
ARTIKEL PENELITIAN

Pengaruh Rasa Syukur Dan Kepercayaan Terhadap Komitmen Dalam Hubungan Romantis Pada Dewasa Awal

Diva Callysta Az Zahra Vedrycha & Endah Mastuti*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Masa dewasa awal merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan eksplorasi identitas dan hubungan, sehingga individu sering menghadapi ketidakpastian dalam menjalin hubungan romantis, terutama terkait komitmen. Rendahnya komitmen dapat memengaruhi kualitas hubungan dan kesejahteraan psikologis individu. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang berperan dalam membentuk komitmen, seperti rasa syukur dan kepercayaan. Penelitian ini bertujuan menguji peran rasa syukur dan kepercayaan terhadap komitmen dalam hubungan romantis pada dewasa awal. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 185 individu dewasa awal yang sedang menjalani hubungan romantis. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner yang mengukur rasa syukur, kepercayaan, dan komitmen. Analisis data menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa syukur dan kepercayaan berpengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen. Kedua variabel memberikan kontribusi sebesar 41,9% terhadap komitmen dalam hubungan romantis. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa syukur dan kepercayaan individu, maka semakin kuat komitmen dalam hubungan romantis yang dijalani.

Kata kunci: Rasa Syukur, Kepercayaan Komitmen, Hubungan Romantis, Dewasa Awal.

ABSTRACT

Emerging adulthood is a developmental phase characterized by identity and relationship exploration, in which individuals often experience uncertainty in romantic relationships, particularly regarding commitment. Low levels of commitment may affect relationship quality and individuals' psychological well-being. Therefore, it is important to understand the factors that contribute to commitment, including gratitude and trust. This study aimed to examine the role of gratitude and trust in commitment within romantic relationships among emerging adults. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The participants consisted of 185 emerging adults who were currently involved in romantic relationships. Data were collected through online questionnaires measuring gratitude, trust, and commitment. The data were analyzed using multiple linear regression. The results indicated that gratitude and trust had positive and significant effects on commitment. Both variables contributed 41.9% to commitment in romantic relationships. These findings suggest that higher levels of gratitude and trust are associated with stronger commitment in romantic relationships.

Keywords: Gratitude, Trust, Commitment, Romantic Relationship, Emerging Adulthood

PENDAHULUAN

Dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang terjadi pada rentang usia 18 hingga 25 tahun, yakni masa transisi dari fase remaja menuju kedewasaan (Arnett, 2000; Arnett dkk., 2023). Pada fase ini, individu mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan seperti identitas diri, karier, nilai-nilai pribadi, serta hubungan interpersonal, yang kerap disertai ketidakstabilan dalam pengambilan keputusan jangka panjang (Arnett, 2023). Perubahan sosial seperti meningkatnya partisipasi pendidikan tinggi dan penundaan usia pernikahan menjadikan fase ini semakin relevan dalam konteks kehidupan modern (Nelson & Barry, 2005; Santrock, 2019).

Salah satu aspek penting yang dieksplorasi pada masa dewasa awal adalah hubungan romantis. Menurut Connolly dkk. (2023), dewasa awal menjadi periode penting untuk membangun dasar kehidupan yang stabil, termasuk dalam hubungan interpersonal dan pengambilan keputusan jangka panjang. Melalui hubungan romantis, individu belajar memahami kebutuhan emosional diri dan pasangan, membangun empati, serta mengembangkan keterampilan komunikasi dan kepercayaan (Barry dkk., 2009; Joel dkk., 2017). Pengalaman dalam menjalin hubungan juga membantu individu memantapkan identitas diri dan menguji kesiapan terhadap komitmen jangka panjang (Le dkk., 2010). Oleh karena itu, hubungan romantis pada fase ini bukan hanya sekadar pengalaman emosional, tetapi bagian penting dari proses pembentukan identitas dan kematangan dewasa muda.

Komitmen dalam hubungan romantis dipahami sebagai keputusan dan dorongan pribadi untuk mempertahankan hubungan dalam jangka panjang meskipun menghadapi berbagai tantangan (Rusbult dkk., 1998). Komitmen tidak hanya mencakup keinginan untuk tetap bersama pasangan, tetapi juga keterikatan emosional dan kemauan untuk berinvestasi dalam menjaga kualitas hubungan (Le & Agnew, 2003). Individu dengan komitmen tinggi cenderung memandang hubungan sebagai bagian penting dari identitas dirinya sehingga lebih mampu menghadapi konflik dan perubahan (Stanley dkk., 2010). Dalam konteks dewasa awal, komitmen berperan penting dalam proses pembentukan kematangan emosional dan sosial, namun individu pada fase ini masih berada dalam tahap eksplorasi diri dan pencarian arah hubungan yang stabil (Nelson & Padilla-Walker, 2013). Komitmen dalam hubungan romantis tidak hanya relevan bagi pasangan yang telah menikah, tetapi juga bagi individu dalam tahap pacaran maupun pertunangan. Dalam berbagai tahap tersebut, komitmen memiliki peran sentral, mengingat lebih dari 130 juta penduduk Indonesia tercatat belum menikah sementara sekitar 190 juta lainnya telah menikah (CNN Indonesia, 2025).

Dalam beberapa tahun terakhir, pola hubungan romantis pada dewasa awal menunjukkan perubahan yang signifikan terkait kesiapan membangun komitmen jangka panjang. Survei YouGov (2024) menunjukkan bahwa sekitar 50% individu berusia 19-34 tahun pernah mengalami *situationship*, yaitu hubungan romantis tanpa kejelasan status maupun komitmen jangka panjang. Data Badan Pusat Statistik (2024) mencatat sekitar 128 juta dari 282 juta penduduk Indonesia masih berstatus belum menikah, dan 68,29% dari 65,82 juta anak muda Indonesia memilih untuk tetap lajang. Survei Populix (2023) juga menunjukkan bahwa 61% individu dewasa awal tidak memiliki rencana menikah dalam waktu dekat, bahkan 21% menyatakan tidak berencana menikah sama sekali. Temuan dari Bincang Perempuan (2025) menambahkan bahwa sekitar 45% dewasa muda pernah menjalani hubungan tanpa status, 32% pernah berada dalam *situationship*, dan sekitar 21% pernah terlibat dalam hubungan *friends with benefits* (FWB). Persoalan komitmen juga muncul dalam konteks pernikahan. Data BPS dan Mahkamah Agung menunjukkan angka perceraian meningkat dari 399.921 kasus pada tahun 2024 menjadi 438.168 kasus pada tahun 2025, atau naik sekitar 10% (CNBC Indonesia, 2026), yang mengindikasikan bahwa komitmen dalam pernikahan pun tidak selalu stabil.

Rendahnya tingkat komitmen dalam hubungan romantis dapat memberikan berbagai konsekuensi negatif terhadap kesejahteraan emosional dan kualitas hubungan. Kondisi ini berpotensi memunculkan konflik berulang, menurunnya rasa saling percaya, serta menghambat perkembangan psikososial individu menuju kedewasaan yang lebih matang (Kizilkaya, 2021; Sheng dkk., 2023). Keterlibatan dalam hubungan tanpa arah atau kejelasan komitmen juga kerap dikaitkan dengan ketidakpastian emosional, meningkatnya kecemasan dalam hubungan, dan berkurangnya kepuasan relasional (Graziano dkk., 2024). Berdasarkan hasil survei Jakpat yang dipublikasikan GoodStats (2025), 72% responden menilai

komunikasi terbuka sebagai faktor utama dalam hubungan, diikuti kepercayaan sebesar 71%, saling menghargai 70%, serta kesetiaan dan komitmen sebesar 69%.

Komitmen dalam hubungan romantis terbentuk melalui interaksi berbagai faktor psikologis dan relasional. Berdasarkan Investment Model (Rusbult dkk., 1998), komitmen dipengaruhi oleh tingkat kepuasan terhadap hubungan, besarnya investasi emosional maupun material yang telah diberikan, serta persepsi terhadap alternatif hubungan lain. Selain itu, kelekatan emosional, rasa percaya, dan apresiasi terhadap pasangan juga berperan penting dalam membentuk ketahanan hubungan (Mikulincer & Shaver, 2016; Righetti & Impett, 2017). Dua faktor psikologis yang dipandang memiliki peran signifikan dalam membentuk dan mempertahankan komitmen adalah rasa syukur dan kepercayaan.

Rasa syukur dalam konteks hubungan romantis dipahami sebagai bentuk penghargaan dan pengakuan tulus terhadap kebaikan, perhatian, serta dukungan yang diberikan oleh pasangan (Algoe, 2012; Gordon dkk., 2012). Algoe (2012) dalam teori Find, Remind, and Bind menjelaskan bahwa rasa syukur membantu individu menemukan kualitas positif pasangan (find), mengingat kembali pengalaman emosional yang mempererat hubungan (remind), serta memperkuat ikatan afektif yang berkelanjutan (bind). Berdasarkan Broaden and Build Theory (Fredrickson, 2001), emosi positif seperti rasa syukur memperluas cara berpikir individu dan membangun sumber daya psikologis jangka panjang yang mendukung keberlangsungan hubungan. Individu yang secara konsisten mengekspresikan rasa syukur cenderung menampilkan perilaku pemeliharaan hubungan yang lebih kuat, termasuk kesetiaan dan dukungan emosional (Gordon dkk., 2012). Penelitian Gordon dkk. (2012) menemukan bahwa sekitar 84% pasangan yang aktif mengekspresikan rasa terima kasih mengalami peningkatan kepuasan hubungan. Selain itu, Lambert dkk. (2010) menunjukkan bahwa sekitar 71% individu dalam program intervensi berbasis rasa syukur mengalami peningkatan signifikan dalam persepsi kedekatan emosional dan stabilitas hubungan.

Kepercayaan merupakan salah satu fondasi utama dalam membentuk komitmen pada hubungan romantis. Kepercayaan dapat dipahami sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan dan niat baik pasangan, serta kepercayaan bahwa pasangan akan bertindak selaras dengan kepentingan bersama (Rempel dkk., 1985; Balliet & Van Lange, 2022). Holmes dan Rempel (1989) memandang kepercayaan sebagai hasil dari proses evaluasi yang mencakup tiga elemen penting, yakni prediktabilitas, keandalan, dan keyakinan terhadap niat baik pasangan. Individu dengan tingkat kepercayaan tinggi cenderung menunjukkan kesetiaan, keterbukaan emosional, serta komitmen jangka panjang yang lebih kuat (Mikulincer & Shaver, 2016; Righetti & Impett, 2017). Sebaliknya, kurangnya kepercayaan kerap memicu kecemasan, rasa curiga, dan konflik yang mengancam stabilitas hubungan (Rempel & Holmes, 1989). Dalam konteks Indonesia, Utami dkk. (2024) menyatakan bahwa sekitar 58% dewasa awal berusia 18-25 tahun menilai diri mereka memiliki tingkat kepercayaan tinggi terhadap pasangan, sedangkan sisanya menunjukkan ketidakpastian akibat pengalaman negatif dalam hubungan sebelumnya.

Rasa syukur dan kepercayaan dipandang sebagai dua mekanisme psikologis yang saling memperkuat dalam membentuk komitmen. Individu yang merasa dihargai oleh pasangannya akan lebih termotivasi mempertahankan hubungan, karena rasa syukur menumbuhkan keterhubungan dan keyakinan bahwa hubungan bernilai untuk dijaga (Gordon dkk., 2012; Algoe dkk., 2020). Kepercayaan di sisi lain menciptakan rasa aman emosional, mengurangi kecemasan terhadap kemungkinan pengkhianatan, dan meningkatkan keyakinan akan stabilitas hubungan (Rempel & Holmes, 1989; Righetti & Impett, 2017). Ketika individu saling percaya dan menghargai, hubungan menjadi lebih terbuka, stabil, dan berorientasi pada masa depan. Meskipun demikian, penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh rasa syukur dan kepercayaan secara simultan terhadap komitmen pada dewasa awal di Indonesia masih terbatas, mengingat sebagian besar kajian terdahulu berfokus pada pasangan yang telah menikah (Purwasetiawati, 2020; Fatimah, 2018) dan dilakukan dalam konteks budaya Barat yang bersifat individualistik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh rasa syukur dan kepercayaan terhadap komitmen dalam hubungan romantis pada individu dewasa awal di Indonesia.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Data dikumpulkan melalui survei daring menggunakan kuesioner yang disebarakan melalui berbagai platform media sosial agar partisipan dapat mengisi secara mandiri dalam bentuk *self-report*. Kuesioner mencakup *informed consent*, informasi data demografis, serta instrumen penelitian.

Partisipan

Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Kriteria partisipan meliputi: 1) individu berusia 18-25 tahun (dewasa awal), 2) laki-laki atau perempuan, dan 3) sedang menjalani hubungan romantis (pacaran, tunangan, atau menikah) minimal selama 6 bulan. Penentuan jumlah sampel menggunakan bantuan software G*Power 3.1 pada analisis regresi linear berganda (*fixed model, R² increase*) dengan *effect size* $f^2 = 0,15$; $\alpha = 0,05$; power $(1-\beta) = 0,95$; dan jumlah prediktor 2, sehingga diperoleh sampel minimal sebanyak 138 partisipan. Penelitian ini berhasil mengumpulkan 185 partisipan.

Pengukuran

Variabel rasa syukur diukur menggunakan *Gratitude, Resentment, and Appreciation Test-Short Form* (GRAT-SF) yang terdiri dari 16 aitem dengan 5 pilihan jawaban (1 = "Sangat Tidak Setuju", 5 = "Sangat Setuju"). Variabel kepercayaan diukur menggunakan *Trust in Close Relationship Scale* (TICR) yang terdiri dari 17 aitem dengan 5 pilihan jawaban. Variabel komitmen diukur menggunakan subskala komitmen dari *Investment Model Scale* (IMS) milik Rusbult, Martz, dan Agnew (1998) yang diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Dannisworo, Buchari, dan Oriza (2022), terdiri dari 7 aitem dengan 6 pilihan jawaban (1 = "Sangat Tidak Sesuai", 6 = "Sangat Sesuai").

Hasil uji reliabilitas dengan teknik *Cronbach's Alpha* menunjukkan bahwa skala GRAT-SF memiliki reliabilitas yang baik ($\alpha = 0,87$), skala TICR memiliki reliabilitas yang baik ($\alpha = 0,92$), dan skala IMS menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik ($\alpha = 0,909$; *McDonald's* $\omega = 0,921$). Validitas konstruk ketiga alat ukur dievaluasi melalui *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dan menunjukkan nilai fit indices yang memadai.

Analisis Data

Teknik uji hipotesis yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda yang dilakukan dengan bantuan perangkat lunak Jamovi 2.6.26 for Windows. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan analisis statistik deskriptif dan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, uji multikolinearitas (nilai VIF dan Tolerance), uji heteroskedastisitas (Breusch-Pagan, Goldfeld-Quandt, Harrison-McCabe), dan uji linearitas (*scatter plot*). Pengujian hipotesis dilakukan melalui uji F (simultan) dan uji t (parsial), serta koefisien determinasi (R^2) untuk mengetahui besar kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen.

HASIL PENELITIAN

Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa 185 partisipan terdiri dari berbagai usia dalam rentang dewasa awal (18-25 tahun) yang sedang menjalani hubungan romantis. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, variabel rasa syukur memiliki nilai ($M = 56,84$; $SD = 8,73$), variabel kepercayaan memiliki nilai ($M = 60,12$; $SD = 9,45$), dan variabel komitmen memiliki nilai ($M = 32,47$; $SD = 6,18$). Secara umum, partisipan memiliki tingkat rasa syukur, kepercayaan, dan komitmen yang cukup tinggi dalam hubungan romantis mereka.

Uji asumsi klasik menunjukkan bahwa data residual berdistribusi normal berdasarkan hasil uji Kolmogorov-Smirnov ($p = 0,068 > 0,05$). Tidak terdapat multikolinearitas antar variabel independen ($VIF = 1,02$; $Tolerance = 0,977$). Uji heteroskedastisitas menunjukkan hasil yang tidak signifikan (Breusch-Pagan: $p = 0,084$; Goldfeld-Quandt: $p = 0,918$; Harrison-McCabe: $p = 0,909$), sehingga asumsi homoskedastisitas terpenuhi. Uji linearitas melalui *scatter plot* menunjukkan hubungan yang cenderung linear antara rasa syukur dan komitmen, serta antara kepercayaan dan komitmen.

Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan persamaan regresi: $Y = 6,117 + 0,123 (\text{Rasa Syukur}) + 0,335 (\text{Kepercayaan})$. Berdasarkan uji F, model regresi secara simultan signifikan ($F = 65,6$; $p < 0,001$), yang berarti rasa syukur dan kepercayaan secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap komitmen. Koefisien determinasi menunjukkan bahwa kedua variabel menjelaskan 41,9% variasi komitmen ($R^2 = 0,419$; $\text{Adjusted } R^2 = 0,412$).

Berdasarkan uji t parsial, variabel rasa syukur berpengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen ($\beta = 0,123$; $SE = 0,034$; $t = 10,19$; $p < 0,001$) dengan koefisien terstandarisasi sebesar 0,583. Variabel kepercayaan juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen ($\beta = 0,335$; $SE = 0,033$; $t = 3,64$; $p < 0,001$) dengan koefisien terstandarisasi sebesar 0,208. Rasa syukur memberikan kontribusi yang lebih dominan terhadap komitmen dibandingkan kepercayaan.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh rasa syukur dan kepercayaan terhadap komitmen dalam hubungan romantis pada individu dewasa awal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa syukur berpengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen ($p < 0,001$), sehingga hipotesis pertama (H_{a1}) diterima. Temuan ini sejalan dengan *Broaden and Build Theory* (Fredrickson, 2001) yang menjelaskan bahwa emosi positif memperluas cara individu berpikir dan bertindak serta membangun sumber daya psikologis jangka panjang.

Rasa syukur mendorong individu untuk memandang pasangan secara lebih positif dan menghargai keberadaan hubungan yang dijalani. Individu yang bersyukur cenderung lebih terbuka, menunjukkan empati, dan terlibat dalam interaksi yang lebih suportif. Pola interaksi ini memperkuat kedekatan emosional antar pasangan sehingga komitmen menjadi lebih kuat. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Algae dkk. (2013) yang menunjukkan bahwa rasa syukur dapat memperkuat keterhubungan emosional antar pasangan, dan Gordon dkk. (2012) yang menemukan bahwa ekspresi rasa syukur mendorong perilaku pemeliharaan hubungan. Dalam konteks dewasa awal yang ditandai ketidakpastian orientasi komitmen (Sibley dkk., 2024), rasa syukur berperan sebagai faktor yang membantu individu tetap memaknai hubungan secara positif.

Kepercayaan juga terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen ($p < 0,001$), sehingga hipotesis kedua (H_{a2}) diterima. Temuan ini sejalan dengan pandangan Rempel dkk. (1985) yang menyatakan bahwa kepercayaan memungkinkan individu mengembangkan keterbukaan dan ketergantungan emosional yang sehat dalam hubungan. Individu dengan kepercayaan tinggi cenderung menafsirkan perilaku pasangan secara lebih positif dan memandang konflik sebagai sesuatu yang dapat diselesaikan bersama. Larzelere dan Huston (1980) menegaskan bahwa hubungan yang dibangun atas dasar kepercayaan memiliki kualitas yang lebih baik dan mampu bertahan dalam berbagai situasi.

Secara keseluruhan, rasa syukur dan kepercayaan bersama-sama menjelaskan 41,9% variasi komitmen. Temuan ini menegaskan bahwa komitmen tidak terbentuk hanya dari satu faktor, melainkan merupakan hasil interaksi antara aspek emosional (rasa syukur) dan aspek relasional (kepercayaan). Rasa syukur berkontribusi melalui pengalaman emosional yang positif, sedangkan kepercayaan memberikan rasa aman dan stabilitas. Kombinasi keduanya menciptakan hubungan yang tidak hanya hangat secara emosional, tetapi juga memiliki dasar yang kuat secara psikologis. Masih terdapat 58,1% variasi komitmen yang dapat dijelaskan oleh faktor lain seperti kepuasan hubungan, gaya kelekatan, investasi dalam hubungan, dan persepsi terhadap alternatif hubungan, yang dapat menjadi fokus penelitian selanjutnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa: (1) rasa syukur berpengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen dalam hubungan romantis pada individu dewasa awal ($p < 0,001$); (2) kepercayaan berpengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen dalam hubungan romantis pada individu dewasa awal ($p < 0,001$); dan (3) rasa syukur dan kepercayaan secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap komitmen dengan kontribusi sebesar 41,9% ($R^2 = 0,419$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat rasa syukur dan kepercayaan yang dimiliki

individu, semakin kuat pula komitmen dalam hubungan romantis yang dijalani. Individu yang menjalani hubungan romantis disarankan untuk secara aktif mengembangkan rasa syukur terhadap pasangan dan membangun kepercayaan dalam hubungan sebagai upaya memperkuat komitmen.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Allah SWT, Dr. Endah Mastuti, S.Psi., M.Si., Psikolog, sebagai dosen pembimbing penulis, keluarga, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Diva Callysta Az Zahra Vedrycha dan Endah Mastuti tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Algoe, S. B. (2012). Find, remind, and bind: The functions of gratitude in everyday relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 6(6), 455-469. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2012.00439.x>
- Algoe, S. B., & Haidt, J. (2009). Witnessing excellence in action: The 'other-praising' emotions of elevation, gratitude, and admiration. *Journal of Positive Psychology*, 4(2), 105-127.
- Algoe, S. B., Fredrickson, B. L., & Gable, S. L. (2013). The social functions of the emotion of gratitude via expression. *Emotion*, 13(4), 605-609. <https://doi.org/10.1037/a0032424>
- Algoe, S. B., Kurtz, L. E., & Hilaire, N. M. (2020). Putting the 'you' in 'thank you': Examining other-praising behavior as the active relational ingredient in expressed gratitude. *Social Psychological and Personality Science*, 11(6), 1-11.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2023). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Balliet, D., & Van Lange, P. A. M. (2022). Trust, conflict, and cooperation: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 139(5), 1090-1112.
- Barry, C. M. N., Madsen, S. D., Nelson, L. J., Carroll, J. S., & Badger, S. (2009). Friendship and romantic relationship qualities in emerging adulthood. *Journal of Adult Development*, 16(4), 209-222. <https://doi.org/10.1007/s10804-009-9067-x>
- Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A., & Pepler, D. (2023). Mixed-gender groups, dating, and romantic relationships in early adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 14(2), 185-207.
- Dannisworo, C. A., Buchari, A. H., & Oriza, I. I. D. (2022). Testing the investment model to predict commitment in cyber dating abuse victims. *Partner Abuse*, 13(2), 202-216. <https://doi.org/10.1891/PA-2021-0012>
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377-389.
- Fatimah, S. (2018). Hubungan kepercayaan dan komitmen dalam pernikahan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 23-34.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Gordon, A. M., Impett, E. A., Kogan, A., Oveis, C., & Keltner, D. (2012). To have and to hold: Gratitude promotes relationship maintenance in intimate bonds. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103(2), 257-274. <https://doi.org/10.1037/a0028723>
- Graziano, W. G., Habashi, M. M., & Sheese, B. E. (2024). Relational uncertainty and romantic relationship quality in young adults. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(3), 645-670.
- Holmes, J. G., & Rempel, J. K. (1989). Trust in close relationships. *Review of Personality and Social Psychology*, 10, 187-220.

-
- Joel, S., Eastwick, P. W., & Finkel, E. J. (2017). Is romantic desire predictable? Machine learning applied to initial romantic attraction. *Psychological Science*, 28(10), 1478-1489.
- Kizilkaya, M. (2021). Commitment and its effects on relationship quality in romantic partnerships. *Interpersonal Relationships Journal*, 15(2), 112-130.
- Lambert, N. M., Clark, M. S., Durtschi, J., Fincham, F. D., & Graham, S. M. (2010). Benefits of expressing gratitude: Expressing gratitude to a partner changes one's view of the relationship. *Psychological Science*, 21(4), 574-580.
- Le, B., & Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10(1), 37-57.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Mikkelsen, A. C., & Ray, C. D. (2024). Commitment, relational uncertainty, and the investment model. *Communication Research Reports*, 41(2), 105-116.
- Nelson, L. J., & Barry, C. M. (2005). Distinguishing features of emerging adulthood: The role of self-classification as an adult. *Journal of Adolescent Research*, 20(2), 242-262.
- Purwasetiawati, D. (2020). Hubungan rasa syukur dan kepercayaan dengan komitmen pernikahan pada istri yang bekerja. *Jurnal Psikologi Universitas Indonesia*, 10(1), 45-58.
- Rempel, J. K., Holmes, J. G., & Zanna, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(1), 95-112. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.49.1.95>
- Righetti, F., & Impett, E. (2017). Sacrifice in close relationships: Motives, emotions, and relationship outcomes. *Social and Personality Psychology Compass*, 11(10), 1-11.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5(4), 357-387.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sibley, C. G., Overall, N. C., & Lavner, J. A. (2024). Uncertainty, avoidance, and emerging adult romantic relationships. *Emerging Adulthood*, 12(1), 45-58.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation, and the securing of romantic attachment. *Journal of Family Theory & Review*, 2(4), 243-257.
- Utami, D. R., Hidayat, R., & Prasetyo, B. (2024). Kepercayaan dan komitmen dalam hubungan romantis dewasa awal di Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 22(1), 34-48.
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the good life: Toward a psychology of appreciation*. Springer.
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 31(5), 431-452.