

ABSTRAK

Stres perkawinan berdampak negatif terhadap kualitas perkawinan. Model pengelolaan stres perkawinan yang ada meski sudah lengkap, namun belum menjelaskan peluang munculnya dinamika proses kehadiran stres yang justru memberikan dampak positif. Model pengelolaan stres perkawinan dalam penelitian ini menempatkan stres perkawinan, eksternal dan internal sebagai prediktor dan kualitas perkawinan sebagai hasil dari proses. Proses pengelolannya melibatkan faktor personal yaitu regulasi emosi secara kognitif, dan koping diadik sebagai faktor interaksi. Keduanya merupakan mediator dalam model pengelolaan stres perkawinan penelitian ini.

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, dengan metode *cross sectional*. Subjek penelitian berjumlah 553, yang terdiri dari 273 suami, dan 280 istri. Subjek dipilih dengan menggunakan teknik *sampling convenience*. Kriteria subjek penelitian adalah suami atau istri yang masih berstatus menikah, tidak sedang menjalani pernikahan jarak jauh, sudah memiliki minimal satu anak, dan usia anak pertamanya adalah 6 – 12 tahun.

Penelitian ini menggunakan 4 skala yaitu skala *Multidimensional Stress Questionnaire*, *Dyadic Coping Inventory*, *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*, dan *Relationship Assessment Scale*. Data dianalisis melalui *Structural Equation Model* (SEM) dengan menggunakan program Lisrel 8.7. Pengujian model terdiri dari 3, yaitu model data keseluruhan, model kelompok suami, dan model kelompok istri.

Hasil penelitian menunjukkan model pengelolaan stres perkawinan *fit* dengan terjadi perubahan posisi variabel regulasi emosi kognitif adaptif dari mediator menjadi prediktor yang berpengaruh terhadap koping diadik positif. Hal inilah yang menjelaskan dinamika stres positif dalam pengelolaan stres perkawinan. Temuan lainnya adalah adanya perbedaan antara model pengelolaan stres perkawinan kelompok suami dan kelompok istri. Model pengelolaan stres perkawinan istri menghilangkan peran dari variabel regulasi emosi kognitif adaptif dan koping diadik negatif. Temuan ini dijelaskan dengan mempertimbangkan adanya perbedaan gender dalam emosi dan dalam perkawinan yang dipengaruhi juga oleh faktor budaya.

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis untuk pengembangan konsep pengelolaan stres perkawinan. Penelitian ini juga bermanfaat praktis bagi pasangan suami istri, khususnya di tahap periode perkawinan dengan anak usia sekolah, serta sebagai acuan dalam penyusunan program pembekalan calon pengantin, dan intervensi perkawinan.

Kata kunci : *stres perkawinan, kualitas perkawinan, eustress, koping diadik, regulasi emosi*

ABSTRACT

Marital stress has a negative impact on the quality of marriage. The existing marital stress management model, does not yet explain the opportunities for the emergence of the dynamics of the positive effect of the stressful process. The marital stress management model in this study tested the marital stress, external and internal, as predictors and marital quality as the outcome of the process. The management process includes personal factor, which is cognitive emotion regulation, and dyadic coping as interaction factor in the model. Both are the mediators in the marital stress management model tested in this study.

This study was a quantitative research. Subjects in this study were 553, consists of 273 husbands and 280 wives. Subjects were selected using the convenience sampling technique. Subject's criteria were husband or wife, still married, not in commuter marriage, had at least one child, and the age of the first child was 6-12 years old. This study used 4 scales which were Multidimensional Stress Questionnaire Scale, Dyadic Coping Inventory, Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, and Relationships Assessment Scale. The data was analyzed using Structural Equation Model (SEM) approach with the help of Lisrel

8.7. There were 3 models analyzed; the model applied to the overall data, model fitted to only husbands' data, and model fitted to only wives' data.

The results showed that the model was fit when the adaptive cognitive emotion regulation was specified as predictor that affected the positive dyadic coping. This result explained the dynamics of positive stress. Other finding was the difference between model fit of husbands and model fit of wives. In the wives model, the role of adaptive cognitive emotion regulation and negative dyadic coping were eliminated. The concept of gender differences in emotion and marriage which came from culture should be considered. This finding was useful in the development of the model of marital stress management, especially the eustress dynamics appropriate for Indonesia's condition. The findings of this research also provide references for the development of pre-marital counseling and marriage intervention.

Keywords: marital stress, marital quality, eustress, dyadic coping, emotion regulation