

# META ANALISIS: EDUKASI PASANGAN DENGAN MEDIA DARING UNTUK MENINGKATKAN KEPUASAN HUBUNGAN ROMANTIS

Bunga Shahwah; Sri Lestari

Program Studi Pendidikan Magister Psikologi Profesi, Fakultas Psikologi,  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

## Abstrak

Kepuasan hubungan romantis dapat mendukung terwujudnya kesehatan fisik maupun mental. Program edukasi pasangan telah banyak diteliti dan terbukti efektif untuk meningkatkan kepuasan hubungan romantis pada pasangan. Program serupa telah diterapkan di Indonesia secara luring namun masih menghadapi kendala aksesibilitas. Metode daring dapat menjadi alternatif penyampaian edukasi pasangan yang praktis, mudah diakses, dan aman. Penelitian ini merupakan meta-analisis yang menganalisis efektivitas edukasi pasangan secara daring dalam meningkatkan kepuasan hubungan romantis. Pencarian literatur yang sistematis dilakukan melalui PubMed, CENTRAL, ScienceDirect, ERIC, PsycInfo, APA Journals, google scholar, dan penelusuran daftar pustaka. Sejumlah 12 literatur yang melaporkan enam penelitian dan tujuh *effect size* dengan jumlah partisipan total 2478 individu memenuhi kriteria inklusi. Lima dari enam penelitian dilakukan di Amerika Serikat dan satu penelitian dilakukan di Australia. *Pooled analysis* menemukan bahwa edukasi pasangan dengan media online memiliki efektivitas sedang dibandingkan dengan kelompok kontrol (*Cohen's d* = 0.47, 95% CI [0.13, 0.58]). Penilaian kualitas hasil meta analisis menggunakan GRADE menunjukkan tingkat sangat rendah.

**Kata kunci:** edukasi pasangan daring, kepuasan hubungan romantic

## Abstract

A high relationship satisfaction can promote psychological and physical health. Relationship education programs was showed to be effective to improve relationship satisfaction in couples. Similar programs delivered offline have been implemented in Indonesia with limitations in term of accessibility. Online method on other hand is a practical, flexible, easy-access, and safe alternative to deliver relationship education as a preventive intervention for couples to increase relationship satisfaction. The present study is a meta-analysis examining effectiveness of online relationship education in increasing relationship satisfaction. Systematic literature search was conducted using PubMed, CENTRAL, ScienceDirect, ERIC, PsycInfo, APA Journals, google scholar, and bibliography searches. Twelve literatures reporting six studies and seven effect sizes eligible for review with a total of 2,478 participants met the inclusion criteria. Five out of six trials were conducted in United States and one trial were conducted in Australia. Pooled analysis demonstrates that online relationship education produces modest effect compared to control group (*Cohen's d* = 0.47, 95% CI [0.13, 0.58]). The overall quality of evidence examined using GRADE was very low.

**Keywords:** online relationship education, relationship satisfaction

## 1. PENDAHULUAN

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji pentingnya kepuasan hubungan romantis dan keterkaitannya dengan sejumlah variabel penting dalam kehidupan. Kepuasan hubungan romantis adalah evaluasi subjektif seseorang secara menyeluruh terhadap sebuah hubungan (Fincham &

Bradbury, 1987; Nichols dkk., 1983; Norton, 1983). Penelitian-penelitian terdahulu telah menemukan keterkaitan antara kepuasan hubungan romantis dengan berbagai variabel, seperti kesehatan mental (Pieh dkk., 2020); kesehatan mental, kesehatan fisik, anak, dan ekonomi keluarga (Beach & Whisman, 2013); kesehatan secara umum (Robles et al., 2014); serta depresi (Kim, 2012). Meta-analisis yang dilakukan oleh Proulx dkk. (2007) menunjukkan keterkaitan antara kepuasan hubungan romantis dengan kesejahteraan secara umum.

Tercapainya kepuasan hubungan romantis dapat didukung oleh program edukasi pasangan. Edukasi pasangan adalah program-program untuk pasangan yang bertujuan mengajarkan keterampilan tertentu pada pasangan untuk meningkatkan kualitas hubungan dan menjaga hubungan dalam jangka panjang (Carlson dkk., 2020). Program edukasi pasangan yang baik dapat menjadi opsi metode intervensi ketika terapi pasangan tidak banyak diminati kecuali sebagai pilihan terakhir dalam mengatasi permasalahan yang sulit (Georgia & Doss, 2013).

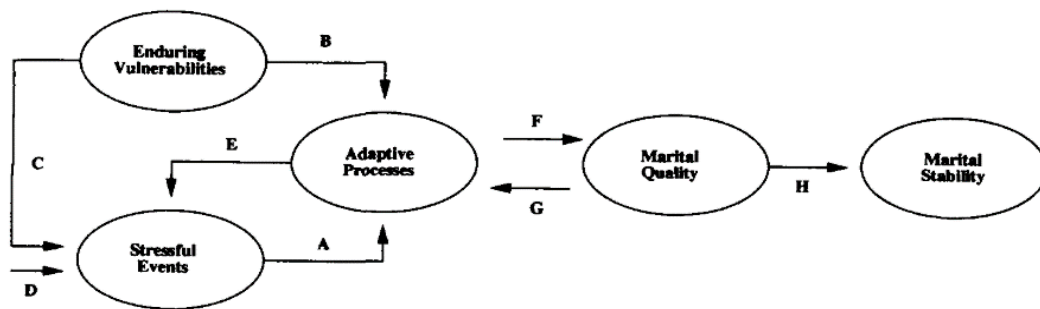
Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perkiraan rata-rata effect size program edukasi pasangan dengan media daring untuk meningkatkan kepuasan hubungan romantis dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan wawasan dan pengetahuan dalam keilmuan psikologi terkait dengan edukasi pasangan dengan media daring untuk meningkatkan kepuasan hubungan romantis. Manfaat praktis dari penelitian ini adalah: (1) Memberikan masukan dalam pengembangan program edukasi untuk pasangan dengan media daring; dan (2) Menjadi bahan pertimbangan edukasi pasangan dengan media daring sebagai intervensi yang *evidence-based*.

Edukasi pasangan dengan media daring adalah program yang mengajarkan kemampuan-kemampuan tertentu kepada pasangan untuk meningkatkan kualitas hubungan dan menjaga hubungan dalam jangka panjang yang dilakukan dengan memanfaatkan media daring. Jenis metode edukasi daring yang menjadi objek kajian dalam meta-analisis ini adalah edukasi yang dilakukan sepenuhnya secara daring dimana seluruh instruksi maupun asesmen dilakukan dengan media berbasis internet tanpa interaksi langsung atau tatap muka.

Penerapan metode daring dalam edukasi pasangan telah dilakukan dan diuji efektivitasnya dalam sejumlah penelitian. Program CARE yang berbasis video dan buku panduan meningkatkan kepuasan hubungan, stabilitas hubungan, serta kemampuan regulasi hubungan secara signifikan (Halford dkk., 2004). ePREP, program edukasi berbasis komputer untuk pasangan, dapat meningkatkan kesehatan mental dan kualitas hubungan (Braithwaite & Fincham, 2009).

Program edukasi pasangan ePREP mengajarkan untuk mengenali faktor-faktor risiko disfungsi relasi yang masih dapat diubah seperti kesulitan komunikasi, ekspektasi yang tidak realistis, tingkatan komitmen yang rendah, serta pola negatif dalam konflik. Selain mengenali faktor-faktor risiko dinamis, program ePREP juga mengajarkan untuk mengatasi faktor-faktor risiko tersebut serta

melatih pasangan untuk meningkatkan aspek positif dari hubungan romantis (Braithwaite & Fincham, 2007).



Gambar 1: vulnerability-stress adaptation model (Karney & Bradbury, 1995)

## 2. METODE

### 2.1 Desain dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah meta-analisis. Hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya akan dianalisa untuk memperkirakan rata-rata dari *effect size*. Penelitian ini menggunakan panduan dari PRISMA 2020 (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* 2020; Page dkk., 2021) untuk merencanakan, melakukan proses penelitian, dan melaporkan hasil meta-analisis. Proses *screening* awal dilakukan oleh peneliti, dan proses asesmen eligibilitas dilakukan dengan konsultasi bersama dosen pembimbing. Proses ekstraksi data, dan beberapa tahapan dalam proses analisa data dilakukan di bawah bimbingan dosen pembimbing.

### 2.2 Objek Kajian

Objek kajian yang diteliti adalah penelitian-penelitian yang menguji atau mengevaluasi program-program edukasi kepada pasangan hubungan romantis yang disajikan dengan media daring dan bertujuan untuk meningkatkan kualitas hubungan antar pasangan. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*.

### 2.3 Metode dan Alat Pengumpulan Data

Pengumpulan data diawali dengan pencarian pada tujuh *website*, mesin pencari, dan *database* jurnal ilmiah yaitu PubMed, CENTRAL (*Cochrane Central Register of Controlled Trials*), ScienceDirect, ERIC (*Education Resources Information Center*), PsycInfo, APA Journals, dan Google Scholar. Mesin pencari Google Scholar akan digunakan sebagai sumber sekunder. Tidak ada pembatasan untuk tahun publikasi. *Grey literature* tidak akan digugurkan dengan pertimbangan: (1) menghindari over-representasi penelitian dengan hasil yang signifikan secara statistik; (2) menghindari inflasi *effect size*; (3) menghindari perkiraan *effect size* yang kurang akurat (Conn dkk., 2003). Pengumpulan data juga dilakukan dengan dengan *screening* terhadap penelitian-penelitian yang telah masuk dalam reviu yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya terkait edukasi pasangan (Hawkins dkk.,

2008; Hawkins & Fackrell, 2010; Javadivala dkk., 2021; McAllister dkk., 2012; Spencer & Anderson, 2021)

Peneliti menggunakan kata kunci dalam pencarian yang akan dirangkai dari setiap elemen dari PICO sebagai objek kajian serta kata-kata kunci yang telah banyak digunakan di literatur yang relevan. Kata kunci dikombinasikan dengan fasilitas filter ketika situs atau mesin pencari yang digunakan menyediakannya. Peneliti melakukan percobaan pencarian terlebih dahulu pada PubMed yang kemudian menghasilkan kata kunci awal yang digunakan untuk pencarian pada situs lainnya. Kata kunci awal tersebut dapat berubah sesuai dengan hasil pencarian yang muncul pada setiap *database*. Hal ini dilakukan dengan tujuan menyeimbangkan sensitivitas dan ketelitian pencarian sehingga hasil yang terbaik dapat didapatkan dengan fisibilitas yang memungkinkan (Cuijpers, 2016).

#### **2.4 Analisis Data**

Ekstraksi data dilakukan oleh satu orang. Data yang diperlukan untuk sintesis kuantitatif serta beberapa variabel lainnya dari setiap penelitian yang dilibatkan diringkas dengan bantuan tabel ekstraksi data. Data yang di-ekstraksi dari literatur seperti demikian adalah dari satu konstruk yang memberikan informasi untuk analisis dan/ atau paling sesuai dengan pertanyaan penelitian.

Penelitian-penelitian yang sudah melalui proses *screening* akan dilanjutkan ke proses asesmen risiko bias. Instrumen yang digunakan dalam proses ini adalah *Risk of Bias 2.0* (RoB 2.0; Sterne dkk., 2019). Pemilihan RoB 2.0 untuk penilaian risiko bias dilakukan dengan pertimbangan bahwa instrumen ini selalu diperbarui mengikuti perkembangan penelitian yang ada. Selain itu, RoB 2.0 juga merupakan alat pengukuran risiko bias yang cukup banyak dipergunakan dalam meta-analisis (Jørgensen dkk., 2016). Tahapan ini tidak memanfaatkan alat otomasi. Ringkasan dari hasil penilaian risiko bias akan disajikan dalam bentuk tabel.

Perhitungan effect size diawali standarisasi dengan mengkonversi effect size menjadi cohen's *d*. Perhitungan dilakukan menggunakan nilai rata-rata, jumlah sampel, dan standar deviasi. Jika standar deviasi tidak dilaporkan dalam publikasi, maka standar eror atau 95% confidence interval akan digunakan untuk menghitung standar deviasi (Cuijpers, 2016). Ambang yang digunakan untuk menafsirkan effect size dalam meta-analisis ini diambil dari penelitian oleh Lipsey & Wilson (1994) yang telah mengkaji berbagai meta-analisis terkait intervensi di bidang psikologi dan pendidikan dan menyimpulkan bahwa  $d < 0.32$  adalah rendah;  $0.33 < d < 0.55$  adalah sedang; dan  $d > 0.56$  tinggi. Metode pooling atau integrasi effect size yang dipakai adalah random effect model (REM; Borenstein dkk., 2009). Analisis data untuk effect size dilakukan menggunakan RevMan (Review Manager, 2012). Hasil analisis ditampilkan dalam bentuk naratif dan forest plot.

Selanjutnya dilakukan tes terhadap heterogenitas, bias publikasi, serta penilaian kepastian. Heterogenitas statistik dinilai menggunakan  $I^2$  (Higgins dkk., 2003). Nilai  $I^2 \leq 40\%$  mengindikasikan tidak adanya heterogenitas yang perlu diperhatikan, sedangkan  $30\% \leq I^2 \leq 60\%$  termasuk sedang,

dan  $50\% \leq I_2 \leq 90\%$  menandakan adanya heterogenitas yang substansial, serta  $75\% \leq I_2 \leq 100\%$  menunjukkan heterogenitas yang besar (J. Higgins dkk., 2021). Beberapa analisis sub-group akan dilakukan jika dilihat perlu untuk menjelaskan heterogenitas dan terdapat data yang mencukupi. Analisis *sub-group* yang direncanakan di antaranya: (1) analisis berdasarkan jenis intervensi berbasis penerimaan dan berbasis perilaku; (2) perbandingan asal negara berpenghasilan menengah dan rendah dengan berpenghasilan tinggi; serta (3) perbandingan waktu *follow-up* yang berbeda. Bias publikasi dievaluasi menggunakan evaluasi visual dari *funnel plot* serta *trim & fill* (Duval & Tweedie, 2000). Penilaian kualitas dilakukan dengan mengikuti panduan GRADE (*Grading of Recommendations Assessment, Development, and Evaluation*; Andrews dkk., 2013). GRADE menggolongkan penelitian pada empat tingkatan kualitas, yaitu: *high* (tinggi), *moderate* (sedang), *low* (rendah), dan *very low* (sangat rendah).

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **3.1 Hasil Penelitian**

##### **3.1.1 Proses Seleksi**

Identifikasi dan seleksi objek kajian dilakukan dari dua sumber, yaitu pencarian dari database dan register serta penelusuran sitasi atau daftar pustaka. Hasil yang didapatkan melalui pencarian adalah sejumlah total 3,980 literatur. Sebanyak 3,551 literatur tersisa setelah duplikat dieliminasi. Proses screening awal menggugurkan 3,371 literatur menyisakan 180 literatur ke tahap selanjutnya. Sejumlah 7 literatur tidak dapat diakses teks utuhnya, sehingga asesmen eligibilitas dilakukan terhadap 173 literatur. Pengguguran yang dilakukan dari revidi teks utuh adalah dengan pertimbangan tidak menggunakan kelompok kontrol ( $n = 11$ ); data statistik tidak memadai ( $n = 5$ ); tidak berbahasa Inggris ( $n = 1$ ); tidak ada variabel tergantung kepuasan hubungan romantis ( $n = 10$ ); metode bukan daring atau bukan sepenuhnya daring ( $n = 119$ ); duplikat ( $n = 2$ ); partisipan bukan pasangan melainkan individu baik sebagian atau seluruhnya ( $n = 9$ ); protokol yang belum menerbitkan hasil penelitian ( $n = 2$ ); intervensi bukan merupakan edukasi pasangan ( $n = 2$ ); serta bukan merupakan penelitian eksperimen ( $n = 2$ ). Sejumlah penelitian yang tidak menyatakan secara eksplisit bahwa program dilaksanakan secara daring akan dieksklusi dan dianggap dilaksanakan secara luring. Literatur yang memenuhi kriteria dalam tahapan ini berjumlah sembilan.

Setelah seleksi literatur dari proses pencarian, identifikasi literatur kembali dilakukan dengan penelusuran sitasi baik dari meta-analisis ataupun penelitian yang relevan. Literatur yang diidentifikasi pencarian daftar pustaka berjumlah 30, dimana screening awal menggugurkan 5 literatur yang menyisakan 25 untuk masuk ke tahap selanjutnya. Literatur yang dapat diakses sejumlah 24 dan beberapa digugurkan dengan pertimbangan: metode bukan daring baik sebagian atau seluruhnya ( $n = 12$ ); tidak berbahasa Inggris ( $n = 2$ ); partisipan bukan pasangan melainkan individu

(n = 1); tidak menggunakan kelompok kontrol (n = 1); data statistik tidak memadai (n = 4); serta tidak ada variabel tergantung kepuasan hubungan romantis (n = 1). Terdapat 3 literatur yang ditambahkan untuk di-inklusi dari tahapan ini.

Terdapat total sejumlah 12 literatur yang didapatkan dari proses seleksi yang beberapa di antaranya melaporkan hasil penelitian yang sama. Jumlah total penelitian yang di-inklusi dalam meta-analisis ini berjumlah 6 penelitian. *Effect size* dari 6 penelitian tersebut yang digunakan dalam proses *pooling* berjumlah 7 *effect size*.

### 3.1.2 Karakteristik Objek Kajian

Meta-analisis ini memasukkan enam penelitian dengan total jumlah partisipan sebanyak 2478 individu. Selain penelitian oleh Porter (2016) yang merekrut partisipan dari klinik kanker rawan jalan, penelitian lainnya (n = 6; Coulter & Malouff, 2013; Doss dkk., 2020; Doss dkk., 2016; Duncan dkk., 2009; Tsai dkk., 2020) menjaring partisipan yang menerima informasi terkait penelitian melalui publikasi di media sosial, mulut ke mulut, atau pencarian Google untuk mendaftar secara sukarela.

Penelitian-penelitian yang masuk dalam kriteria berasal dari beberapa wilayah di Amerika Serikat (n = 5; Doss dkk., 2020; Doss dkk., 2016; Duncan dkk., 2009; Porter dkk., 2016; Tsai dkk., 2020) dan Australia (n = 1; Coulter & Malouff, 2013). Program-program edukasi pasangan dalam meta-analisis ini berjumlah enam, di antaranya adalah OurRelationship (Doss dkk., 2016, 2018, 2020; S. Georgia dkk., 2020; Hatch dkk., 2021; Rhoades dkk., 2020; Roddy dkk., 2020), ePREP (e - Prevention and Relationship Enhancement Program; (Doss dkk., 2020; Georgia dkk., 2020; Hatch dkk., 2021; Le dkk., 2020; Rhoades dkk., 2020), CCST (*Couples Communication Skills Training*; Porter et al., 2016), ACL (*Awareness, Courage, and Love*; Tsai dkk., 2020a), *Forever Families* (Duncan dkk., 2009), dan *Excitement Intervention* (Coulter & Malouff, 2013). Literatur-literatur yang dianalisa terbit di antara tahun 2009 hingga 2021.

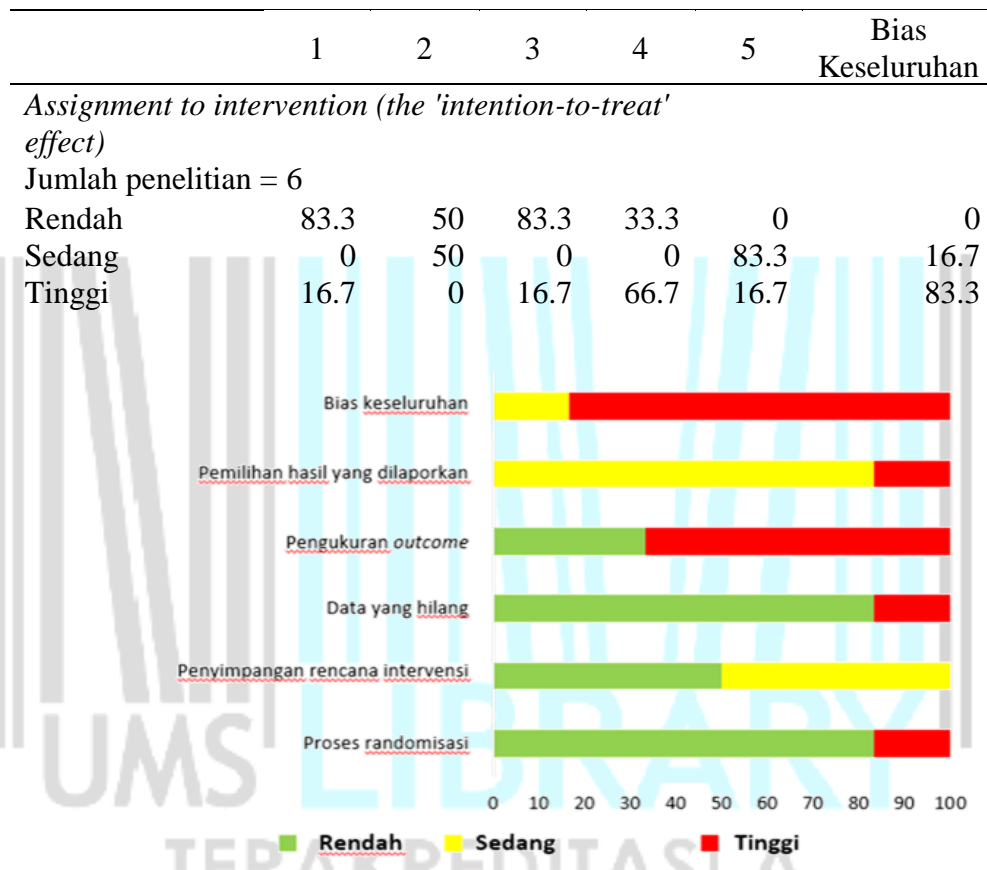
### 3.1.3 Asesmen Risiko Bias

Asesmen risiko bias dilakukan dengan form Risk of Bias 2.0 (Sterne dkk., 2019). Instrumen ini mengukur risiko bias dari 5 domain, yaitu: (1) randomization process (proses randomisasi); (2) deviations from intended interventions (penyimpangan rencana intervensi); (3) missing outcome data (data yang hilang); (4) measurement of the outcome (pengukuran variabel tergantung); dan (5) selection of the reported result (pemilihan hasil yang dilaporkan). Hasil penilaian risiko bias akan menggolongkan setiap penelitian ke dalam tiga kategori risiko, yaitu (1) low (risiko bias rendah); (2) some concerns (risiko bias sedang); dan (3) high (risiko bias tinggi). Penarikan kesimpulan dilakukan sepenuhnya dengan bantuan algoritma. Pada domain kedua, peneliti memilih effect of assignment to intervention sebagai effect of interest (Sterne dkk., 2019).

Hasil asesmen risiko bias menunjukkan lima penelitian termasuk ke dalam kategori high dan satu penelitian termasuk ke dalam kategori some concerns. Detail dari proses penilaian risiko bias

terlampir dalam Lampiran D. Rangkuman penilaian untuk setiap kategori dapat diamati dalam Tabel 1 dan Gambar 2. Mayoritas penelitian masuk ke dalam kategori *high* karena mendapatkan penilaian *high* pula pada *domain* ke-4, yaitu *measurement of the outcome*. Penilaian bias yang tinggi pada *domain* ke-4 banyak disebabkan oleh penggunaan kelompok kontrol *waitlist* yang memiliki risiko bias overestimasi efek intervensi karena pengetahuan partisipan terhadap pengelompokan dalam penelitian (Cunningham dkk., 2013).

Tabel 1: Rangkuman Hasil Asesmen Bias (Sterne dkk., 2019)



Gambar 2: Rangkuman Hasil Asesmen Bias (Sterne dkk., 2019)

### 3.1.4 Ekstraksi Data

Peneliti melakukan ekstraksi data untuk enam penelitian yang memenuhi kriteria meta-analisis.. Selain itu, peneliti juga melakukan ekstraksi terhadap data statistik yang diperlukan untuk perhitungan effect size, yaitu: mean, standar deviasi, dan jumlah partisipan.

Beberapa penelitian yaitu Doss dkk. (2016) dan Crasta (2018) memisahkan penulisan rerata dan standar deviasi pada partisipan laki-laki dan wanita, alih-alih menuliskannya sebagai satu nilai pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Hasil asesmen partisipan laki-laki dan wanita dari kedua penelitian tersebut digabungkan sehingga standar deviasi dan rerata pada kelompok intervensi dan kontrol terangkum dalam satu angka sesuai rekomendasi Higgins dkk. (2021; Gambar 3).

Combined groups	
Sample size	$N_1 + N_2$
Mean	$\frac{N_1M_1 + N_2M_2}{N_1 + N_2}$
SD	$\sqrt{\frac{(N_1 - 1)SD_1^2 + (N_2 - 1)SD_2^2 + \frac{N_1N_2}{N_1 + N_2} (M_1^2 + M_2^2 - 2M_1M_2)}{N_1 + N_2 - 1}}$

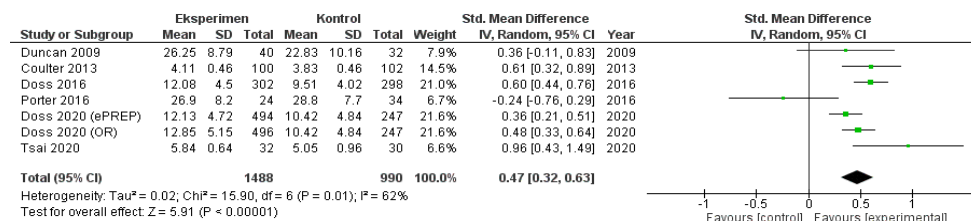
Gambar 3: rumus penggabungan rangkuman statistik dua kelompok (Higgins dkk. 2021)

Salah satu penelitian melibatkan dua kelompok intervensi yang memiliki kriteria yang sesuai dengan meta-analisis namun hanya menggunakan satu kelompok kontrol (Doss dkk. 2020). Analisis untuk penelitian ini dilakukan dengan membagi kelompok kontrol menjadi dua kelompok dengan ukuran sampel yang sama untuk menghindari perhitungan ganda pada partisipan yang sama (Higgins dkk. 2021). Hal ini menyebabkan kelompok kontrol pada penelitian Doss dkk. (2020) (n = 494) dibagi dua menjadi n = 247 untuk kelompok intervensi menggunakan ePREP dan n = 247 untuk kelompok intervensi menggunakan OurRelationship, sedangkan nilai standar deviasi serta rerata tidak berubah (Higgins dkk. 2021).

### 3.1.5 Effect Size

Proses analisa data menggunakan Revman 5 dengan metode statistik *inverse variance* dan model analisis *random effects model* (Review Manager (RevMan), 2012). *Effect measure* yang digunakan adalah *standardized mean difference* agar hasil pengukuran dapat dikonversi menjadi versi terstandarisasi mengingat adanya perbedaan metode asesmen pada beberapa penelitian dari sisi alat ukur.

Analisis statistik dengan Revman (Review Manager (RevMan), 2012) menunjukkan *effect size* program edukasi pasangan dengan media daring untuk meningkatkan kepuasan hubungan romantis termasuk dalam kategori sedang (Lipsey & Wilson, 1994). Hasil perhitungan perkiraan *effect size* yang didapatkan adalah *Cohen's d* = 0.47 dengan 95% CI [0.13, 0.58]. Rincian lainnya terdapat dalam *forest plot* pada Gambar 4.



Gambar 4: Forest Plot Kepuasan Hubungan Romantis (Review Manager (RevMan), 2012)

### 3.1.6 Heterogenitas

Perhitungan  $I^2$  menunjukkan nilai 62% yang berarti heterogenitas tergolong tinggi dan perlu dilakukan analisa terkait penyebab tingginya heterogenitas tersebut (Cuijpers, 2016). Analisis sub-



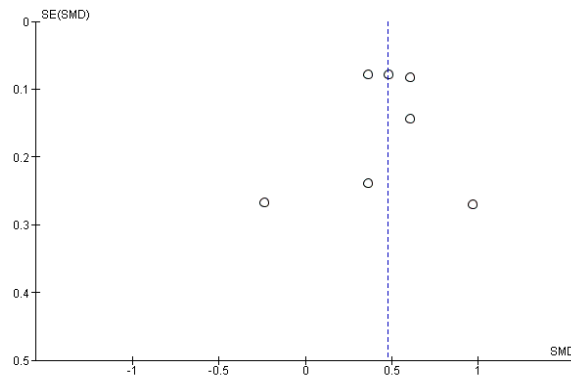
grup atau meta regresi umum direkomendasikan untuk menjelaskan tingginya heterogenitas, namun analisis-*analisis* tersebut belum dapat dilakukan pada meta-*analisis* ini karena belum memenuhi jumlah minimal penelitian, yaitu sepuluh penelitian (J. Higgins dkk., 2021). Secara visual terlihat bahwa ada satu effect size yang berpotensi cukup meningkatkan angka heterogenitas, yaitu penelitian dari Porter dkk. (2016, Cohen's  $d = -0.24$  95%, CI [-0.76, 0.29]) dengan confidence interval yang tidak beririsan dengan penelitian dari Coulter & Malouff (2013, Cohen's  $d = 0.61$ , 95% CI [0.32, 0.89]), Doss dkk. (2016), dan Tsai dkk. (2020) Hal ini disimpulkan melihat posisi effect size satu penelitian dengan penelitian lainnya, bukan dari perbedaan arah dari effect size (Andrews dkk., 2013)

Peneliti berpendapat bahwa penyimpangan effect size untuk penelitian dari Porter (2016) dapat dijelaskan dengan beberapa hal. Pertama, dalam penelitian tersebut pada kondisi baseline kelompok kontrol sudah menunjukkan skor lebih tinggi (mean = 29.6; SD = 8.5) dibandingkan dengan kelompok intervensi (mean = 28.0; SD = 5.6). Selain itu, sebenarnya terdapat peningkatan kepuasan hubungan romantis setelah program CCST pada kelompok intervensi (mean = 29.2; SD = 5.9) dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima edukasi informatif seputar kesehatan (mean = 28.4; SD = 8.5).

Peneliti dapat menjelaskan tingginya heterogenitas dengan beberapa hal. Penjelasan pertama yaitu adanya effect size yang tidak beririsan dari penelitian Porter dkk. (2016) yang jika tidak dilibatkan dalam funnel plot, nilai heterogenitas akan turun dari 62% menjadi 42%, atau dari kategori heterogenitas besar menjadi kategori heterogenitas substansial (J. Higgins dkk., 2021). Hal lain yang dapat berkontribusi meningkatkan heterogenitas adalah kemungkinan adanya ceiling effect dimana peserta program edukasi pasangan sudah menunjukkan skor kepuasan hubungan romantis yang tinggi sehingga dapat mengurangi sensitivitas penelitian dan membuat hasil analisa seakan menunjukkan bahwa variabel independen tidak memiliki efek yang signifikan (Garin, 2014). Selain itu, terdapat variasi dalam program-program yang diberikan pada setiap penelitian dari segi materi, media penyampaian, adanya pendampingan, frekuensi, serta durasi program.

### 3.1.7 Asesmen Bias Publikasi

Hasil dari analisis bias publikasi terlampir pada Gambar 5. Model analisis yang digunakan adalah *random-effects model*. Grafik tersebut menunjukkan standar eror pada sumbu Y dan *effect size* pada sumbu X. Grafik tersebut menunjukkan tujuh *effect size* dari enam penelitian yang terdistribusi secara simetris, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada indikasi bias publikasi. Analisa bias publikasi hanya menggunakan penilaian visual dan tidak menggunakan *trim & fill* karena adanya heterogenitas antar penelitian yang dapat membuat analisa *trim & fill* justru menghadirkan bias (Peters dkk., 2007).



Gambar 5: Funnel Plot Kepuasan Hubungan Romantis (Review Manager (RevMan), 2012)

### 3.1.8 Penilaian Kualitas

Peneliti menggunakan pendekatan GRADE untuk secara sistematis mempresentasikan faktor-faktor yang penting dalam menginterpretasi hasil meta-analisis (Andrews dkk., 2013). Pendekatan ini membantu memperkirakan kualitas hasil meta-analisis, atau tingkat keyakinan terhadap akurasi perkiraan effect size. Kualitas hasil revidi dibedakan menjadi tingkat high, moderate, low, dan very low. Penilaian kualitas dari meta-analisis ini akan dimulai dari tingkat high karena penelitian yang masuk ke dalam kriteria inklusi merupakan randomised controlled trial, yaitu penelitian eksperimen yang menggunakan randomisasi dan kelompok kontrol (Kendall, 2003). Kriteria yang digunakan untuk meningkatkan dan menurunkan kualitas dalam pendekatan GRADE lebih detail dijabarkan pada Lampiran E.

Pada faktor pertama, yaitu risiko bias, peneliti menurunkan kualitas sebesar dua tingkatan. Hal ini dilakukan dengan pertimbangan banyaknya penelitian yang masuk ke dalam kategori risiko bias high atau tinggi (Tabel 1), sehingga risiko bias dianggap cukup untuk mempengaruhi interpretasi hasil meta-analisis. Peneliti tidak menurunkan tingkatan kualitas pada faktor kedua, yaitu inkonsistensi. Keputusan tersebut diambil karena meskipun variasi dari effect size tergolong tinggi ditandai dengan besarnya nilai I<sup>2</sup>, namun heterogenitas tersebut masih dapat dijelaskan meskipun tidak dengan analisa statistik. Pada faktor ketiga yaitu indirectness, peneliti kembali menurunkan tingkatan kualitas. Meskipun seluruh penelitian yang dimasukkan ke dalam meta-analisis sudah memenuhi dan sesuai dengan PICO yang ditetapkan, namun penelitian-penelitian tersebut mayoritas berasal dari Amerika Serikat dan satu penelitian yang berasal dari Australia. Hal ini menimbulkan keraguan akan validitas eksternal atau peluang bagi kesimpulan yang diambil dari revidi ini untuk dapat digeneralisasi ke populasi yang berasal dari budaya yang berbeda. Peneliti tidak menurunkan tingkat kualitas untuk faktor keempat, yaitu *imprecision*, karena ukuran sampel cukup besar ( $n = 2478$ ) dan CI dari *pooled effect size* tidak beririsan dengan *effect size* nol (Gambar 4). Pada faktor terakhir, yaitu bias publikasi, penilaian kualitas tidak diturunkan karena tidak ada indikasi adanya bias publikasi (Gambar 5). Penilaian kualitas menyimpulkan bahwa kualitas perkiraan nilai *effect size* dari meta analisis ini masuk ke dalam tingkatan *very low* atau sangat rendah.

### 3.2 Pembahasan

Program-program edukasi pasangan daring dalam meta-analisis ini menggunakan berbagai jenis metode penyampaian materi, seperti dengan bantuan *website*; pendampingan oleh “*coach*” menggunakan telepon atau media *videoconference*; memberikan artikel-artikel yang dapat dibaca dimana saja; serta pemutaran video. Selain CCST dan ACL yang menggunakan model kelas pelatihan daring, program-program edukasi pasangan dalam revidi ini tidak menerima atau hanya sedikit menerima arahan dan pendampingan langsung dari penyelenggara program melainkan lebih menekankan metode *self-directed* dimana peserta dapat mengakses konten atau materi daring secara mandiri. Hal ini membuat program-program tersebut lebih fleksibel secara waktu dan tempat.

Setiap program edukasi pasangan menyampaikan materi dan mengajarkan *skill* yang beragam. *Forever Families* (Duncan dkk., 2009) mengajarkan cara *soothing*, menyelesaikan masalah, menghindari kebuntuan, dan menangani konflik secara efektif. ACL (Tsai dkk., 2020) memberikan materi terkait *open-hearted self-disclosure*, mendengarkan dengan validasi, mempraktekkan penerimaan dan *compassion* untuk diri dan orang lain, dan mengekspresikan apresiasi. Program CCST (Porter dkk., 2016) menekankan pentingnya setiap individu memiliki kesempatan untuk menyampaikan sesuatu dan didengar. Program ePREP *OurRelationship* (Doss dkk., 2016, 2020) melatih pasangan untuk memiliki *DEEP Understanding* (*natural Differences, hidden Emotions, External stress, and Patterns of communication*) yaitu pemahaman terkait perbedaan, emosi terpendam, *stressor* eksternal, dan pola komunikasi serta bagaimana keempat hal tersebut dapat memengaruhi pasangan dalam menghadapi permasalahan. Materi-materi yang diberikan dalam program edukasi pasangan bertujuan untuk meningkatkan proses adaptif, yang kemudian dapat meningkatkan kepuasan hubungan romantis serta meningkatkan kemampuan pasangan untuk menghadapi *stressful events* (Gambar 1).

Sebaliknya, kepuasan hubungan romantis juga akan mempengaruhi bagaimana pasangan berinteraksi dan menyelesaikan masalah serta beradaptasi (Karney & Bradbury, 1995; Gambar 1). Sesuai dengan hipotesis tersebut, beberapa program edukasi pasangan daring berupaya memberikan materi terkait cara menjaga aspek positif pada hubungan sehingga kepuasan hubungan romantis meningkat dan pasangan menjadi semakin adaptif (Gambar 1). Excitement Intervention melatih pasangan untuk melakukan aktivitas bersama yang baru dan menantang. Program *Forever Families* (Duncan 2009) memberikan materi terkait perasaan cinta, pertemanan, rasa suka dan kekaguman, dan menciptakan makna bersama.

Perbedaan budaya merupakan hal yang memberikan variasi problematika yang dihadapi pasangan, sehingga kemampuan yang dibutuhkan untuk mengatasinya bisa berbeda antar budaya. Menurut Karney dan Bradbury (1995), keragaman budaya merupakan salah satu karakteristik statis yang juga memberikan keberagaman *stressor* pada *stressful events* dan kerentanan pada *enduring*

*vulnerabilities* (Gambar 1), sebagai dua komponen yang memiliki peran besar pada *vulnerability-stress-adaptation model*. Kedua komponen tersebut akan berhubungan langsung dengan kemampuan adaptasi yang dimiliki serta mempengaruhi cara pasangan menghadapi kesulitan. Oleh karena itu mempertimbangkan keragaman budaya dan tantangan yang dihadapi dalam konteks kehidupannya ketika menerapkan hasil penelitian menjadi penting untuk dilakukan.

Berkaitan dengan penerapan program edukasi pasangan di Indonesia, budaya kolektivistik dapat menjadi kelebihan tersendiri. Kecenderungan individu dari masyarakat yang kolektivistik untuk mengambil keputusan secara bersama-sama dan memiliki rasa kebersamaan yang lebih tinggi seperti yang disebutkan oleh Hui (1988) juga merupakan hal yang menjadi penekanan di dalam kurikulum edukasi pasangan (Doss dkk., 2020; Porter dkk., 2016).

Penerapan program edukasi pasangan di Indonesia dapat dioptimalkan manfaatnya jika disajikan secara luwes menyesuaikan budaya setempat. Keragaman budaya perlu menjadi perhatian dan dapat disiasati dengan tetap mempertahankan kurikulum yang disusun di dalam program edukasi pasangan namun menggunakan contoh-contoh kasus yang ada di dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan budaya setempat serta mengaitkan materi dengan nilai-nilai yang dimiliki oleh peserta. Sebagai contoh, edukasi pasangan di lingkungan yang beragama Islam dapat menyebutkan konsep keluarga sakinah yang karakteristiknya telah dirinci oleh Chadijah (2018), yaitu: (1) lurusnya niat; (2) kasih sayang; (3) saling terbuka, santun, dan bijak; (4) komunikasi dan musyawarah; (5) toleran dan pemaaf; (6) adil dan persamaan; serta (7) sabar dan syukur. Nilai-nilai yang dikaitkan dengan materi-materi dalam kurikulum program edukasi pasangan yang telah diuji oleh riset diharapkan dapat membuat peserta program memperoleh materi yang berkualitas dan telah terbukti efektivitasnya.

*Pooled effect size* dari efektivitas edukasi pasangan dengan media daring untuk meningkatkan kepuasan hubungan romantis berdasarkan analisa statistik adalah Cohen's  $d = 0.47$  dengan 95% CI [0.13, 0.58]. Interpretasi dari nilai tersebut adalah edukasi pasangan dengan media daring efektif untuk meningkatkan kepuasan hubungan romantis pada pasangan dengan besaran effect size dalam kategori sedang. Efektivitas yang sedang juga ditunjukkan oleh revidu-revidu yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya seperti Spencer (2021) yang melakukan revidu sistematis terkait edukasi pasangan yang dilakukan secara daring dengan membandingkan skor pada pretest dan posttest (Cohen's  $d = 0.47$ , 95% CI [0.32, 0.61]), revidu oleh Hawkins (2008) yang melakukan meta-analisis efektivitas edukasi pernikahan dan pasangan untuk meningkatkan kualitas hubungan ( $d = 0.361$ ), serta revidu oleh Hawkins (2010) yang juga melakukan meta-analisis untuk edukasi pernikahan dan pasangan dengan  $d = 0.287$  untuk variabel tergantung kualitas hubungan pada pooling effect size dari perbedaan skor pretest dan posttest.

Peneliti menyarankan untuk berhati-hati dalam menyimpulkan hasil analisa dari meta-analisis ini mengingat angka heterogenitas yang tinggi. Tingginya angka heterogenitas dipengaruhi oleh sedikitnya effect size yang dimasukkan dalam perhitungan pooled effect size. Hal ini disebabkan karena perhitungan heterogenitas menggunakan  $I^2$  memiliki risiko bias dan impresisi dimana nilai  $I^2$  cenderung tinggi pada meta-analisis yang memiliki jumlah penelitian yang sedikit, namun angkanya akan turun seiring dengan jumlah penelitian yang meningkat (von Hippel, 2015). Kualitas perkiraan *effect size* yang diukur dengan pendekatan GRADE menunjukkan hasil sangat rendah, yang memiliki makna bahwa *true effect* kemungkinan berbeda dari perkiraan *effect size* yang diperhitungkan.

## **4. PENUTUP**

### **4.1 Kesimpulan**

Meta-analisis ini menemukan peningkatan kepuasan hubungan romantis dengan *effect size* sedang pada pasangan yang mengikuti program edukasi pasangan secara daring dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil dari meta-analisis ini mengindikasikan bahwa edukasi pasangan yang dilakukan secara daring dapat diterapkan sebagai layanan edukasi pasangan yang fleksibel dan mudah diakses. Meski begitu, tingkat kepastian atau tingkatan kualitas menurut GRADE (Andrews dkk., 2013) sangat rendah. Selain itu, seluruh penelitian yang dilibatkan dalam *pooling effect size* berasal dari negara dengan budaya yang berbeda dengan Indonesia. Oleh karena itu, terdapat peluang penelitian eksperimen yang mengujikan efektivitas program edukasi pasangan dengan media daring untuk masyarakat dengan asal negara yang lebih beragam. Terkait dengan semakin meningkatnya tingkat perceraian di Indonesia dari tahun ke tahun, praktisi dan pengambil kebijakan dapat mempertimbangkan pengembangan dan implementasi edukasi pasangan dengan media daring yang cocok dengan budaya Indonesia sebagai intervensi preventif yang dapat meningkatkan kepuasan hubungan romantis.

### **4.2 Saran**

Saran peneliti untuk praktisi dan pengambil kebijakan adalah untuk melakukan pengembangan, implementasi, serta evaluasi terkait dengan program edukasi pasangan secara daring yang sesuai dengan masyarakat Indonesia. Selain mengembangkan kurikulum baru, dapat juga dilakukan adaptasi program-program yang sudah ada menjadi daring. Adaptasi program luring menjadi daring telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya (Doss dkk., 2016; Doss dkk., 2020; Duncan dkk., 2009) dan ditemukan bahwa edukasi pasangan daring memiliki efek yang sebanding dengan program versi luring dalam meningkatkan kepuasan hubungan romantis dan komunikasi empatik.

Peneliti juga memiliki beberapa saran untuk penelitian selanjutnya. Reviu selanjutnya dapat dilakukan untuk melihat efektivitas edukasi pasangan secara daring untuk partisipan individu mengingat syarat terkait keterlibatan kedua anggota pasangan dapat menjadi hambatan yang besar untuk

penyebaran program secara luas (Markman dkk., 2006). Selain itu, terkait edukasi pasangan dengan partisipan individu atau salah satu anggota dari pasangan sudah cukup berkembang (Braithwaite & Fincham, 2009; Hatch dkk., 2020; Kappen dkk., 2019; Miller dkk., 2015; Nowlan, Georgia, dkk., 2017; Trusculli, 2021). Reviu selanjutnya juga dapat melibatkan program-program edukasi pasangan yang bukan hanya menggunakan metode daring, akan tetapi menggunakan media selain daring yang tetap fleksibel tanpa tatap muka, seperti pesan singkat (Hatch dkk., 2020), DVD (Bakhurst dkk., 2016; Halford dkk., 2004), dan buku (Halford dkk., 2017) yang dapat dimanfaatkan sebagai alternatif media pada daerah-daerah yang kurang mendapatkan akses internet. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian baik kuantitatif maupun kualitatif dengan partisipan dari beragam budaya untuk dapat mengetahui apakah program-program edukasi pasangan dengan media daring juga dapat memberikan manfaat bagi pasangan-pasangan dalam konteks budaya yang berbed

## DAFTAR PUSTAKA

- Adyatama, E. (2021). *Vaksinasi Covid-19 Tahap 2: Pemerintah Sasar Petugas Layanan Publik dan Lansia*. <https://nasional.tempo.co/read/1432977/vaksinasi-covid-19-tahap-2-pemerintah-sasar-petugas-layanan-publik-dan-lansia>
- Ahlstrom, M., Lundberg, N. R., Zabriskie, R., Eggett, D., & Lindsay, G. B. (2012). Me, My Spouse, and My Avatar. *Journal of Leisure Research*, 44(1), 1–22. <https://doi.org/10.1080/00222216.2012.11950252>
- Aji, R. H. S. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran. *SALAM*, 7(5), 395–402. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i5.15314>
- Alaidrus, F. (2019). *Kontroversi Sertifikasi Pernikahan: Ide Penting, Praktik Diragukan*. <https://tirto.id/kontroversi-sertifikasi-pernikahan-ide-penting-praktik-diragukan-elVP>
- Allen, E. S., Stanley, S. M., Rhoades, G. K., Markman, H. J., & Loew, B. A. (2011). Marriage Education in the Army: Results of a Randomized Clinical Trial. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 10(4), 309–326. <https://doi.org/10.1080/15332691.2011.613309>
- Andrews, J., Guyatt, G., Oxman, A. D., Alderson, P., Dahm, P., Falck-Ytter, Y., Nasser, M., Meerpohl, J., Post, P. N., Kunz, R., Brozek, J., Vist, G., Rind, D., Akl, E. A., & Schünemann, H. J. (2013). GRADE guidelines: 14. Going from evidence to recommendations: the significance and presentation of recommendations. *Journal of Clinical Epidemiology*, 66(7), 719–725. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2012.03.013>
- Archuleta, K. L. (2013). Couples, Money, and Expectations: Negotiating Financial Management Roles to Increase Relationship Satisfaction. *Marriage & Family Review*, 49(5), 391–411. <https://doi.org/10.1080/01494929.2013.766296>
- Bakhurst, M. G., McGuire, A. C. L., & Halford, W. K. (2016). Relationship education for military couples: A pilot randomized controlled trial of the effects of Couple CARE in Uniform. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 16(3), 167–187. <https://doi.org/10.1080/15332691.2016.1238797>
- Bakia, M., Shear, L., Toyama, Y., & Lasseter, A. (2012). *Understanding the Implications of Online Learning for Educational Productivity*.
- Batastini, A. B., Paprzycki, P., Jones, A. C. T., & MacLean, N. (2021). Are videoconferenced mental and behavioral health services just as good as in-person? A meta-analysis of a fast-growing

practice. *Clinical Psychology Review*, 83(March 2020), 101944.  
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101944>

- Baucom, D. H., Hahlweg, K., & Kuschel, A. A. (2003). Are Waiting-List Control Groups Needed in Future Marital Therapy Outcome Research? *Behavior Therapy*, 34(2), 179–188.  
[https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(03\)80012-6](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(03)80012-6)
- BBC. (2019, November). *Sertifikasi pranikah: Program tak wajib untuk tekan angka perceraian, efektifkah?* <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-50471992>
- Beach, S. R. H., & Whisman, M. A. (2013). Relationship distress: Impact on mental illness, physical health, children, and family economics. In *Family problems and family violence: Reliable assessment and the ICD-11*. (pp. 91–100). Springer Publishing Co.
- Bodenmann, G., Meuwly, N., & Kayser, K. (2011). Two Conceptualizations of Dyadic Coping and Their Potential for Predicting Relationship Quality and Individual Well-Being. *European Psychologist*, 16(4), 255–266. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000068>
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping\*. *Family Relations*, 53(5), 477–484. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P. T., & Rothstein, H. R. (2009). *Introduction to meta-analysis*. John Wiley & Sons, Ltd. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-14908-0\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-14908-0_2)
- Braithwaite, S. R., & Fincham, F. D. (2007). EPREP: Computer based prevention of relationship dysfunction, depression and anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(5), 609–622. <https://doi.org/10.1521/jscp.2007.26.5.609>
- Braithwaite, S. R., & Fincham, F. D. (2009). A Randomized Clinical Trial of a Computer Based Preventive Intervention: Replication and Extension of ePREP. *Journal of Family Psychology*, 23(1), 32–38. <https://doi.org/10.1037/a0014061>
- Braithwaite, S. R., & Fincham, F. D. (2011). Computer-based dissemination : A randomized clinical trial of ePREP using the actor partner interdependence model. *Behaviour Research and Therapy*, 49(2), 126–131. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2010.11.002>
- Braithwaite, S. R., & Fincham, F. D. (2014). Computer-based prevention of intimate partner violence in marriage. *Behaviour Research and Therapy*, 54, 12–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.12.006>
- Budastra, I. K. (2020). Dampak Sosial Ekonomi Covid-19 dan Program Potensial untuk Penanganannya: Studi Kasus di Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Agrimansion*, 21(1), 48–57.
- Candel, O. S., & Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, 147(August 2020), 190–199. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.037>
- Carlson, R. G., Daire, A. P., & Hipp, C. J. (2020). Prevention of Couple Distress. In *The Handbook of Systemic Family Therapy* (pp. 49–76). <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781119790945.ch3>
- Chomsah, A. (2020). *Kemenag - BP4 Perkuat Sinergi, Tekan Angka Perceraian*. <https://ntt.kemenag.go.id/berita/513708/kemenag--bp4-perkuat-sinergi-tekan-angka-perceraian>
- CNN. (2021). *Pemerintah Tetapkan PSBB Jawa-Bali 11-25 Januari 2021*. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20210106125013-20-590125/pemerintah-tetapkan-psbb-jawa-bali-11-25-januari-2021>
- Conn, V., Valentine, J., Cooper, H., & Rantz, M. (2003). Grey Literature in Meta-Analyses. *Nursing Research*, 52, 256–261. <https://doi.org/10.1097/00006199-200307000-00008>

- Coulter, K., & Malouff, J. M. (2013). Effects of an intervention designed to enhance romantic relationship excitement: A randomized-control trial. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2(1), 34–44. <https://doi.org/10.1037/a0031719>
- Crasta, D. (2018). *The promoting awareness and improving relationships (PAIR) program: Investigating the efficacy and mechanisms of a new relationship enhancement program*. (Vol. 80, Issues 2-B(E)). ProQuest Information & Learning.
- Cuijpers, P. (2016). *Meta-analysis in mental health: a practical guide*. Vrije Universiteit.
- Cunningham, J. A., Kypri, K., & McCambridge, J. (2013). Exploratory randomized controlled trial evaluating the impact of a waiting list control design. *BMC Medical Research Methodology*, 13, 150. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-13-150>
- Domhardt, M., Steubl, L., Boettcher, J., Buntrock, C., Karyotaki, E., Ebert, D. D., Cuijpers, P., & Baumeister, H. (2021). Mediators and mechanisms of change in internet- and mobile-based interventions for depression: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 83, 101953. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101953>
- Doss, B. B. D., Roddy, M. M. K., Llabre, M. M., Georgia, S. E., Jensen-Doss, A., Georgia Salivar, E., Jensen-Doss, A., & Jensen-Doss, A. (2020). Improvements in coparenting conflict and child adjustment following an online program for relationship distress. *Journal of Family Psychology*, 34(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/fam0000582>
- Doss, B., Cicila, L. N. L., Georgia, E. J. E., Roddy, M. M. K., Nowlan, K. M. K., Benson, L. A. LA, & Christensen, A. (2016). A randomized controlled trial of the web-based OurRelationship program: effects on relationship and individual functioning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 84(4), 285–296. <https://doi.org/10.1037/ccp0000063>
- Doss, B. D., Knopp, K., Roddy, M. K., Rothman, K., Hatch, S. G., & Rhoades, G. K. (2020). Online Programs Improve Relationship Functioning for Distressed Low-Income Couples: Results from a Nationwide Randomized Controlled Trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(4), 283–294. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/ccp0000479>
- Doss, B., Knopp, K., Roddy, M., Rothman, K., Hatch, S., & Rhoades, G. (2020). Online programs improve relationship functioning for distressed low-income couples: results from a nationwide randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(4), 283–294. <https://doi.org/10.1037/ccp0000479>
- Doss, B., Roddy, M., Nowlan, K., Rothman, K., & Christensen, A. (2018). Maintenance of Gains in Relationship and Individual Functioning Following the Online OurRelationship Program. *Behavior Therapy*. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2018.03.011>
- Duncan, S. F., Steed, A., & Needham, C. M. (2009). A Comparison Evaluation Study of Web-Based and Traditional Marriage and Relationship Education. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 8(April 2015), 37–41. <https://doi.org/10.1080/15332690902813836>
- Duval, S., & Tweedie, R. (2000). Trim and Fill: A Simple Funnel-Plot–Based Method of Testing and Adjusting for Publication Bias in Meta-Analysis. *Biometrics*, 56(2), 455–463. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.0006-341X.2000.00455.x>
- Egeci, I. S., & Gencoz, T. (2011). The Effects of Attachment Styles, Problem-Solving Skills, and Communication Skills on Relationship Satisfaction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 2324–2329. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.453>
- Epstein, N. B., Chen, F., & Beyder-Kamjou, I. (2005). Relationship Standards and Marital Satisfaction in Chinese and American Couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(1), 59–74. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01543.x>
- Eriksen, M. B., & Frandsen, T. F. (2018). The impact of PICO as a search strategy tool on literature



search quality: A systematic review. *Journal of the Medical Library Association*, 106(4), 420–431. <https://jmla.pitt.edu/ojs/jmla/article/view/345/726>

- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). The Assessment of Marital Quality: A Reevaluation. *Journal of Marriage and Family*, 49(4), 797–809. <https://doi.org/10.2307/351973>
- Fincham, F. D., Rogge, R., & Beach, S. R. H. (2018). Relationship Satisfaction. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (2nd ed., pp. 422–436). Cambridge University Press. <https://doi.org/DOI: 10.1017/9781316417867.033>
- Funk, J. L., & Rogge, R. D. (2007). Testing the ruler with item response theory: Increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 572. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.4.572>
- Furman, W., & Collins, W. (2009). Adolescent Romantic Relationships and Experiences. *Handbook of Peer Interactions, Relationships, and Groups*.
- Garin, O. (2014). *Ceiling Effect BT - Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (A. C. Michalos (ed.); pp. 631–633). Springer Netherlands. [https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5\\_296](https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_296)
- Georgia, E. J., & Doss, B. D. (2013). Web-Based Couple Interventions: Do They Have a Future? *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 12(2), 168–185. <https://doi.org/10.1080/15332691.2013.779101>
- Georgia, S. E., Knopp, K., Roddy, M. M. K., Morland, L. L. A., Doss, B. B. D., Georgia Salivar, E., Knopp, K., Roddy, M. M. K., Morland, L. L. A., & Doss, B. B. D. (2020). Effectiveness of online OurRelationship and ePREP programs for low-income military couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(10), 899–906. <https://doi.org/10.1037/ccp0000606>
- Gerlach, T. M., Driebe, J. C., & Reinhard, S. K. (2020). *Personality and Romantic Relationship Satisfaction BT - Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (eds.); pp. 3688–3695). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3\\_718](https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_718)
- Green, E. G. T., & Deschamps, J.-C. (2005). Variation of Individualism and Collectivism within and between 20 Countries A Typological Analysis. *JOURNAL OF CROSS-CULTURAL PSYCHOLOGY*, 26(3), 321–339. <https://doi.org/0.1177/0022022104273654>
- Hadiwardoyo, W. (2020). Kerugian Ekonomi Nasional Akibat Pandemi Covid-19. *Journal of Business & Entrepreneurship*, 2(2), 83–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.24853/baskara.2.2.83-92>
- Halford, W. K., Lizzio, A., Wilson, K. L., & Occhipinti, S. (2007). Does working at your relationship help? Couple relationship self-regulation and satisfaction in the first 4 years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 185–194.
- Halford, W., Rahimullah, R., Wilson, K., Occhipinti, S., Busby, D., & Larson, J. (2017). Four year effects of couple relationship education on low and high satisfaction couples: a randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 85(5), 495–507. <https://doi.org/10.1037/ccp0000181>
- Halford, W Kim, & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 33(4), 512–525. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.02.001>
- Halford, W Kim, Markman, H. J., & Stanley, S. (2008). Strengthening couples' relationships with education: Social policy and public health perspectives. In *Journal of Family Psychology* (Vol. 22, Issue 4, pp. 497–505). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/a0012789>

- Halford, W Kim, Moore, E., Wilson, K. L., Farrugia, C., & Dyer, C. (2004). Benefits of Flexible Delivery Relationship Education: An Evaluation of the Couple CARE Program. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 53(5), 469–476. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00055.x>
- Halford, W Kim, Moore, E., Wilson, K. L., Farrugia, C., Dyer, C., Kim Halford, W., Moore, E., Wilson, K. L., Farrugia, C., & Dyer, C. (2004). Benefits of Flexible Delivery Relationship Education: An Evaluation of the Couple CARE Program\*. *Family Relations*, 53(5), 469–476. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00055.x>
- Hapsari, P., Nisfiannoor, M., & Murmanks, A. (2007). Gambaran konflik pada wanita lajang. Studi pada etnis Jawa di Surakarta. *Jurnal Arkhe*, 12(1), 41–56.
- Hatch, S. G., Le, Y., & Doss, B. D. (2021). Make up or break up? Charting the well-being of low-income help-seeking couples through the breakup process. *Journal of Family Psychology*, No Pagination Specified-No Pagination Specified. <https://doi.org/10.1037/fam0000859>
- Hatch, S. G., Roddy, M. K., Doss, B. D., Rogge, R. D., Esplin, C. R., & Braithwaite, S. R. (2020). Texts 4 Romantic Relationships—A Randomized Controlled Trial. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 19(2), 115–135. <https://doi.org/10.1080/15332691.2019.1667936>
- Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2008). Does Marriage and Relationship Education Work? A Meta-Analytic Study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(5), 723–734. <https://doi.org/10.1037/a0012584>
- Hawkins, A. J., & Fackrell, T. A. (2010). Does relationship and marriage education for lower-income couples work? A meta-analytic study of emerging research. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 9(2), 181–191. <https://doi.org/10.1080/15332691003694927>
- Helps, S., & Le Coyte Grinney, M. (2021). Synchronous digital couple and family psychotherapy: a meta-narrative review. *Journal of Family Therapy*, 1467-6427.12333. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12333>
- Hendrick, S. S. (1988). A Generic Measure of Relationship Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Herzberg, P. Y. (2013). Coping in relationships: the interplay between individual and dyadic coping and their effects on relationship satisfaction. *Anxiety, Stress, & Coping*, 26(2), 136–153. <https://doi.org/10.1080/10615806.2012.655726>
- Higgins, J. P. T., Thompson, S. G., Deeks, J. J., & Altman, D. G. (2003). Measuring inconsistency in meta-analyses. *BMJ*, 327(7414), 557 LP – 560. <https://doi.org/10.1136/bmj.327.7414.557>
- Higgins, J., Thomas, J., Chandler, J., Cumpston, M., Page, M., & Welch, V. (2021). *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions version 6.2 (updated February 2021)*. Cochrane. [www.training.cochrane.org/handbook](http://www.training.cochrane.org/handbook)
- Hui, C. H. (1988). Measurement of individualism-collectivism. *Journal of Research in Personality*, 22(1), 17–36. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(88\)90022-0](https://doi.org/10.1016/0092-6566(88)90022-0)
- Javdivala, Z., Allahverdipour, H., Asghari Jafarabadi, M., Azimi, S., Gilani, N., & Chattu, V. K. (2021). Improved couple satisfaction and communication with marriage and relationship programs: are there gender differences?-a systematic review and meta-analysis. *Systematic Reviews*, 10(1), 178. <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01719-0>
- Jørgensen, L., Paludan-Müller, A. S., Laursen, D. R. T., Savović, J., Boutron, I., Sterne, J. A. C., Higgins, J. P. T., & Hróbjartsson, A. (2016). Evaluation of the Cochrane tool for assessing risk of bias in randomized clinical trials: overview of published comments and analysis of user practice in Cochrane and non-Cochrane reviews. *Systematic Reviews*, 5, 80. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0259-8>

- Kappen, G., Karremans, J. C., & Burk, W. J. (2019). Effects of a short online mindfulness intervention on relationship satisfaction and partner acceptance: The moderating role of trait mindfulness. *Mindfulness, 10*(10), 2186–2199. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01174-y>
- Karney, B., & Bradbury, T. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin, 118*, 3–34. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.118.1.3>
- Karyotaki, E., Ebert, D. D., Donkin, L., Riper, H., Twisk, J., Burger, S., Rozentel, A., Lange, A., Williams, A. D., Zarski, A. C., Geraedts, A., van Straten, A., Kleiboer, A., Meyer, B., Ünlü Ince, B. B., Buntrock, C., Lehr, D., Snoek, F. J., Andrews, G., ... Cuijpers, P. (2018). Do guided internet-based interventions result in clinically relevant changes for patients with depression? An individual participant data meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 63*, 80–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.06.007>
- Kendall, J. M. (2003). Designing a research project: randomised controlled trials and their principles. *Emergency Medicine Journal, 20*(2), 164 LP – 168. <https://doi.org/10.1136/emj.20.2.164>
- Kim, E. (2012). Marital Adjustment and Depressive Symptoms in Korean Americans. *Issues in Mental Health Nursing, 33*(6), 370–376. <https://doi.org/10.3109/01612840.2012.656822>
- Kim Halford, W., Pepping, C. C. A., Hilpert, P., Bodenmann, G., Wilson, K. K. L., Busby, D., Larson, J., Holman, T., Kim, H. W., Pepping, C. C. A., Hilpert, P., Bodenmann, G., Wilson, K. K. L., Busby, D., Larson, J., Holman, T., Kim Halford, W., Pepping, C. C. A., Hilpert, P., ... Holman, T. (2015). Immediate effect of couple relationship education on low-satisfaction couples: a randomized clinical trial plus an uncontrolled trial replication. *Behavior Therapy, 46*(3), 409–421. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2015.02.001>
- Kozlowski, A. (2013). Mindful mating: exploring the connection between mindfulness and relationship satisfaction. *Sexual and Relationship Therapy, 28*(1–2), 92–104. <https://doi.org/10.1080/14681994.2012.748889>
- Kuester, A., Niemeyer, H., & Knaevelsrud, C. (2016). Internet-based interventions for posttraumatic stress: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Clinical Psychology Review, 43*, 1–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.11.004>
- Kusno, F. (2020). Krisis Politik Ekonomi Global Dampak Pandemi Covid-19. *Anterior Jurnal, 19*(2), 114–122.
- Le, Y., Roddy, M. K., Hatch, S. G., & Doss, B. D. (2020). Mechanisms of improvements and maintenance in online relationship programs for distressed low-income couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 88*(12), 1091–1104. <https://doi.org/10.1037/ccp0000616>
- Lebow, J. L., Chambers, A. L., Christensen, A., & Johnson, S. M. (2012). RESEARCH ON THE TREATMENT OF COUPLE DISTRESS. *Journal of Marital & Family Therapy, 38*(1), 145–168. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2011.00249.x>
- Li, Y., & Samp, J. A. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on same-sex couples' conflict avoidance, relational quality, and mental health. *Journal of Social and Personal Relationships, 02654075211006199*. <https://doi.org/10.1177/02654075211006199>
- Lipsey, M., & Wilson, D. (1994). The Efficacy of Psychological, Educational, and Behavioral Treatment: Confirmation from Meta-Analysis. *The American Psychologist, 48*, 1181–1209. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.48.12.1181>
- Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg, S. L. (2010). *Fighting for Your Marriage. A Deluxe Revised Edition of the Classic Best Seller for Enhancing Marriage and Preventing Divorce, Third Edition*.
- Markman, H. J., Stanley, S. M., Jenkins, N. H., Petrella, J. N., & Wadsworth, M. E. V. O.-20. (2006).

- Preventive Education: Distinctives and Directions. *J Cogn Psychother*, 20(4), 411–433. <https://doi.org/10.1891/jcpiq-v20i4a006>
- McAllister, S., Duncan, S. F., & Hawkins, A. J. (2012). Examining the Early Evidence for Self-directed Marriage and Relationship Education: A Meta-analytic Study. *Family Relations*, 61(5), 742–755. <http://www.jstor.org/stable/23324490>
- Miller, S., Williams, J., Cutbush, S., Gibbs, D., Clinton-Sherrod, M., & Jones, S. (2015). Evaluation of the Start Strong initiative: preventing teen dating violence and promoting healthy relationships among middle school students. *The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine*, 56(2 Suppl 2), S14-9. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.11.003>
- Mrazek, P. J., & Haggerty, R. J. (1994). *Reducing Risks for Mental Disorders: Frontiers for Preventive Intervention Research*. <https://doi.org/10.17226/2139>
- Na'im, A., & Syaputra, H. (2011). *Kewarganegaraan, Suku Bangsa, Agama, dan Bahasa Sehari-hari Penduduk Indonesia: Hasil Sensus Penduduk 2010*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=NTVIY2EzOGI3ZmUwODMwODM0NjA1YjM1&xzmn=aHR0cHM6Ly93d3cuYnBzLmdvLmlkL3B1YmxpY2F0aW9uLzlwMTIvMDUvMjMvNTVIY2EzOGI3ZmUwODMwODM0NjA1YjM1L2tld2FyZ2FuZWdhcmFhbi1zdWt1LWJhbmdzYS1hZ2FtYS1kYW4tYmFoYXNhLXNlaGFy>
- Nichols, C. W., Schumm, W. R., Schectman, K. L., & Grigsby, C. C. (1983). Characteristics of Responses to the Kansas Marital Satisfaction Scale by a Sample of 84 Married Mothers. *Psychological Reports*, 53(2), 567–572. <https://doi.org/10.2466/pr0.1983.53.2.567>
- Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 141–151. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.2307/351302>
- Nowlan, K. M., Georgia, E. J., & Doss, B. D. (2017). Long-Term Effectiveness of Treatment-as-Usual Couple Therapy for Military Veterans. *Behavior Therapy*, 48(6), 847–859. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2017.05.007>
- Nowlan, K. M., Roddy, M. K., & Doss, B. D. (2017). The Online OurRelationship Program for Relationally Distressed Individuals: A Pilot Randomized Controlled Trial. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 6(3), 189–204. <https://doi.org/10.1037/cfp0000080>
- Nurhayati, S. R. (2021). Tipe-tipe Kualitas Perkawinan Orang Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 87–100.
- Nurhayati, S. R., Faturachman, & Helmi, A. F. (2017). *Konsep, Dinamika, dan Pengukuran Kualitas Perkawinan Orang Yogyakarta*. Universitas Gadjah Mada.
- Nursalam, N., & Ibrahim, M. (2015). Fenomena Sosial Pilihan Hidup Tidak Menikah Wanita Karier. *Jurnal Equilibrium*, 3(1), 67–76.
- O'Halloran, M. S., Rizzolo, S., Cohen, M. L., & Wacker, R. (2013). Assessing the Impact of a Multiyear Marriage Education Program. *The Family Journal*, 21(3), 328–334. <https://doi.org/10.1177/1066480713476849>
- Oktarina, L. P., Wijaya, M., & Demartoto, A. (2015). Pemaknaan Perkawinan (Studi Kasus Pada Perempuan Lajang Yang Bekerja Di Kecamatan Bulukerto Kabupaten Wonogiri). *Jurnal Analisa Sosiologi*, 4(1), 75–90.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

- Parise, M., Pagani, A. F., Donato, S., & Sedikides, C. (2019). Self-concept clarity and relationship satisfaction at the dyadic level. *Personal Relationships*, 26(1), 54–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/pere.12265>
- Peleg, O. (2008). The Relation Between Differentiation of Self and Marital Satisfaction: What Can Be Learned From Married People Over the Course of Life? *The American Journal of Family Therapy*, 36(5), 388–401. <https://doi.org/10.1080/01926180701804634>
- Perrin, P. B., Rybarczyk, B. D., Pierce, B. S., Jones, H. A., Shaffer, C., & Islam, L. (2020). Rapid telepsychology deployment during the COVID-19 pandemic: A special issue commentary and lessons from primary care psychology training. *Journal of Clinical Psychology*, 76(6), 1173–1185. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/jclp.22969>
- Peters, J. L., Sutton, A. J., Jones, D. R., Abrams, K. R., & Rushton, L. (2007). Performance of the trim and fill method in the presence of publication bias and between-study heterogeneity. *Statistics in Medicine*, 26(25), 4544–4562. <https://doi.org/10.1002/sim.2889>
- Pieh, C., O’rourke, T., Budimiri, S., & Probst, T. (2020). Relationship quality and mental health during COVID-19 lockdown. *PLOS ONE*, 15(9). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238906>
- Pithon, M. (2013). Importance of the control group in scientific research. *Dental Press Journal of Orthodontics*, 18, 13–14. <https://doi.org/10.1590/S2176-94512013000600003>
- Polser, G. (2020). *A Meta-Analytic Review of the Relationship Between Interpersonal Trauma and Committed Romantic Relationships*. University of Denver.
- Porter, L., Keefe, F., Baucom, D., Olsen, M., Zafar, S., & Uronis, H. (2016). A randomized pilot trial of a videoconference couples communication intervention for advanced GI cancer. *Psycho-Oncology*, 26(7), 1027–1035. <https://doi.org/10.1002/pon.4121>
- Pratama, L. A. J., & Masykur, A. M. (2020). Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Pengalaman Wanita Dewasa Madya yang Masih Melajang. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 745–754.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576–593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Pugh, J. E., & Ives-Baine, L. (2014). Using technology to connect families- should we ? *International Journal of Childbirth Education*, 27(April 2012), 83–85.
- Purnamasari, D. M. (2020). Menko PMK Ungkap Program Bimbingan Pranikah Ditunda akibat Pandemi Covid-19. <https://nasional.kompas.com/read/2020/08/04/14353601/menko-pmk-ungkap-program-bimbingan-pranikah-ditunda-akibat-pandemi-covid-19?page=all>
- Putrihapsari, R., & Dimyati. (2021). Penanaman Sikap Sopan Santun dalam Budaya Jawa pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 2059–2070.
- Rahayu, L. S. (2021). Pimpinan Komisi VII soal Lulus Konseling Jadi Syarat Nikah: Perlu Uji Coba. <https://news.detik.com/berita/d-5499084/pimpinan-komisi-viii-soal-lulus-konseling-jadi-syarat-nikah-perlu-uji-coba/2>
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2017). Stress and its associations with relationship satisfaction. *Current Opinion in Psychology*, 13, 96–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.010>
- Reardon-Anderson, J., Stagner, M., Macomber, J. E., Murray, J., Bernstein, S., Bradbury, T. N., Campbell, N., Cottingham, P., Karney, B. R., Kelly, B., Kortenkamp, K., Littell, J., Lipsey, M., Maynard, R., & Rolston, H. (2005). *Systematic Review of the Impact of Marriage and Relationship Programs*. 1–43. [http://www.urban.org/UploadedPDF/411142\\_impact\\_marriage.pdf](http://www.urban.org/UploadedPDF/411142_impact_marriage.pdf)

- Rehman, U. S., & Holtzworth-Munroe, A. (2007). A cross-cultural examination of the relation of marital communication behavior to marital satisfaction. *Journal of Family Psychology: JFP: Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 21(4), 759–763. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.4.759>
- Review Manager (RevMan) (5.2.). (2012). The Cochrane Collaboration.
- Rhoades, G. K., Treter, M. O., & Knopp, K. (2020). *Evaluation of OurRelationship and ePREP Online Couple Relationship Education Programs*.
- Rigabert, A., Motrico, E., Moreno-Peral, P., Resurrección, D. M., Conejo-Cerón, S., Cuijpers, P., Martín-Gómez, C., López-Del-Hoyo, Y., & Bellón, J. Á. (2020). Effectiveness of online psychological and psychoeducational interventions to prevent depression: Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. In *Clinical Psychology Review* (Vol. 82). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101931>
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: a meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(1), 140–187. <https://doi.org/10.1037/a0031859>
- Roddy, M. K., Nowlan, K. M., & Doss, B. D. (2017). A Randomized Controlled Trial of Coach Contact During a Brief Online Intervention for Distressed Couples. *Family Process*, 56(4), 835–851. <https://doi.org/10.1111/famp.12262>
- Roddy, M. M. K., Stamatis, C. A., Rothman, K., & Doss, B. D. B. (2020). Mechanisms of change in a brief, online relationship intervention. *Journal of Family Psychology*, 34(1), 57–67. <https://doi.org/10.1037/fam0000569>
- Rusqiyati, E. A. (2020). *KUA Umbulharjo Yogyakarta tangani 60 konseling melalui Pusaka Sakinah*. <https://www.antaraneews.com/berita/1263967/kua-umbulharjo-yogyakarta-tangani-60-konseling-melalui-pusaka-sakinah>
- Septiana, E., & Syafiq, M. (2013). Identitas “Lajang” (Single Identity) dan Stigma: Studi Fenomenologi Perempuan Lajang di Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*, 4(1), 71–86.
- Sin, J., Henderson, C., Spain, D., Cornelius, V., Chen, T., & Gillard, S. (2018). eHealth interventions for family carers of people with long term illness: A promising approach? *Clinical Psychology Review*, 60, 109–125. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.01.008>
- Spencer, C., & Anderson, J. (2021). Online relationship education programs improve individual and relationship functioning: A meta-analytic review. *Journal of Marital and Family Therapy*. <https://doi.org/10.1111/jmft.12491>
- Spijkerman, M. P. J., Pots, W. T. M., & Bohlmeijer, E. T. (2016). Effectiveness of online mindfulness-based interventions in improving mental health: A review and meta-analysis of randomised controlled trials. *Clinical Psychology Review*, 45, 102–114. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.03.009>
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Sterne, J. A. C., Savović, J., Page, M. J., Elbers, R. G., Blencowe, N. S., Boutron, I., Cates, C. J., Cheng, H.-Y., Corbett, M. S., Eldridge, S. M., Emberson, J. R., Hernán, M. A., Hopewell, S., Hróbjartsson, A., Junqueira, D. R., Jüni, P., Kirkham, J. J., Lasserson, T., Li, T., ... Higgins, J. P. T. (2019). RoB 2: a revised tool for assessing risk of bias in randomised trials. *BMJ*, 366, 14898. <https://doi.org/10.1136/bmj.14898>
- Tempo. (2019). *Salah Kaprah Sertifikasi Pranikah*. <https://kolom.tempo.co/read/1273855/salah-kaprah-sertifikasi-pranikah/full&view=ok>
- Trillingsgaard, T., Baucom, K. J. W., & Heyman, R. E. (2014). Predictors of Change in Relationship

Satisfaction during the Transition to Parenthood. *Family Relations*, 63(5), 667–679. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/fare.12089>

Truscelli, N. I. (2021). *Couples' conflict through an attachment lens: A brief, theory-driven writing intervention*. (Vol. 82, Issues 7-B). ProQuest Information & Learning.

Tsai, M., Hardebeck, E., Ramos, F., Turlove, H., Nordal-Jonsson, K., Vongdala, A., Zhang, W., & Kohlenberg, R. (2020). Helping Couples Connect during the COVID-19 Pandemic: a Pilot Randomised Controlled Trial of an Awareness, Courage, and Love Intervention. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12(4), 1140–1156. <https://doi.org/10.1111/aphw.12241>

von Hippel, P. T. (2015). The heterogeneity statistic I(2) can be biased in small meta-analyses. *BMC Medical Research Methodology*, 15, 35. <https://doi.org/10.1186/s12874-015-0024-z>

Wendorf, C. A., Lucas, T., Imamoğlu, E. O., Weisfeld, C. C., & Weisfeld, G. E. (2010). Marital Satisfaction Across Three Cultures: Does the Number of Children Have an Impact After Accounting for Other Marital Demographics? *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(3), 340–354. <https://doi.org/10.1177/0022022110362637>

Williamson, H. C. (2020). Early Effects of the COVID-19 Pandemic on Relationship Satisfaction and Attributions. *Psychological Science*, 31(12), 1479–1487. <https://doi.org/10.1177/0956797620972688>

Wong, S., & Goodwin, R. (2009). Experiencing marital satisfaction across three cultures: A qualitative study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(8), 1011–1028. <https://doi.org/10.1177/0265407509347938>

Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R. D., & Gangamma, R. (2014). Couple Communication, Emotional and Sexual Intimacy, and Relationship Satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 40(4), 275–293. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2012.751072>