yang terjalin dalam pernikahan.

Berdasarkan pernyataan di atas, peneliti ingin meneliti tentang hubungan antara kepercayaan dengan tingkat stres pada pasangan suami istri di Kelurahan Titi Kuning. Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara kepercayaan dengan tingkat stres pada pasangan suami istri di Kelurahan Titi Kuning. Jika skor kepercayaan tinggi, maka tingkat stres pasangan suami istri akan rendah, begitu juga sebaliknya jika skor kepercayaan rendah, maka tingkat stres pada pasangan suami istri akan tinggi. Berdasarkan penelitian-penelitian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Kepercayaan dan Tingkat Stres pada Pasangan Suami Istri di Kelurahan Titi Kuning".

Berdasarkan uraian fenomena di atas, adapun rumusan masalah pada peneliti yaitu adakah hubungan antara kepercayaan dengan tingkat stres pada pasangan suami istri di Kelurahan Titi Kuning. Adapun tujuan peneliti untuk mengetahui hubungan antara

kepercayaan dengan tingkat stres pada pasangan suami istri di Kelurahan Titi Kuning. Secara teoritis, dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmu kepada psikologi khususnya pada Psikologi Klinis dengan spesifikasi ranah kekeluargaan, dan Psikologi terkait Kesehatan Mental dan mampu menjadi referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti fenomena yang sama. Sementara itu, secara praktis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan edukasi kepada pasangan suami istri agar dapat memperbaiki hubungan kepercayaan mereka terhadap masing-masing pasangan, sehingga tingkat stres yang dialami menurun dan diharapkan dapat memberikan edukasi mengenai tingkat stres, sebagai upaya dalam mencegah meningkatnya tingkat stres dan mengetahui peran kepercayaan dalam hubungan suami istri di Kelurahan Titi Kuning.

METODE

Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian ini mengkaji dua variabel, yaitu tingkat stres sebagai variabel dependen dan kepercayaan sebagai variabel independen. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*, dengan pertimbangan bahwa sampel memenuhi karakteristik yang relevan dengan tujuan penelitian sehingga mampu merepresentasikan populasi secara memadai. Instrumen pengukuran stres dan kepercayaan menggunakan skala psikologis yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan teknik statistik korelasi, dengan terlebih dahulu memenuhi asumsi analisis statistik, meliputi uji normalitas, linearitas, dan homogenitas, sehingga hasil analisis dapat diinterpretasikan secara akurat dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Partisipan

Populasi penelitian terdiri dari 178 pasangan suami istri, dengan total 356 individu di Kelurahan Titi Kuning, Lingkungan X. Berdasarkan pedoman tabel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5%, jumlah sampel yang diambil sebanyak 187 responden. Teknik sampling yang diterapkan adalah *purposive sampling*, yaitu metode penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Menurut Sugiyono (2020), *purposive sampling* merupakan teknik pemilihan sampel dengan pertimbangan khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah pasangan suami istri yang masih tinggal bersama dan berstatus menikah.

Istrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala *Likert*. Skala stres disusun berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Cohen (dalam Salsabila & Kurniawan, 2021), yaitu *unpredictable* (perasaan putus asa dalam memprediksi situasi masa depan atau situasi yang datang secara mendadak), *uncontrollable* (perasaan tidak mampu dalam mengendalikan tuntutan lingkungan atau eksternal), dan *overload* (perasaan tertekan karena beban pikiran yang terlalu banyak).

Skala *Likert* stres dan kepercayaan yang dirancang harus melalui uji coba terlebih dahulu, kemudian akan diuji validitas dan reliabilitasnya agar mendapatkan aitem-aitem yang sah dan gugur. Uji validitas dilakukan untuk menganalisis sifat atau sikap sesuai dengan yang dimaksud, maka skala *Likert* harus memenuhi validitas konstruksi dengan korelasi tiap aitem tersebut bersifat positif dan besarnya 0.30 ke atas maka aitem dinyatakan sah (Sugiyono, 2020). Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur konsistensi

dari aitem pada skala, maka skala *Likert* harus menghasilkan data yang konsisten setiap percobaan (Sugiyono, 2020). Berdasarkan hasil uji validitas skala stres menunjukkan bahwa 40 dari 42 aitem dinyatakan valid, dan skala kepercayaan menunjukkan bahwa 39 dari 40 aitem dinyatakan valid. Untuk hasil uji reliabilitas skala stres diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.947, yang berarti skala ini memadai untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian. Untuk skala kepercayaan hasil uji reliabilitas diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.964, yang berarti skala ini memadai untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian.

Teknik Analisis Data

Skala diuji dengan SPSS versi 21. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *Pearson Product Moment* yang bertujuan untuk menguji dan membuktikan apakah ada hubungan signifikan di antara kedua variabel dalam penelitian, baik positif atau negatif (Sugiyono, 2020). Uji asumsi, khususnya uji normalitas dan linearitas, perlu dilakukan sebelum melakukan analisis data. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dari variabel independen dan dependen terdistribusi secara normal. Kriteria pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi, jika nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 maka data dianggap berdistribusi normal, sebaliknya jika lebih kecil dari 0.05 maka data tidak berdistribusi normal (Priyatno, 2024). Uji linearitas dilakukan dengan tujuan untuk menilai hubungan antara dua variabel yang membentuk pola garis lurus. Pengujian linearitas dilakukan dengan melihat nilai signifikansi, di mana hubungan antara variabel dikatakan linear apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0.05 (Priyatno, 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut disajikan gambaran karakteristik responden yang menjadi sampel penelitian. Penyajian karakteristik ini bertujuan memberikan pemahaman awal mengenai profil responden sehingga dapat menjadi dasar dalam menafsirkan hasil penelitian secara lebih komprehensif.

Tabel 1 Data Demografis

		Count	Column N %
Jenis Kelamin	Pria	90	49.7%
	Wanita	91	50.3%
Usia	≤20	1	0.6%
	21-30	41	22.7%
	31-40	61	33.7%
	41-50	51	28.2%
	51-60	22	12.2%
	61-70	2	1.1%
	≥71	3	1.7%
Usia Pernikahan	0-10	92	50.8%
	11-30	83	45.9%
	≥31	6	3.3%
Suku	Aceh	5	2.8%
	Batak Mandailing	24	13.3%
	Batak Simalungun	1	0.6%
	Batak Toba	17	9.4%
	Jawa	47	26.0%
	Karo	3	1.7%
	Manado	1	0.6%
	Melayu	4	2.2%

	Minang	3	1.7%
	Padang	5	2.8%
	Tionghoa	70	38.7%
	Campuran	1	0.6%
Pendidikan	SD	1	0.6%
	SMP	16	8.8%
	SMA/SMK/SMEA/SMU/STM	81	44.8%
	D3	1	0.6%
	S1	77	42.5%
	S2	5	2.8%

Sesuai dengan tabel 1, responden dalam penelitian ini berjumlah 181 orang dengan komposisi jenis kelamin seimbang, yaitu pria 49.7% dan wanita 50.3%. Berdasarkan usia, mayoritas berusia 31-40 tahun (33.7%), diikuti 41-50 tahun (28.2%), 21-30 tahun (22.7%), 51-60 tahun (12.2%), sedangkan usia ≤ 20 tahun, 61-70 tahun, dan ≥ 71 tahun masing-masing di bawah 2%. Lama pernikahan didominasi 0-10 tahun (50.8%) dan 11-30 tahun (45.9%), sementara ≥ 31 tahun hanya 3.3%. Dilihat dari suku, responden terbesar berasal dari Tionghoa (38.7%), diikuti Jawa (26.0%), Batak Mandailing (13.3%), dan Batak Toba (9.4%), sedangkan suku lainnya masing-masing di bawah 3%. Dari sisi pendidikan, sebagian besar lulusan SMA/SMK/SMEA/SMU/STM (44,8%) dan S1 (42.5%), dengan pendidikan SMP 8.8% serta SD, D3, dan S2 masing-masing di bawah 3%. Data ini menunjukkan sampel yang relatif seimbang dari segi gender, dengan dominasi kelompok usia produktif, suku beragam, dan tingkat pendidikan setara pendidikan sekolah menengah pertama hingga Magister.

Skala stres mencakup 40 aitem dengan rentang skor pilihan dari satu sampai dengan empat. Memiliki jumlah minimum 40 yang didapatkan dari 40×1 , serta jumlah maksimum 160 yang didapatkan dari 40×4 . Pada skala penelitian stres, mean hipotetik didapatkan dari $(160+40) : 2$ dengan hasil 100, serta standar deviasi hipotetik didapatkan dari $(160-40) : 6$ dengan hasil 20. Hasil pengisian skala stres dapat diperoleh mean empirik sebesar 77.08 dan standar deviasi setinggi 15.462.

Tabel 2 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik Stres

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean		Min	Max	Mean	
Stres	40	119	77.08	15,462	40	160	100	20

Pada tabel 2, analisis skala stres menunjukkan hasil mean empirik $<$ mean hipotetik yaitu $77.08 < 100$ dengan selisih mean melebihi bilangan SD. Dari analisis skala stres tersebut dapat disimpulkan bahwa responden penelitian stres memiliki hasil yang lebih rendah dibandingkan dengan asumsi populasi umum.

Tabel 3 Kategorisasi Stres

$X < (\mu - \sigma)$	Rendah
$(\mu - \sigma) \leq X < (\mu + \sigma)$	Sedang
$(\mu + \sigma) \leq X$	Tinggi

Kategorisasi stres (tabel 3) subjek dapat dibagikan menjadi rendah, sedang dan tinggi. Standar deviasi hipotetik dilambangkan sebagai σ , dengan nilai sebesar 20, sedangkan mean hipotetik dilambangkan sebagai μ , dengan nilai sebesar 100. Tabel 3

menunjukkan bahwa rentang skor $X < 80$ dikategorikan sebagai stres rendah, $80 \leq X < 120$ untuk kategorisasi stres sedang, dan $120 \leq X$ untuk kategorisasi stres tinggi.

Tabel 4 Kategorisasi Skor Stres Pada Suami

No	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < (\mu - \sigma)$	$X < 80$	Rendah	47	52.2%
2	$(\mu - \sigma) \leq X < (\mu + \sigma)$	$80 \leq X < 120$	Sedang	43	47.8%
3	$(\mu + \sigma) \leq X$	$120 \leq X$	Tinggi	0	0%
Total				90	100%

Dapat disimpulkan bahwa dari total 90 responden suami, terdapat 47 subjek atau 52.2% yang dikategorisasikan rendah, 43 subjek atau 47.8% yang dikategorisasikan sedang, dan 0 subjek atau 0% yang dikategorisasikan tinggi (Tabel 4).

Tabel 5 Kategorisasi Skor Stres Pada Istri

No	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < (\mu - \sigma)$	$X < 80$	Rendah	45	49.5%
2	$(\mu - \sigma) \leq X < (\mu + \sigma)$	$80 \leq X < 120$	Sedang	46	50.5%
3	$(\mu + \sigma) \leq X$	$120 \leq X$	Tinggi	0	0%
Total				91	100%

Dari Tabel 5 dapat disimpulkan bahwa dari total 91 responden sebagai istri, terdapat 45 subjek atau 49.5% yang dikategorisasikan rendah, 46 subjek atau 50.5% yang dikategorisasikan sedang, dan 0 subjek atau 0% yang dikategorisasikan tinggi.

Skala kepercayaan mencakup 39 aitem dengan rentang skor pilihan dari satu sampai dengan empat. Memiliki jumlah minimum 39, didapatkan dari 39×1 , serta jumlah maksimum 156, didapatkan dari 39×4 . Pada skala penelitian kepercayaan, mean hipotetik didapatkan dari $(156 + 39) : 2$ dengan hasil 97.5, serta standar deviasi hipotetik didapatkan dari $(156 - 39) : 6$ dengan hasil 19.5. Hasil pengisian skala kepercayaan dapat diperoleh mean empirik sebesar 128,17 dan standar deviasi setinggi 14.604.

Tabel 6 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik Kepercayaan

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean		Min	Max	Mean	
Kepercayaan	91	156	128.17	14.604	39	156	97.5	19.5

Analisis skala kepercayaan menunjukkan hasil mean empirik $>$ mean hipotetik yaitu $128.17 > 97.5$ dengan selisih mean melebihi bilangan SD. Dari analisis skala kepercayaan tersebut dapat disimpulkan bahwa responden penelitian kepercayaan memiliki hasil yang lebih tinggi dibandingkan dengan asumsi populasi umum (Tabel 6).

Tabel 7 Kategorisasi Kepercayaan

$X < (\mu - \sigma)$	Rendah
$(\mu - \sigma) \leq X < (\mu + \sigma)$	Sedang
$(\mu + \sigma) \leq X$	Tinggi

Tabel 7 menyajikan kategorisasi kepercayaan subjek yang diibagi menjadi rendah, sedang dan tinggi. Standar deviasi hipotetik dilambangkan sebagai σ , dengan nilai sebesar 19.5, sedangkan mean hipotetik dilambangkan sebagai μ , dengan nilai sebesar 97.5.

Berdasarkan rumus kategorisasi, diperoleh $X < 78$ untuk kategorisasi rendah, $78 \leq X < 117$ untuk kategorisasi sedang, dan $117 \leq X$ untuk kategorisasi tinggi.

Tabel 8 Kategorisasi Skor Kepercayaan Pada suami

No	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < (\mu - \sigma)$	$X < 78$	Rendah	0	0%
2	$(\mu - \sigma) \leq X < (\mu + \sigma)$	$78 \leq X < 117$	Sedang	21	23.3%
3	$(\mu + \sigma) \leq X$	$117 \leq X$	Tinggi	69	76.7%
Total				90	100%

Pada tabel 8 dapat disimpulkan bahwa dari total 90 responden suami, terdapat 0 subjek atau 0% yang dikategorisasikan rendah, 21 subjek atau 23.3% yang dikategorisasikan sedang, dan 69 subjek atau 76.7% yang dikategorisasikan tinggi.

Tabel 9 Kategorisasi Skor Kepercayaan Pada Istri

No	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < (\mu - \sigma)$	$X < 78$	Rendah	0	0%
2	$(\mu - \sigma) \leq X < (\mu + \sigma)$	$78 \leq X < 117$	Sedang	22	24.2%
3	$(\mu + \sigma) \leq X$	$117 \leq X$	Tinggi	69	75.8%
Total				91	100%

Pada tabel 9 dapat disimpulkan bahwa dari total 91 responden istri, terdapat 0 subjek atau 0% yang dikategorisasikan rendah, 22 subjek atau 24.2% yang dikategorisasikan sedang, dan 69 subjek atau 75.8% yang dikategorisasikan tinggi.

Terdapat korelasi negatif antara kepercayaan dengan tingkat stres pada pasangan suami istri di Kelurahan Titi Kuning. Untuk menguji hubungan tersebut, digunakan analisis *Pearson Product Moment Correlation*.

Tabel 10 Korelasi antara Kepercayaan dengan Tingkat Stres

Analisis	<i>Pearson Correlation</i>	Signifikansi (p)
Korelasi	-0,603	0.000

Tabel 10 menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi *Pearson* sebesar -0.603 dengan tingkat signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel. Dengan kesimpulan, semakin tinggi kepercayaan pada pasangan suami istri, maka tingkat stres yang dirasakan semakin rendah, sebaliknya jika kepercayaan pada pasangan suami istri rendah, maka tingkat stres yang dialami akan tinggi.

Tabel 11 Sumbangan Efektif

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Stres * Kepercayaan	-0.603	0.364	0.760	0.578

Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.364, seperti yang terlihat pada tabel 11, menunjukkan bahwa kepercayaan memberikan sumbangan efektif sebesar 36.4% terhadap tingkat stres yang dialami oleh pasangan suami istri di Lingkungan X, Kelurahan Titi Kuning, dengan elemen lain yang mempengaruhi sebesar 63.6%. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kepercayaan memiliki peran yang penting, namun terdapat faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi tingkat stres dalam hubungan pernikahan.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan dalam hubungan pernikahan memiliki hubungan negatif dengan tingkat stres, sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang menemukan bahwa hubungan antara kepercayaan dan stres bersifat dinamis dan timbal balik, dengan penjelasan bahwa tingkat stres yang tinggi dapat menurunkan kepercayaan, tetapi kepercayaan yang tinggi juga berperan dalam menurunkan tingkat stres yang dialami pasangan (Matson dkk., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian dengan responden yang terdiri dari 90 suami dan 91 istri di Lingkungan X, Kelurahan Titi Kuning, ditemukan bahwa tingkat stres pada istri cenderung lebih tinggi dibandingkan suami. Sebanyak 46 istri (50.5%) berada pada kategori stres sedang. Di sisi lain, 43 suami (47.8%) berada pada kategori stres sedang. Tidak ada responden, baik suami maupun istri, yang menunjukkan tingkat stres tinggi. Mayoritas suami dan istri berada pada kategori stres rendah hingga sedang, yang mengindikasikan kemampuan mereka dalam mengelola tekanan psikologis secara adaptif. Individu dengan stres rendah menunjukkan ciri mampu mengendalikan emosi, membangun komunikasi yang baik, serta menjaga keseimbangan antara tuntutan eksternal dan internal dalam kehidupan rumah tangga (Marpaung, et al., 2020).

Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun secara umum tingkat stres pasangan tergolong rendah hingga sedang, istri mengalami tekanan psikologis sedikit lebih besar dibandingkan suami. Perbedaan ini dapat dijelaskan melalui usia responden yang berada pada rentang usia 31–40 tahun. Di mana kelompok usia ini umumnya memasuki fase tanggung jawab keluarga penuh (karier, anak, rumah tangga). Karena pada usia produktif tersebut, istri sering memikul beban domestik harian dan peran pengasuhan sekaligus mengikuti tuntutan pekerjaan atau aktivitas luar (jika bekerja), sehingga muncul tekanan peran ganda. Suami di rentang usia yang sama cenderung melaporkan stres yang sedikit lebih rendah (Chen et al., 2022). Hal ini dapat terkait dengan orientasi peran yang lebih fokus pada tanggung jawab ekonomi dan dukungan social atau pekerjaan yang memberi rasa kontrol terhadap stresor eksternal.

Tingkat stres istri juga berada di fase 0–10 tahun pernikahan yang berada pada fase awal pernikahan biasanya melibatkan *readjustment* peran, penentuan pembagian tugas rumah tangga, serta adaptasi pada tanggung jawab anak bila ada, faktor yang cenderung memengaruhi beban emosional istri. Sementara itu, suami dalam periode yang sama menunjukkan stres lebih rendah karena cenderung berfokus pada stabilitas ekonomi dan merasa memiliki kontrol yang lebih besar terhadap lingkungan luar rumah tangga. Dari sisi pendidikan, istri dengan pendidikan SMA lebih banyak, artinya pendidikan berkontribusi terhadap kemampuan pengelolaan emosi. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Hidayah, dkk., 2020) yang menjelaskan bahwa semakin tinggi kemampuan *emotional intelligence* yang dimiliki individu, akan semakin tinggi pula kemampuan manajemen konflik yang dimiliki. Namun pada uji perbandingan *emotional intelligence* antara suami dan istri menemukan bahwa tidak ada perbedaan kecerdasan emosi. Pada penelitian ini ditemukan bahwa emosi suami relatif lebih stabil di semua kategori pendidikan, yang kemungkinan besar dipengaruhi oleh peran sosial pria yang lebih berorientasi pada kontrol situasi dan penilaian rasional terhadap stresor eksternal.

Istri dengan tingkat stres sedang menunjukkan mayoritas dari ras Tionghoa. Perbedaan budaya dapat memengaruhi ekspresi emosional, norma pembagian tugas, dan pencarian dukungan sosial. Beberapa budaya menekankan keharmonisan keluarga sehingga istri cenderung menahan keluhan (memendam) sehingga skor stres terwujud sebagai cukup stres (sedang) ketimbang eskalasi terbuka (Qiling, 2024). Berdasarkan hasil penelitian kategori kepercayaan suami sebanyak 76,7% dari jumlah responden 90 orang,

sedangkan kepercayaan istri sebesar 75,8% dari 91 orang. Kesamaan proporsi antara suami dan istri menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan adalah karakteristik hubungan yang relatif simetris. Pasangan cenderung berbagi persepsi saling percaya, sehingga intervensi atau rekomendasi program penguatan hubungan dapat difokuskan pada unit pasangan, bukan hanya pada salah satu pihak.

Selain itu, penelitian menemukan bahwa mayoritas pasangan baik suami maupun istri termasuk kategori kepercayaan tinggi suami 76,7% dan istri 75,8%. sementara sisanya berada pada kategori sedang, yaitu suami 23,3% dan istri 24,2%. Kesamaan proporsi antara suami dan istri menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan adalah karakteristik hubungan yang relatif simetris. Dimana pasangan cenderung berbagi persepsi saling percaya, sehingga intervensi atau rekomendasi program penguatan hubungan dapat difokuskan pada unit pasangan, bukan hanya pada salah satu pihak. Hasil ini memperkuat pandangan Morrow (dalam Winayanti & Widiyasavitri, 2016) bahwa kepercayaan berperan penting dalam menciptakan rasa aman dan kenyamanan emosional dalam hubungan. Sebaliknya, pasangan dengan tingkat kepercayaan sedang masih menunjukkan keterbatasan dalam keterbukaan dan kerja sama, menandakan perlunya peningkatan komunikasi interpersonal agar dapat memperkuat fondasi hubungan pernikahan yang sehat dan stabil.

Responden yang paling dominan berada pada tahap kepercayaan tinggi berada di usia 31–40. Dalam konteks korelasi negatif, masuk akal bahwa pasangan yang memiliki kepercayaan tinggi pada periode usia ini dapat merasakan penurunan stres lebih nyata karena dukungan emosional dan kerja sama fungsional membantu menyelesaikan tugas-tugas sehari-hari. Namun, karena mayoritas responden berada pada usia produktif dan memiliki tanggung jawab ganda, mereka yang memiliki kepercayaan sedang atau rendah lebih rentan mengalami stres sedang, khususnya istri yang sering memikul beban domestik tambahan. Dengan kata lain, efek protektif kepercayaan menjadi sangat relevan pada rentang usia yang bertumpu pada tuntutan peran tinggi. Kematangan usia membuat pasangan mampu menghadapi situasi *unpredictable* dan *uncontrollable* dengan tenang, serta lebih mudah membangun kerja sama emosional yang sehat (Marpaung et al., 2020).

Faktor lama pernikahan (usia pernikahan) juga berperan penting, 0–10 tahun (50.8%) termasuk dalam fase eksploratif, pasangan belajar membangun kepercayaan dan menyesuaikan ekspektasi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Setiawati & Nurhayati, 2020) yang menyatakan bahwa usia pernikahan mempengaruhi kepercayaan pada pasangan. Walau pada temuan penelitian ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian ini, dimana pada hasil penelitian ditemukan responden dominan usia pernikahannya 12 tahun, hal ini disebabkan faktor sosial lingkungan respon penelitian yang berbeda. Penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat korelasi negatif antara kepercayaan dan stres menggambarkan bahwa kepercayaan dapat meredam gejala stres tapi pada penelitian ini istri masih menunjukkan hasil cukup stres, hal ini bisa disebabkan oleh faktor proses penyesuaian tugas rumah tangga dan pengasuhan. Kecenderungan ini mendukung teori (Matson dkk., 2021) bahwa kepercayaan dan stres memiliki hubungan timbal balik yang dinamis, di mana kepercayaan yang tinggi menurunkan stres, dan stres rendah memelihara kepercayaan.

Mayoritas responden berpendidikan SMA (44,8%) dan S1 (42,5%), menunjukkan tingkat literasi psikologis dan komunikasi yang cukup tinggi. Pendidikan berperan dalam meningkatkan kemampuan berpikir rasional saat menghadapi konflik, mendorong keterbukaan dan kesetaraan komunikasi antar pasangan, dan mengembangkan mekanisme coping yang lebih adaptif terhadap stres. Dengan demikian, tingkat pendidikan

tinggi berkontribusi pada kepercayaan tinggi serta kemampuan mengelola stres secara konstruktif.

Distribusi suku menunjukkan keragaman budaya, pada penelitian ini dominan responden dari ras Tionghoa (38.7%). Faktor budaya berpengaruh pada pola komunikasi dan ekspresi emosi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Nugraha & Butar, 2025) menyatakan bahwa budaya dapat memengaruhi cara mereka berkomunikasi dan keharmonisan. Keberagaman ini justru memperkaya hasil, karena menunjukkan bahwa meskipun ada perbedaan nilai budaya, tingkat stres tetap rendah dan kepercayaan tinggi, menandakan adanya adaptasi lintas budaya yang baik di lingkungan penelitian.

Berdasarkan keseluruhan temuan kepercayaan tinggi ($\geq 75\%$ pasangan) berhubungan erat dengan rendahnya tingkat stres dalam pernikahan. Hubungan ini berlaku lintas usia, suku, dan tingkat pendidikan. Faktor demografis seperti kematangan usia dan pendidikan menengah ke atas memperkuat kemampuan pasangan untuk saling terbuka, berempati, dan bekerja sama. Sebaliknya, pada kelompok dengan stres sedang, indikasi utamanya adalah komunikasi yang belum efektif dan kebutuhan dukungan emosional yang lebih intens. Hasil ini konsisten dengan teori Matson dkk. (2021) dan Morrow (dalam Winayanti & Widiasavitri, 2016), bahwa kepercayaan merupakan komponen utama kesejahteraan psikologis dalam hubungan pernikahan, sekaligus perisai terhadap stres yang bersumber dari dinamika internal maupun eksternal rumah tangga.

SIMPULAN

Menurut data hasil penelitian, disimpulkan bahwa adanya hubungan antara kepercayaan dengan tingkat stres pada pasangan suami istri di Lingkungan X, Kelurahan Titi Kuning dengan nilai *Pearson Correlation Product Moment* sebesar $r = -0.603$ dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), yang berarti semakin tinggi kepercayaan dalam hubungan pasangan suami istri, akan semakin rendah tingkat stres yang dialami. Di sisi lain, semakin rendah kepercayaan dalam hubungan pasangan suami istri, akan semakin tinggi tingkat stres yang dialami. Adapun sumbangan efektif kepercayaan terhadap tingkat stres ditunjukkan oleh nilai *R squared* sebesar 0.364, yang berarti kepercayaan memengaruhi 36.4% tingkat stres, sedangkan sisanya 63.6% dipengaruhi oleh faktor lain seperti adanya pengaruh *work-life balance*, komunikasi, agresi perkawinan, kesepian, *support system*, dan kesulitan ekonomi. Penelitian ini memberikan kontribusi dengan menegaskan pentingnya pengelolaan stres, komunikasi yang terbuka, serta konsistensi perilaku dalam membangun dan mempertahankan kepercayaan pasangan. Oleh karena itu, pasangan suami istri dianjurkan untuk menjaga keseimbangan peran, mengelola emosi secara adaptif, serta memperkuat komunikasi dan kedekatan emosional guna mencegah peningkatan stres dan meningkatkan kualitas hubungan. Selain itu, hasil penelitian ini mengindikasikan perlunya peran masyarakat, khususnya di Kelurahan Titi Kuning, dalam menyediakan edukasi manajemen stres, komunikasi pasangan, dan layanan konseling sebagai upaya preventif. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas karakteristik subjek, menggunakan pendekatan metodologis yang beragam, serta mempertimbangkan variabel tambahan agar pemahaman mengenai dinamika stres dan kepercayaan dalam perkawinan dapat dikaji secara lebih komprehensif.

REFERENSI

- Adola, S. G., & Wirtu, D. (2024). Effects of early marriage among women married before reaching 18 years old (qualitative study approach). *Frontiers in Sociology*, 9(November), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2024.1412133>
- Alkatiry, A. Z., & Musslifah, A. R. (2023). Gambaran Stres Pasutri Muda Di Surakarta Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Talenta Psikologi*, 12(1), 5–12.
- Andu, C. P. (2021). Faktor-Faktor Pertengkaran Antara Suami dan Istri Di Dalam Rumah Tangga Serta Pemicunya. *Communications*, 3(1), 18–42.
- Billah, M. A., Akhtar, S., & Khan, M. N. (2023). Loneliness and trust issues reshape mental stress of expatriates during early COVID-19: a structural equation modelling approach. *BMC Psychology*, 11(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01180-9>
- Chen, H., Zou, Y., Shi, H., Ma, H., Huang, W., Wang, S., & Lu, J. (2022). COVID-19 affects psychological symptoms of pregnant women indirectly by increasing their maternal concerns. *Journal of Affective Disorders*, 317(October 2021), 79–83. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.08.069>
- Harsari, R. J. T. (2020). A Perspective of Husband and Wife Roles in Long-Distance Marriage. *5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities*, 395(Acpch 2019), 268–271. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200120.056>
- Henry, B., Lesmana, F., & Yoanita, D. (2020). Pengelolaan Konflik Pasangan Suami Istri Dalam Menjaga Kelanggengan Pernikahan. *E-Komunikasi*, 8(2), 1–12.
- Herlambang, R. S. (2024). The Influential Factors of Marital Endurance: A Systematic Literature Review. *Asian Journal of Healthy and Science*, 3(6), 120–128. <https://doi.org/10.58631/ajhs.v3i6.106>
- Jukiro, T. A. K., Fitriah, A., & Marsha, G. C. (2024). Pengaruh Hope Terhadap Trust of Romantic Love Pada Perempuan Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 1–19. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2819>
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Marceleni, A., Bahiyah, A., Amelia, A., Wulandari, P., & Wijaya, J. (2023). Pengaruh Komunikasi Dan Stres Pada Pasangan Yang Telah Menikah Perpustakaan Universitas Islam Raden Fatah Kampus B. *Proceeding Conference On Psychology and Behavioral Sciences*, 2(1), 257–262. <https://doi.org/10.61994/cpbs.v2i1.74>
- Marpaung, W., Manurung, Y. S., Akmal, M. El, & Mirza, R. (2020). Identification Relationship Impacts between Work from Home during the Pandemic of Working Women to the Family. *Proceedings of the International Conference on Culture Heritage, Education, Sustainable Tourism, and Innovation Technologies, Cesit 2020*, 454–461. <https://doi.org/10.5220/0010316704540461>
- Neppl, T. K., Senia, J. M., & Donnellan, M. B. (2016). The Effects of Economic Hardship: Testing the Family Stress Model over Time. *J Fam Psychol*, 30(1), 12–21. <https://doi.org/10.1037/fam0000168>.
- Nugroho, Y. J. D. (2023). *Psikologi Keluarga* (Edisi 1). USB Press.
- Priyatno, D. (2024). *Teknik Dasar untuk Analisis Data menggunakan SPSS* (1st ed.). Percetakan CV Andi Offset.
- Qiling, W. (2024). *Chinese Immigrant Mothers' Role Identity and Parental Involvement With Young Children*. Temple University.
- Rahmawati, M. N., Rohaedi, S., & Sumartini, S. (2019). Tingkat Stres Dan Indikator Stres Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini. *Jurnal Pendidikan Keperawatan*

- Indonesia*, 5(1), 25–33. <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i1.11180>
- Rotenberg, K. J., Sharp, C., & Venta, A. (2023). Trust Beliefs in Significant Others, Interpersonal Stress, and Internalizing Psychopathology of Adolescents with Psychiatric Disorders. *Child Psychiatry and Human Development*, 54(2), 450–459. <https://doi.org/10.1007/s10578-021-01255-x>
- Salsabila, D. A., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan Kepercayaan pada Pasangan terhadap Tingkat Stres pada Pria Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 670–677. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26829>
- Setiawati, S., & Abdullah, A. (2023). Signifikansi Kepercayaan Suami Istri dalam Membentuk Keharmonisan Keluarga pada Pasangan Muda Muslim (Studi Desa Batu Putih Kecamatan Sekotong Kab. Lombok Barat). *Jurnal Hukum Keluarga*, 15(2), 202–225. <https://doi.org/https://doi.org/10.20414/alihkam>
- Shobihah, I. F., & Fathoni, A. (2022). Kepercayaan dan Keterpercayaan Pada Relasi Suami-Isteri Milenial Muslim. *Psycho Idea*, 20(1), 60–73. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v20i1.12869>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi Kedu). Alfabeta.
- Timmons, A. C., Arbel, R., & Margolin, G. (2017). Daily Patterns of Stress and Conflict in Couples: Associations with Marital Aggression and Family-of-Origin Aggression. *J Fam Psychol*, 31(1), 93–104. <https://doi.org/10.1037/fam0000227>.Daily
- Warella, N. I., Desi, D., & Lahade, J. (2021). Hubungan Antara Support System Dengan DAS (Depression, Anxiety, Stress) Pada Perempuan Yang Menikah Di Usia Dini Di Kecamatan Sirimau, Kota Ambon. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2), 39–45. <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i2.7742>
- Winayanti, R. D., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Trust dengan Konflik Interpersonal Pada Dewasa Awal yang Menjalani Hubungan Pacaran Jarak Jauh. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 10–19. <https://doi.org/10.24843/jpu.2016.v03.i01.p02>