

Kepuasan Pernikahan: Penilaian Generasi Milenial dan Z terkait Pernikahan yang Mereka Jalani

Rahmah Rezki Elvika, Maya Yasmin, Yolivia Irna Aviani

Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang
rahmahelvika@fpk.unp.ac.id

Article History

accepted 1/8/2025

approved 30/8/2025

published 30/9/2025

Abstract

Marriage and building a family are one of the developmental tasks in adult age (especially early adulthood and beyond). The adult generations facing the choice to marry and start a family are currently known as Millennials and Generation Z. However, Millennials and Generation Z are currently experiencing a phenomenon of anxiety and reluctance to face marriage, as well as divorce. This study aims to explore the marital satisfaction of Millennials and Generation Z who choose to marry amidst the phenomenon of anxiety and reluctance to marry among some of them. The participants involved in this study were 175 people (Millennials = 96; Z = 79) who completed a marital satisfaction questionnaire. The research data were processed with SPSS to obtain descriptive data and to measure the differences of marital satisfaction within generational groups and between generational groups using T-Test. This study found that the majority of Millennials and Generation Z are satisfied with their marriages. Furthermore, there are no differences in marital satisfaction between Millennials and Generation Z, between genders across generations, and between genders within Millennials and Generation Z.

Keywords: *Adulthood, Marital Satisfaction, Millennials, Psychological Wellbeing, Z Generation*

Abstrak

Menikah dan membangun keluarga adalah salah satu tugas perkembangan individu usia dewasa (khususnya dewasa awal dan seterusnya). Individu dewasa saat ini yang sedang dihadapkan pada keputusan untuk menikah dan membangun keluarga adalah individu generasi Milenial dan Z. Akan tetapi saat ini terdapat fenomena dimana para generasi Milenial dan Z ini memiliki kekhawatiran dan keengganan untuk menghadapi pernikahan dan maraknya perceraian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kepuasan pernikahan para generasi Milenial dan Z yang memilih menikah di tengah fenomena kekhawatiran dan keengganan sebagian dari generasi mereka untuk menikah. Partisipan yang terlibat pada penelitian ini adalah 175 orang (Milenial = 96; Z = 79) yang kemudian mengisi kuesioner kepuasan pernikahan. Data penelitian diolah dengan SPSS untuk mendapatkan data deskriptif dan perbandingan tingkat kepuasan pernikahan antar gender, antar generasi, dan antar gender di generasi yang berbeda menggunakan uji *T-Test*. Temuan penelitian ini adalah mayoritas generasi Milenial dan Z merasa puas dengan pernikahan yang mereka jalani. Selanjutnya, tidak terdapat perbedaan kepuasan pernikahan antara generasi Milenial dan Z, antar gender di masing-masing generasi, dan antar gender di generasi Milenial dan Z.

Kata kunci: *Dewasa, Generasi Z, Kepuasan Pernikahan, Kesejahteraan Psikologis, Milenial*



PENDAHULUAN

Menikah dan membangun keluarga merupakan salah satu tugas perkembangan manusia saat mereka memasuki tahapan perkembangan dewasa (Papalia et al., 2009, Feist et al., 2013). Tugas perkembangan ini dimulai ketika individu memasuki usia dewasa awal (usia 20 tahun) dan seterusnya (Papalia et al., 2009; Santrock, 2017). Jika ditinjau lebih jauh, individu dengan usia 20 tahun dan seterusnya adalah individu yang saat ini dikenal sebagai generasi Milenial dan Z. Menurut Pew Research Center (2019) generasi Milenial adalah generasi yang lahir di rentang tahun 1981 sampai 1996. Sementara itu, generasi Z adalah individu kelahiran tahun 1997 hingga 2012.

Secara spesifik di Indonesia, Badan Pusat Statistik (2024) menyebutkan bahwa seperempat dari struktur demografis penduduk di Indonesia adalah mereka yang termasuk dalam kelompok generasi Milenial dan Z. Menariknya, para generasi Milenial dan Z memiliki pandangan yang berbeda dalam memandang pernikahan. Beberapa sumber melaporkan bahwa berbeda dengan pemahaman di masa lalu yang menganggap menikah adalah tujuan hidup dan harus terwujud di usia tertentu, para generasi Milenial dan Z di zaman ini justru memiliki keengganan dan kekhawatiran akan pernikahan. Banyak hal yang menyebabkan munculnya keengganan, kekhawatiran, dan pandangan yang berbeda dari para generasi ini terkait pernikahan. Para generasi Milenial dan Z memiliki kecenderungan untuk memprioritaskan karir, pengembangan diri, dan kesejahteraan diri sebagai hal yang perlu didahulukan sebelum benar-benar yakin untuk menempuh jenjang pernikahan (Adhani & Aripudin, 2024; Khaeron, 2025; Nahfiah, 2024; Populix dalam Elmira, 2023).

Selain itu, pandangan yang berbeda ini juga dikarenakan pengalaman buruk tumbuh di dalam hubungan yang tidak sehat (Khaeron, 2025; Nahfiah, 2024) hingga ketakutan akan perceraian (Adhani & Aripudin, 2024). Apalagi maraknya berita terkait perceraian dan perselingkuhan yang terjadi di Indonesia akhir-akhir ini. Pengalaman tumbuh di keluarga yang bercerai (Wafa, 2025), terpapar konten terkait perceraian, perselingkuhan (Adhani & Aripudin, 2024; Tirta & Arifin, 2025), kegagalan dan kesulitan menjalani hubungan pernikahan (Tirta & Arifin, 2025) memicu ketakutan akan pernikahan (Wafa, 2025; Tirta & Arifin, 2025).

Fenomena ini juga diperkuat dengan munculnya istilah "*Marriage is Scary*" yang marak di kalangan pemuda dimana para pemuda saat ini secara terbuka menunjukkan perasaan dan pandangan terkait rasa takut dan cemas akan pernikahan. Pernikahan cenderung dilihat sebagai sesuatu yang berpotensi menimbulkan ketakutan dibandingkan kebahagiaan. Selain itu, data Badan Pusat Statistik (2024) juga menyebutkan bahwa terjadi peningkatan persentase pemuda berstatus belum kawin di Indonesia saat ini. Misalnya saja data tiga tahun terakhir yang menunjukkan presentasi pemuda berstatus belum kawin yaitu 64.56% (2022), 68.29% (2023) dan 69.75% (2024).

Meskipun begitu, kita juga tidak bisa mengabaikan fakta bahwa masih terdapat pemuda Indonesia yang memilih untuk menikah dan membangun keluarga. Badan Pusat Statistik (2024) juga melaporkan bahwa di tahun 2024 terdapat 29.10% pemuda Indonesia berstatus kawin. Hanya saja, persentase pemuda berstatus kawin ini terus mengalami penurunan dari tahun ke tahun. Jika dilihat secara rinci, data Badan Pusat Statistik (2024) melaporkan presentasi pemuda berstatus kawin di kurun waktu tiga tahun terakhir yaitu tahun 2022 sebanyak 34.33%, 2023 sebanyak 30.61%, dan 2024 sebanyak 29.10%.

Selain itu, peneliti juga menyoroti fenomena terkait perceraian di kalangan pemuda Indonesia. Badan Pusat Statistik (2024) melaporkan bahwa di tahun 2024 terdapat 1.15% pemuda Indonesia yang cerai hidup/mati. Keputusan pasangan menikah untuk mengakhiri hubungan pernikahan erat kaitannya dengan ketidakharmonisan dalam hubungan pernikahan.

Dalam konteks keilmuan psikologi, salah satu aspek terpenting dalam pernikahan adalah kepuasan pernikahan. Kepuasan pernikahan mengacu pada penilaian subjektif

individu terkait pernikahan yang dijalannya yang dimunculkan dalam bentuk penilaian positif ataupun negatif (King, 2016; Stone & Shackelford, 2007). Individu yang puas akan pernikahan yang dijalannya akan memiliki kesejahteraan subjektif yang semakin baik (Anindya & Soetjningsih, 2017).

Kepuasan pernikahan akan membantu individu untuk tetap menjalani pernikahan dengan baik meskipun ada situasi, kondisi, atau tantangan yang sedang dihadapi dalam kehidupan pernikahan. Hal ini dikarenakan kepuasan pernikahan dapat pula mengacu pada kebersyukuran atas hal-hal dalam rumah tangga dan pernikahan, menemukan kebahagiaan di dalam pernikahan, serta berupaya agar hubungan pernikahan yang dijalani dapat tetap utuh (Jannah & Wulandari, 2022).

Selain itu, puas tidaknya seseorang terhadap pernikahannya diketahui berkaitan secara signifikan dengan perselingkuhan. Kecenderungan untuk berselingkuh secara emosional dan emosional fisik akan menurun jika individu merasa puas dengan pernikahannya (Amalia & Ratnasari, 2017). Begitu juga dengan kecenderungan untuk melakukan perselingkuhan daring, dimana individu yang puas akan pernikahannya akan cenderung lebih rendah kemungkinannya untuk melakukan perselingkuhan daring (Syafiyah et al., 2024).

Berdasarkan paparan fenomena sebelumnya dapat dipahami bahwa Indonesia saat ini sedang dihadapkan pada fenomena unik yaitu penurunan persentase pernikahan, peningkatan persentase pemuda tidak menikah, dan perceraian. Para generasi muda Milenial dan Z memiliki keengganan atau kekhawatiran akan pernikahan dan menghadapi perceraian, namun sebagian diantaranya justru memutuskan untuk menikah dan masih menjalani pernikahannya hingga saat ini. Hal ini menjadi menarik untuk ditelusuri terkait bagaimana kepuasan pernikahan para generasi Milenial dan Z yang memilih untuk menikah di tengah maraknya ketakutan, keengganan, dan kekhawatiran akan pernikahan bagi sebagian lainnya individu dari generasi mereka.

Maka dari itu, peneliti ingin mendalami terkait bagaimana penilaian generasi Milenial dan Z yang telah menikah terkait pernikahan yang mereka jalani yang mengacu pada konsep kepuasan pernikahan. Harapannya, hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran bagi kita terkait bagaimana kepuasan pernikahan pada generasi Milenial dan Z yang memutuskan untuk menjalani kehidupan pernikahan. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan perspektif baru dan memberikan jawaban empiris bagi para generasi Milenial dan Z yang belum menikah, masih enggan, takut, atau khawatir untuk menikah terkait bagaimana penilaian generasi Milenial dan Z yang memutuskan menikah.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Data penelitian diperoleh menggunakan alat ukur kepuasan pernikahan yang dikonstruksi dan telah digunakan pada penelitian yang melibatkan variabel kepuasan pernikahan oleh Syafiyah et al.(2024). Alat ukur ini mengacu pada konsep kepuasan pernikahan dari Fowers dan Olson (1989). Jumlah item pada alat ukur ini adalah sebanyak 20 item. Alat ukur ini terbukti valid dan reliabel dengan nilai *crit* direntang 0.39-0.78 dan Cronbach's Alpha sebesar 0.94.

Partisipan penelitian ini adalah 175 orang yang terdiri dari 96 orang generasi Milenial dan 79 orang generasi Z yang telah menikah. Partisipan diperoleh melalui teknik *convenience sampling*.

Data yang diperoleh pada penelitian ini kemudian diolah melalui beberapa teknik analisis data seperti uji normalitas dan homogenitas, uji statistik deskriptif, dan uji statistik *independent t-test* untuk menguji perbandingan kepuasan pernikahan antara generasi Milenial dan Z, serta perbandingan kepuasan pernikahan antar generasi berdasarkan gender. Pengujian statistik dilakukan dengan menggunakan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Asumsi Dasar

Peneliti melakukan dua uji asumsi dasar yaitu uji normalitas data dan uji homogenitas. Uji normalitas mengacu pada pengujian melalui Kolmogorov-Smirnov dimana didapatkan hasil bahwa data kepuasan pernikahan berdistribusi normal dengan nilai $p > 0.05$ (kepuasan pernikahan generasi Milenial $p = 0.082$; kepuasan pernikahan generasi Z $p = 0.096$). Selanjutnya, uji homogenitas menunjukkan data nilai $p = 0.72 > 0.05$ yang mengindikasikan bahwa data penelitian ini adalah homogen.

Uji Statistik Deskriptif

Penelitian ini melibatkan total 175 individu menikah yang termasuk generasi Milenial dan Z. Secara rinci, data deskriptif partisipan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Data Partisipan

Generasi	Jumlah		
	Total	Laki-Laki	Perempuan
Generasi Milenial	96	30	66
Generasi Z	79	22	57
Jumlah Total	175	52	123

Mayoritas partisipan adalah individu generasi Milenial dan Z yang menikah dan bekerja. Sebanyak 107 orang (61.14%) menyebutkan secara spesifik pekerjaannya. Sementara itu, sebanyak 63 orang (36%) mengidentifikasi pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga. Sisanya sebanyak 5 orang (2.86%) adalah tidak bekerja dan tidak menyebutkan pekerjaannya secara spesifik.

Selain itu, para partisipan adalah individu dengan pendidikan yang cukup tinggi. Mayoritas partisipan berpendidikan setara SMA dan seterusnya dengan rincian yaitu diploma sebanyak 73 orang (41.71%), SMA sebanyak 72 orang (41.14%), dan sarjana sebanyak 23 orang (13.14%). Hanya 6 orang (3.43%) diantaranya yang berpendidikan setara SMA dan 1 orang (0.57%) dengan pendidikan terakhir setingkat SD.

Selanjutnya, mayoritas partisipan adalah individu menikah dengan jumlah anak di bawah 2. Sebanyak 76 orang (43.43%) memiliki 1 orang anak, 43 orang (24.57%) belum/tidak memiliki anak, dan 37 orang (21.14%) lainnya memiliki 2 orang anak. Hanya 17 orang (9.71%) yang memiliki 3 orang anak dan 2 orang lainnya (1.14%) memiliki anak dengan jumlah 4 orang.

Kategorisasi Kepuasan Pernikahan

Berdasarkan uji deskriptif kepuasan pernikahan yang dilakukan didapatkan nilai *mean* empirik (M) = 64.27 dan standar deviasi (SD) = 9.758. Data ini kemudian dijadikan dasar untuk melakukan kategorisasi kepuasan pernikahan partisipan dari sangat rendah ($X \leq M - 1,5SD$) hingga sangat tinggi ($M + 1,5SD < X$) (Azwar, 2012).

Tabel 2. Kategorisasi Kepuasan Pernikahan Generasi Millennial dan Z

Kategori	Generasi Milenial		Generasi Z	
	N	Persentase	N	Persentase

Sangat Tinggi	4	4.17%	2	2.53%
Tinggi	31	32.29%	27	34.18%
Sedang	32	33.33%	27	34.18%
Rendah	21	21.88%	18	22.78%
Sangat Rendah	8	8.33%	5	6.33%
Total	96	100%	79	100%

Data pada tabel 2 menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan mayoritas generasi Milenial dan Z berada pada kategori sedang (Milenial = 32 orang, 33.33%; Z = 27 orang, 34.18%) ke tinggi (Milenial = 31 orang, 32.29%; Z = 27 orang, 34.18%). Artinya, mayoritas partisipan generasi Millennial (65.62%) dan Z (68.36%) memiliki penilaian yang cukup positif dan merasa puas terkait pernikahan yang dijalani. Meskipun begitu, proporsi generasi Milenial dan Z dengan kepuasan pernikahan pada kategori rendah juga menunjukkan persentase yang cukup banyak (Milenial = 21 orang, 21.88%; Z = 18 orang, 22.78%). Sementara itu, hanya sedikit persentase generasi Milenial dan Z dengan kepuasan pernikahan sangat rendah dan sangat tinggi di masing-masing kategorinya.

Uji Statistik Perbandingan

Uji statistik perbandingan dilakukan untuk mengetahui apakah ada perbedaan kepuasan pernikahan pada generasi Milenial dan Z. Uji perbandingan juga dilakukan untuk melihat apakah terdapat perbedaan kepuasan pernikahan pada laki-laki dan perempuan generasi Milenial, begitupun generasi Z. Selain itu, uji perbandingan juga dilakukan terkait kepuasan pernikahan antar gender antar generasi (misalnya perbedaan kepuasan laki-laki generasi Milenial dan Z, begitu juga perempuan). Berikut hasil uji statistik perbandingan:

Tabel 3. Uji Perbandingan Kepuasan Pernikahan Generasi Milenial dan Z

Variabel	Generasi Milenial		Generasi Z		df	t	p
	M	SD	M	SD			
Kepuasan Pernikahan	64.43	9.52	64.08	10.08	173	0.23	0.81

Tabel 4. Uji Perbandingan Kepuasan Pernikahan Generasi Milenial dan Z Berdasarkan Gender

Kepuasan Pernikahan (KP)	Laki-Laki		Perempuan		df	t	p
	M	SD	M	SD			
KP - Generasi Milenial	65.50	9.88	63.94	9.39	94	0.74	0.46
KP - Generasi Z	62.45	10.52	64.70	9.93	77	-0.88	0.37

Tabel 5. Uji Perbandingan Kepuasan Pernikahan Antar Gender dan Antar Generasi

Kepuasan Pernikahan	Generasi Milenial		Generasi Z		df	t	p
	M	SD	M	SD			
Laki-Laki	65.50	9.88	62.45	10.52	50	1.06	0.29
Perempuan	63.94	9.39	64.70	9.39	121	-0.43	0.66

Berdasarkan uji statistik perbandingan pada tabel 3 didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan kepuasan pernikahan ($t = 0.23$, $p = 0.81$, $p > 0.05$) antara generasi Millenial ($M = 64.43$, $SD = 9.52$) dan Z ($M = 64.08$, $SD = 10.08$). Selanjutnya mengacu pada tabel 4, uji perbandingan kepuasan pernikahan berdasarkan gender pada generasi Milenial yaitu $t = 0.74$, $p = 0.46$, $p > 0.05$. Sementara uji perbandingan kepuasan pernikahan berdasarkan gender pada generasi Z yaitu $t = -0.88$, $p = 0.37$, $p > 0.05$. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kepuasan pernikahan antar gender (laki dan perempuan) di masing-masing generasi. Selain itu, uji perbandingan pada tabel 5 juga menunjukkan tidak terdapat perbedaan kepuasan pernikahan ($t = 1.06$, $p = 0.29$, $p > 0.05$) antara laki-laki generasi Milenial ($M = 65.50$, $SD = 9.88$) dan laki-laki generasi Z ($M = 62.45$, $SD = 10.52$). Hasil yang sama juga terjadi pada partisipan perempuan dimana tidak terdapat perbedaan kepuasan pernikahan ($t = -0.43$, $p = 0.66$, $p > 0.05$) antara perempuan generasi Milenial ($M = 63.94$, $SD = 9.39$) dan perempuan generasi Z ($M = 64.70$, $SD = 9.39$).

Pembahasan

Mayoritas partisipan generasi Milenial dan Z menunjukkan penilaian yang positif terhadap pernikahan yang mereka jalani. Pada dasarnya mereka merasa puas dengan pernikahannya. Kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor universal yang memengaruhi kepuasan pernikahan menurut Kazim dan Rafique (2021) dapat berupa faktor terkait atribut psikologis (kecerdasan emosional, otonomi, pemaafan, kebersyukuran) dan faktor lain yang berperan dalam hubungan individu dan pasangannya (cinta romantis, komunikasi interpersonal, resolusi konflik, ekspektasi dalam hubungan, kepercayaan dan komitmen dalam hubungan, dukungan sosial, dan aktivitas luang bersama).

Meskipun begitu, Tavakol et al. (2017) memaparkan meskipun terdapat banyak faktor yang memengaruhi kepuasan pernikahan, salah satu faktor yang cukup berperan penting dalam memengaruhi kepuasan pernikahan adalah faktor yang berkaitan dengan faktor demografi. Dalam hal ini, peneliti ingin menitikberatkan pada faktor yang berkaitan dengan faktor demografi berupa tingkat pendidikan. Individu dengan pendidikan yang lebih tinggi akan memiliki kepuasan pernikahan yang lebih baik dikarenakan pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan seseorang untuk bisa beradaptasi dengan lebih baik pada situasi kehidupan, menemukan cara untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi, dan menstabilkan hubungan pernikahan (Tavakol et al., 2017; Zhang & Liang, 2023). Apalagi menikah adalah perjalanan hidup yang panjang dengan banyak tantangan. Hal ini sejalan dengan temuan pada penelitian ini dimana mayoritas partisipan generasi Milenial dan Z pada penelitian ini adalah individu dengan tingkat pendidikan yang cukup baik dan mayoritas dari partisipan juga memiliki kepuasan pernikahan dalam kategori sedang hingga sangat tinggi (Milenial = 69.79%; Z = 70.89%). Hal ini juga didukung dengan pandangan realistis (khususnya generasi Z) yang menyadari bahwa pernikahan tidak hanya akan memberikan kebahagiaan namun juga memiliki banyak tantangan dan perlu kompromi (Indriyanti et al., 2024).

Selanjutnya, hasil penelitian ini menemukan adanya keseimbangan kepuasan pernikahan antara laki-laki dan perempuan dalam pernikahan baik antar generasi, antar gender di generasi yang sama, maupun antar gender di generasi yang berbeda. Hal ini dikarenakan para generasi ini lebih kritis dalam memandang hubungan pernikahan. Indriyanti et al. (2024) mengungkapkan bahwa para generasi Z memaknai pernikahan sebagai suatu hal yang penuh pengorbanan demi terciptanya hubungan yang seimbang dan harmonis. Para generasi Z ini juga memiliki pemikiran terkait perlunya penyelesaian konflik secara bersama dengan komunikasi yang terbuka dan adanya kerjasama yang baik di dalam hubungan pernikahan, misalnya terkait pembagian tugas dan tanggung jawab rumah tangga. Sehingga secara umum dapat dipahami bahwa generasi Z yang menikah pada dasarnya sangat memperhatikan aspek penting dalam menjalin hubungan seperti keterbukaan dalam komunikasi, dukungan, hingga pengertian akan kenyamanan kedua belah pihak. Maka dari itu, menikah bagi mereka adalah aspek kehidupan pribadi yang perlu dijalani yang harus sesuai dengan nilai dan harapan diri.

Tidak jauh berbeda dengan pandangan generasi Z, generasi Milenial juga memiliki pertimbangan yang matang sebelum memutuskan untuk menjalani pernikahan. Nurviana dan Hendriani (2021) menemukan beberapa poin penting terkait makna pernikahan bagi generasi Milenial. Generasi Milenial yang memiliki keinginan untuk menikah menekankan bahwa pernikahan adalah salah satu tahapan kehidupan yang penuh dengan tanggung jawab serta memerlukan komitmen yang kuat. Pernikahan perlu dipersiapkan dengan baik (secara fisik, mental, dan finansial), dipikirkan secara matang, dan dilakukan dengan penuh keseriusan (penekanan pada aspek kesakralan sebuah pernikahan). Menikah juga hendaknya dilakukan dengan seseorang yang kita cintai. Menikah tidak terjadi karena paksaan atau tuntutan eksternal. Selain itu, menikah perlu disetujui oleh kedua belah pihak dan diikuti dengan kemampuan untuk mampu bersikap dewasa, bekerjasama, bersikap adil untuk satu sama lain, tidak egois, dan bersama-sama mewujudkan pernikahan dan keluarga yang kondusif untuk keturunan atau generasi selanjutnya.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya terlihat bahwa generasi Milenial dan Z memiliki beberapa pandangan yang sama terkait pernikahan. Beberapa diantaranya seperti perlunya kerjasama dan keadilan bagi kedua belah pihak yang menjalin hubungan pernikahan dan penekanan akan pentingnya menciptakan keharmonisan dan situasi yang kondusif dalam hubungan pernikahan dan keluarga secara bersama. Hal ini sejalan dengan temuan Sholekhah et al. (2024) yang menemukan bahwa baik perempuan generasi Milenial dan Z sepakat bahwa di dalam hubungan pernikahan perlu adanya kesetaraan. Hal ini dikarenakan menikah adalah kesepakatan dua individu (laki-laki dan perempuan). Maka dari itu, baik laki-laki dan perempuan perlu menyadari bahwa pernikahan ini adalah milik kedua belah pihak dan perlu didasari dengan aspek kebersamaan sehingga perlu porsi yang seimbang dan setara terkait peran laki-laki dan perempuan dalam pernikahan. Absennya dominasi dalam hubungan pernikahan akan membuat hubungan pernikahan dan keluarga menjadi bahagia.

SIMPULAN

Temuan pada penelitian ini menemukan bahwa kepuasan pernikahan pada mayoritas generasi Milenial dan Z berada pada kategori sedang hingga sangat tinggi (Milenial = 69.7%; Z = 70.89%). Meskipun masih ada diantaranya yang masih memiliki kepuasan pernikahan pada kategori rendah dan sangat rendah (Milenial = 30.21%; Z = 29.11%). Penilaian positif akan kepuasan pernikahan pada generasi Milenial dan Z ini diduga karena mayoritas generasi ini memiliki pendidikan yang baik sehingga dapat membantu mereka dalam mengelola konflik dalam pernikahan. Selain itu, pemahaman para generasi ini akan pentingnya kerjasama, kesetaraan, dan keadilan dari pihak suami dan isteri diduga menjadi poin penting kepuasan pernikahan yang dirasakan. Disisi lain, para generasi ini juga sepakat terkait membangun hubungan pernikahan dan keluarga

yang harmonis, seimbang, dan kondusif. Maka dari itu, peneliti menyarankan peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti dan menguji secara langsung hubungan atau pengaruh dari faktor pengelolaan konflik, kerjasama, kesetaraan dan keadilan sebagai faktor memengaruhi kepuasan pernikahan generasi Milenial dan Z secara langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhani, A. F., & Aripudin, A. (2024). Perspektif generasi z di platform x terhadap penurunan angka pernikahan di Indonesia. *J-KIs: Jurnal Komunikasi Islam*, 5(1), 185-198. DOI: <https://doi.org/10.53429/j-kis.v5i1.1001>
- Amalia, V. (2017). Kepuasan pernikahan berhubungan dengan kecenderungan berselingkuh. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 1(1), 45-57. DOI: <https://doi.org/10.25077/jip.1.1.45-57.2017>
- Anindya, A. S., & Soetjningsih, C. H. (2017). Kepuasan perkawinan dengan kesejahteraan subjektif perempuan dengan profesi guru sekolah dasar. *Insan: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 44-50. doi: 10.20473/jpkm.v2i12017.44-50
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Badan Pusat Statistik [BPS]. (2024). Statistik Pemuda Indonesia 2024. ©Badan Pusat Statistik
- Dimock, M. (2019, Januari 17). Defining Generations: Where Millennials End and Generation Z Begins. *Pewresearch.org*. Diakses dari <https://www.pewresearch.org/short-reads/2019/01/17/where-millennials-end-and-generation-z-begins/>
- Elmira, P. (2023, Maret 06). Survei: Karier Jadi Alasan Utama Gen Z dan Milenial Ogah Menikah Muda. *Liputan6.com*. Diakses dari <https://www.liputan6.com/lifestyle/read/5224730/survei-karier-jadi-alasan-utama-gen-z-dan-milenial-ogah-menikah-muda?page=2>
- Feist, J. & Feist, G. J. (2008). *Theories of Personality (7th ed)*. United States of America: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1989). ENRICH Marital Inventory: A discriminant validity and cross-validation assessment. *Journal of marital and family therapy*, 15(1), 65-79. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1989.tb00777.x>
- Indriyanti, S., Wulandari, D. A., Wibowo, U. D. A., & Noveni, N. A. (2025). Makna pernikahan berdasarkan sudut pandang generasi z di kabupaten cilacap. *Jurnal EMPATI*, 13(4), 369-374. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2024.46520>
- Jannah, M., & Wulandari, P. Y. (2022). Gambaran kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri yang menjalani commuter marriage. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 83-96. DOI: <https://doi.org/10.47353/sikontan.v1i2.375>
- Kazim, S. M., & Rafique, R. (2021). Predictors of marital satisfaction in individualistic and collectivist cultures: A mini review. *Journal of research in psychology*, 3(1), 55-67. DOI: 10.31580/jrp.v3i1.1958
- Khaeron, R. A. (2025, Januari 05). 7 Alasan Kenapa Gen-Z Semakin Malas Menikah. *Medcom.id*. Diakses dari <https://www.medcom.id/nasional/peristiwa/3NOoO4XN-7-alasan-kenapa-gen-z-semakin-malas-menikah>
- King, M. E. (2016). Marital satisfaction. *The Wiley Blackwell Encyclopedia of Family Studies*. <https://doi.org/10.1002/9781119085621.wbefs054>
- Nahfiah, A. N. (2024, Juni 30). 5 Fakta Generasi Milenial Cenderung Gamophobia, Apakah Kamu Setuju?. *IDNTIMES*. Diakses dari <https://www.idntimes.com/life/relationship/5-fakta-generasi-milenial-cenderung-gamophobia-apakah-kamu-setuju-01-ynqtc-8hxr2>

- Nurviana, A., & Hendriani, W. (2021). Makna pernikahan pada generasi milenial yang menunda pernikahan dan memutuskan untuk tidak menikah. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1037-1045.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. S. (2009). *Human Development (11th ed)*. New York: McGraw-Hill
- Riani, W. S. E., & Ratnasari, Y. (2024). Peran common dyadic coping sebagai mediator dalam hubungan antara persepsi kesetaraan peran dan kepuasan pernikahan pada 5 tahun pertama pernikahan. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 17(1), 14-27. <https://doi.org/10.24156/jikk.2024.17.1.14>
- Santrock, J. W. (2017). *Life-Span Development (16th ed)*. United States of America: McGraw-Hill
- Sholekhah, A. M., Manalu, S. R., & Gono, J. N. S. (2024). Pemaknaan perempuan antargenerasi terhadap perkawinan. *Interaksi Online*, 12(4), 424-438.
- Stone, E. A., & Shackelford, T. K. (2007). Marital satisfaction. *Encyclopedia of social psychology*, 2(1), 541-544.
- Syafiyah, A. A., Pratama, D. P., Nadhifa, I., Fasa, R. Q. A., & Yasmin, M. (2024). Dusta di dunia maya: Bagaimana peran kepuasan pernikahan terhadap perselingkuhan daring pada pasangan yang sudah menikah di sumatera barat. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(5), 8950-8960. DOI: <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i5.15797>
- Tavakol, Z., Moghadam, Z. B., Nasrabadi, A. N., Salehiniya, H., & Rezaei, E. (2017). A review of the factors associated with marital satisfaction. *Galen Medical Journal*, 6(3), e641-e641. <https://doi.org/10.31661/gmj.v6i3.641>
- Tirta, K. D., & Arifin, S. N. (2025). Studi fenomenologi: Marriage is scary pada generasi z. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 12-20. DOI: <https://doi.org/10.26539/terapeutik.833675>
- Wafa, Z. H. (2025, Agustus 21). Perceraian dan Trauma Lintas Generasi Menjadi Alasan Gen Z Takut Menikah. *Jawapos.com*. Diakses dari https://www.jawapos.com/kepribadian/016465556/perceraian-dan-trauma-lintas-generasi-menjadi-alasan-gen-z-takut-menikah#goog_rewarded
- Zhang, C., & Liang, Y. (2023). The impact of education level on marital satisfaction: Evidence from China. *Social Sciences & Humanities Open*, 7(1), 100487. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2023.100487>