



**HUBUNGAN SAVORING DAN KEPUASAN PERNIKAHAN
PADA PASANGAN *MODERATE TERM MARRIAGE***

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

SJAM JULIAN THENNY AYU

46121110088

**PROGAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2026



**HUBUNGAN SAVORING DAN KEPUASAN PERNIKAHAN
PADA PASANGAN *MODERATE TERM MARRIAGE***

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

SJAM JULIAN THENNY AYU

46121110088

**PROGAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2026

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sjam Julian Thenny Ayu

NIM : 46121110088

Program Studi : S1 Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:

“Hubungan *Savoring* dan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan *Moderate Term Marriage*” adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 22 Januari 2026



Sjam Julian Thenny Ayu

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Sjam Julian Thenny Ayu

NIM : 46121110088

Program Studi : S1 Psikologi

dengan judul

“Hubungan *Savoring* dan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan *Moderate Term Marriage*”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 22 Januari 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 30%.

Jakarta, 22 Januari 2026
Administrator Turnitin
an.

Denny Dwi Hambodo, S.Ikom



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Sjam Julian Thenny Ayu
NIM : 46121110088
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN SAVORING DAN KEPUASAN
PERNIKAHAN PADA PASANGAN MODERATE TERM
MARRIAGE

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 5 Februari 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing

Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

NIDN/NUPT: 0312047205

Jakarta, 5 Februari 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D
NIDN/NUPTK: 0316058002

Ketua Program Studi Psikologi

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikologi
NIDN/NUPTK: 0324068701

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan karunia-Nya, berupa kesehatan, kekuatan, dan kelancaran sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Savoring* dan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Fase *Moderate Term Marriage*”. Penulisan tugas akhir ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program Sarjana (S1) pada program studi Psikologi fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta. Peneliti menyadari bahwa proses pengerjaan skripsi ini tidak akan selesai dengan mudah tanpa adanya bimbingan, bantuan, dukungan, serta doa dari semua pihak. Oleh karenanya izinkan penulis untuk mengucapkan rasa terima kasih dengan tulus yang sebesar-besarnya kepada pihak yang terkait:

1. Bapak Prof. Dr. Ir Andi Adriansyah, M.Eng. Selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph. D. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Kharisma Riskinanti, M.Psi, Psikolog. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing akademik selama 8 semester ini.
5. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, pikiran, serta perhatiannya untuk membimbing dan mengarahkan penyusunan tugas akhir dari awal hingga selesai.
6. Ibu Rizki Dawanti, M.Psi, Psi selaku dosen reviewer proposal tugas akhir yang telah banyak berkontribusi memberi masukan.

7. Ibu Nurul Adiningtyas, M.Psi. Psikolog selaku ketua sidang dan Ibu Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si selaku penguji sidang yang telah memberi banyak masukan untuk diperbaiki lebih baik lagi.
8. Seluruh Dosen dan Staff Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan pengajaran selama penulis menjadi mahasiswi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
9. Seluruh subjek penelitian ini yang telah meluangkan waktunya mengisi kuesioner penelitian ini.
10. Teman-teman kuliah yang tidak bisa disebutkan satu per satu, atas kebersamaan, dukungan, terima kasih telah memberi warna selama 4 tahun ini.
11. Teman-teman seperjuangan skripsi atas support, diskusi, dan kebersamaannya selama proses tugas akhir ini.
12. Teman-teman “Mood” yang jadi *daily mood booster*, terima kasih atas kebersamaan hampir setiap hari yang walau sebentar dan santai, namun memberikan warna.
13. Vereinigt, teman seperjuangan selama kuliah pertama dulu, dan masih tetap bersahabat hingga saat ini. Dan beberapa teman dekat dari zaman sekolah yang masih dekat hingga saat ini. Walau sekarang jarang bertemu, namun seperti senja yang sesaat namun selalu hangat dan bermakna.
14. Teman-teman dan sahabat-sahabat yang banyak mengisi hari-hari penulis, bertukar pikiran, serta memberikan dukungan dan kebersamaannya.
15. Kedua mertua dan adik-adik ipar, atas dukungan, doa, dan kebersamaannya selama ini. Panjang umur dan sehat-sehat selalu ya.
16. Kedua orangtua dan adik, atas doa dan dukungan yang tidak pernah terputus, yang membuat semuanya menjadi lebih mudah dijalankan. Panjang umur dan sehat-sehat selalu ya. Episode cerita kita masiih panjang dan semoga bisa membahagiakan kalian lebih banyak lagi.

17. Buah hati penulis (Eline), yang selalu support dan semangat menemani kemanapun dan satu-satunya yang selalu menganggap miminya ini seperti seorang psikolog dan penulis. Terima kasih atas setiap doa, pelukan, dan cinta tanpa syaratnya.
18. Serta secara khusus Didi Eline, suami tercinta, atas supportnya, pengertiannya, dan yang ikut sibuk mengantar dalam setiap proses perkuliahan ini (dari proses registrasi awal hingga tugas akhir).
19. Akhirnya, penulis mau mengucapkan terima kasih untuk diri sendiri yang telah berani memulai, bertahan, bangkit dari keraguan, dan melangkah sejauh ini. Semoga setiap proses ini dan akumulasi pembelajaran selama 4 tahun ini tidak hanya menghasilkan sebuah karya ilmiah, namun bertumbuh menjadi pribadi yang lebih bermakna dan sedikit banyak berkontribusi memberi makna untuk orang lain juga. *For myself: Thank you for standing tall through the storms, growing, and choosing to keep becoming a better version of yourself!*

Penulis menyadari secara sadar bahwa penyusunan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna karena masih terbatasnya pengetahuan dan pengalaman serta kemampuan yang dimiliki peneliti. Maka dari itu, atas kesalahan dan kekurangan yang terdapat dalam penulisan skripsi ini, Penulis meminta maaf serta bersedia menerima kritikan yang bersifat membangun dengan harapan penelitian dapat bermanfaat untuk kita semua.

Jakarta, 22 Januari 2026

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sjam Julian Thenny Ayu
NIM : 46121110088
Fakultas/Program Studi : Psikologi/Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan *Savoring* dan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan *Moderate Term Marriage*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 10 Februari 2026

Yang menyatakan,



Sjam Julian Thenny Ayu

ABSTRAK

Pernikahan merupakan fase kehidupan yang penting dan berpengaruh terhadap kesejahteraan individu, keluarga, serta keberlangsungan hubungan suami istri. Salah satu indikator utama keberhasilan pernikahan adalah kepuasan pernikahan, yang pada fase pernikahan usia pertengahan (*moderate-term marriage*) cenderung mengalami penurunan akibat meningkatnya tuntutan peran, tanggung jawab, dan tekanan kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *savoring* dan kepuasan pernikahan pada pasangan moderate term marriage. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian adalah pasangan menikah dengan usia pernikahan 7–17 tahun yang dipilih menggunakan teknik convenience sampling yang sesuai kriteria penelitian. Data dikumpulkan menggunakan alat ukur kepuasan pernikahan (*Enrich Marital Satisfaction*) dan alat ukur *savoring* (*Belief Savoring Inventory*), kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis statistik korelasional menggunakan *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *savoring* dan kepuasan pernikahan ($r = 0,719$; $p < 0,001$; $N = 146$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi kemampuan *savoring*, semakin tinggi pula tingkat kepuasan pernikahan yang dirasakan. Temuan ini menunjukkan bahwa *savoring* berperan sebagai sumber daya psikologis yang dapat membantu pasangan mempertahankan dan meningkatkan kepuasan pernikahan di tengah tekanan pada fase pernikahan usia pertengahan (*moderate term marriage*).

Kata Kunci: Kepuasan Pernikahan, Savoring, Pernikahan Usia Pertengahan

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

ABSTRACT

Marriage is an important life stage that significantly influences individual well-being, family functioning, and the sustainability of marital relationships. One key indicator of marital success is marital satisfaction, which tends to decline during the moderate-term marriage phase due to increasing role demands, responsibilities, and life stressors. This study aimed to examine the relationship between savoring and marital satisfaction among couples in the moderate-term marriage phase. A quantitative correlational design was employed in this study. The participants were married couples with a marriage duration of 7–17 years, selected using convenience sampling based on the study criteria. Data were collected using the ENRICH Marital Satisfaction Scale and the Belief Savoring Inventory, and were analyzed using Pearson product–moment correlation analysis. The results indicated a significant positive relationship between savoring and marital satisfaction ($r = 0.719$; $p < 0.001$; $N = 146$), suggesting that higher levels of savoring are associated with higher levels of marital satisfaction. These findings indicate that savoring functions as a psychological resource that may help couples maintain and enhance marital satisfaction amid the challenges and pressures characteristic of the moderate-term marriage phase.

Keywords: *Marital Satisfaction, Savoring, Moderate Term Marriage*



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	0
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2	8
LANDASAN TEORI	8
2.1 Kepuasan Pernikahan	8
2.1.1 Definisi Kepuasan Pernikahan	8
2.1.2 Dimensi Kepuasan Pernikahan	9
2.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kepuasan Pernikahan	10
2.2 <i>Savoring</i>	12

2.2.1	Definisi <i>Savoring</i>	12
2.2.2	Dimensi <i>Savoring</i>	13
2.3	Penelitian Sebelumnya	13
2.4	Dinamika Penelitian.....	17
2.5	Kerangka Berpikir.....	18
2.6	Hipotesis	19
BAB 3		20
METODOLOGI PENELITIAN		20
3.1	Desain Penelitian	20
3.2	Populasi dan Sampel	20
3.3	Definisi Operasional	21
3.4	Instrumen Penelitian	22
3.5	Validitas dan Reliabilitas.....	24
3.5.1	Validitas	24
3.5.1.1	Validitas Instrumen <i>ENRICH Marital Satisfaction</i>	24
3.5.1.2	Validitas Alat Instrumen <i>Savoring Belief Inventory</i>	25
3.5.2	Reliabilitas dan Analisis Item	26
3.5.2.1	Reliabilitas dan Analisis Item <i>Enrich Marital Satisfaction</i>	26
3.5.2.2	Reliabilitas dan Analisis Item <i>Savoring Belief Inventory</i>	27
3.5.3	Simpulan Hasil Pengujian Alat Ukur	27
3.6	Analisis Data yang Digunakan.....	28
3.6.1	Analisis Deskriptif	28
3.6.2	Analisis Inferensial	28
BAB 4		30
HASIL DAN PEMBAHASAN		30
4.1	Gambaran Umum Subjek	30

4.2 Hasil.....	32
4.2.1 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	32
4.2.1.1 Analisis Deskriptif	32
4.2.1.2 Kategorisasi	33
4.2.2 Analisis Inferensial	35
4.2.2.1 Uji Asumsi Klasik.....	35
4.2.2.2 Uji Hipotesis.....	36
4.2.2.3 Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi	36
4.3 Diskusi	39
BAB 5	43
KESIMPULAN DAN SARAN.....	43
5.1 Kesimpulan	43
5.2 Keterbatasan Penelitian	43
5.3 Keunikan Penelitian	44
5.4 Saran	44
5.4.1 Saran Teoritis.....	45
5.4.2 Saran Praktis.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Alat Ukur <i>ENRICH Marital Satisfaction Scale</i> (EMS).....	22
Tabel 3.2 Blueprint Alat Ukur <i>Savoring Beliefs Inventory</i> (SBI).....	23
Tabel 4.1 Gambaran Umum Subjek.....	30
Tabel 4.2 Deskripsi Data Penelitian.....	33
Tabel 4.3 Kategorisasi <i>Savoring</i>	33
Tabel 4.4 Kategorisasi Kepuasan Pernikahan.....	34
Tabel 4.5 Uji Korelasi.....	36
Tabel 4.6 Uji Korelasi Antar Dimensi	37



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	19
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Expert Judgement</i>	51
Lampiran 2. Lembar Kuesioner.....	57
Lampiran 3. Tabulasi Data Penelitian.....	63
Lampiran 4. Uji Reliabilitas.....	73
Lampiran 5. Data Deskriptif dan Frekuensi.....	76
Lampiran 6. Uji Normalitas dan Linearitas.....	80
Lampiran 7. Uji Hipotesis.....	83
Lampiran 8. Kategorisasi.....	84
Lampiran 9. Korelasi Matriks Antar Dimensi.....	86
Lampiran 10. Kartu Bimbingan Tugas Akhir.....	89
Lampiran 11. Curriculum Vitae.....	91

MERCU BUANA