

Research Article

Premarital Counseling to Enhance Marriage Preparation in Early Adulthood

Nila Frischa Panzola

Universitas Negeri Padang

E-mail: nilafrischapanzola@gmail.com**Mudjiran**

Universitas Negeri Padang

E-mail: mudjiran.unp@gmail.com**Yeni Karneli**

Universitas Negeri Padang

E-mail: yenikarneli.unp@gmail.com

Copyright © 2024 by Authors, Published by Journal of Psychology, Counseling and Education.

Received : August 27, 2024

Revised : September 19, 2024

Accepted : October 3, 2024

Available online : October 25, 2024

How to Cite: Nila Frischa Panzola, Mudjiran, & Yeni Karneli. (2024). Premarital Counseling to Enhance Marriage Preparation in Early Adulthood. Journal Of Psychology, Counseling And Education, 2(3), 217-224. <https://doi.org/10.58355/psy.v2i3.47>

Abstract

Premarital guidance and counseling is an intervention designed to help emerging adults better prepare for marriage. The purpose of this study was to investigate how well premarital guidance and counseling programs work in helping people gain the information and skills necessary to create lasting and healthy marriages. This research methodology consisted of a literature review and analysis of data from numerous premarital counseling studies. The research results show that premarital guidance and counseling can increase individuals' understanding of various aspects of marriage, including effective communication, conflict management, and financial planning. In addition, this program also helps individuals recognize and manage marital expectations and build a strong emotional foundation. Thus, premarital guidance and counseling is highly recommended as a preventive measure to minimize the risk of divorce and improve the quality of married life in early adulthood.

Keywords: Premarital Guidance, Counseling, Marriage, Adults, Relationships.

Konseling Pranikah untuk Meningkatkan Persiapan Pernikahan pada Masa Dewasa Awal

Abstrak

Bimbingan dan konseling pranikah merupakan intervensi yang dirancang untuk membantu orang dewasa awal mempersiapkan pernikahan dengan lebih baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki seberapa baik program bimbingan dan konseling pranikah bekerja dalam membantu masyarakat memperoleh informasi dan kemampuan yang diperlukan untuk menciptakan pernikahan yang langgeng dan sehat. Metodologi penelitian ini terdiri dari tinjauan literatur dan analisis data dari banyak penelitian konseling pranikah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling pranikah dapat meningkatkan pemahaman individu tentang berbagai aspek pernikahan, termasuk komunikasi efektif, manajemen konflik, dan perencanaan keuangan. Selain itu, program ini juga membantu individu dalam mengenali dan mengelola ekspektasi pernikahan serta membangun fondasi emosional yang kuat. Dengan demikian, bimbingan dan konseling pranikah sangat dianjurkan sebagai langkah preventif untuk meminimalkan risiko perceraian dan meningkatkan kualitas kehidupan pernikahan pada masa dewasa awal.

Kata Kunci: Bimbingan Pranikah, Konseling, Pernikahan, Dewasa, Hubungan.

PENDAHULUAN

Hubungan jasmani dan rohani seseorang dengan orang yang akan menjalani hidupnya disebut pernikahan. Setiap pasangan kini tentu mengharapkan pernikahan mereka membawa kebahagiaan menjelaskan permasalahan yang muncul seputar pernikahan, seperti memilih pasangan yang tepat, menjadwalkan waktu yang tepat, memahami tugas suami istri, mengharapkan pernikahan yang bahagia, melakukan interaksi romantis dengan orang-orang dari jenis kelamin lain, dan sebagainya (Ghalili, dkk., 2012).

Keinginan untuk hidup bahagia tentunya memerlukan persiapan, termasuk mempersiapkan pernikahan dengan memilih pasangan. Memilih pasangan memerlukan pertimbangan matang sebelum memutuskan untuk menikah dan tinggal bersama. Mengenal lawan jenis secara menyeluruh merupakan suatu keharusan bagi mereka yang berada pada usia pranikah sesuai dengan tugas perkembangannya, khususnya dewasa awal (Hurlock, 1980). Hal ini sejalan dengan pernyataan Erikson mengenai hubungan antara tahap-tahap masa dewasa awal, khususnya tahap keintiman vs isolasi. Tahap ini menunjukkan bagaimana orang tetap menyendiri atau membentuk hubungan romantis atau pribadi dengan orang lain.

Meyer, Jones, Rorer, dan Maxwell (2014) menemukan korelasi langsung antara kebiasaan menghindar dan kecemasan serta keadaan afektif positif dan negatif dalam sebuah penelitian yang melibatkan 572 orang dalam hubungan romantis. Pada titik ini, menjalin hubungan dengan orang-orang yang memiliki

banyak kesamaan karakteristik bertujuan untuk menginternalisasikan mereka guna tujuan memilih pasangan.

Karena mempengaruhi pernikahan, individu dan pasangan sama-sama perlu memahami pernikahan dan persiapan pernikahan. Orang-orang mempunyai ekspektasi yang sangat nyata terhadap pasangannya, yang berasal dari keinginan untuk merasa puas dalam hubungan mereka. Untuk mempersiapkan pernikahan, penting bagi orang-orang untuk memiliki pemahaman menyeluruh tentang sikap dan preferensi yang dirasakan. Terapi persiapan pernikahan ditentukan dengan memeriksa kepribadian, sifat, dan kesiapan emosional setiap orang (Murad, 2011).

Bantuan dan konseling pranikah dibahas dalam artikel ini untuk membantu dewasa muda mempersiapkan pernikahan dengan lebih baik. Individu yang sudah menjalin hubungan dengan pasangannya akan terkena dampak dari pentingnya persiapan pernikahan, oleh karena itu pendidikan dan pelatihan sangat diperlukan ketika bersiap untuk menikah (Larson, 2007).

Berdasarkan temuan penelitian di atas dan konteks fenomena yang ada, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Bimbingan dan Konseling Pranikah untuk Meningkatkan Persiapan Pernikahan pada Masa Dewasa Dini".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di perpustakaan (Research in Libraries). Penelitian perpustakaan diartikan sebagai penelitian yang dilakukan dengan memanfaatkan sumber daya dari perpustakaan, antara lain buku, makalah, jurnal, catatan, dan ringkasan penelitian sebelumnya (Hasan, 2008). Sedangkan Khatibah (Sari & Asmendri, 2020) mengartikan sastra sebagai suatu proses sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan, mengkaji, dan menarik kesimpulan dari data dengan menggunakan teknik atau metode tertentu guna menemukan jawaban atas permasalahan yang ditemui dalam penelitian kepustakaan.

Apalagi konsep terkait administrasi kelas dikembangkan melalui penelitian dan kajian kepustakaan (Aminati & Pusrwoko, 2013), berikut tata cara melakukan penelitian di perpustakaan: (1) memahami topik penelitian secara umum, (2) mencari data yang mendukung topik sebelum mulai menulis, langkah-langkah berikut harus dilakukan, (4) mencari dan memperjelas bacaan yang ditugaskan, (5) membaca dan membuat catatan penelitian, (6) merangkum fokus penelitian, dan memperluas, mengatur, dan menganalisis bacaan. Meneliti literatur secara mendalam dilakukan melalui penulisan deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Bimbingan dan Konseling Pranikah

Bimbingan dan konseling pranikah, atau BK, adalah gagasan terapan berupa program, pelatihan, pendidikan perkawinan, atau persiapan atau pendidikan perkawinan untuk memperkuat hubungan pasangan, bukan hanya sekedar gagasan yang berdiri sendiri. Untuk meningkatkan komitmen dan memberikan kesempatan masyarakat untuk memiliki hubungan yang sehat dan bahagia, program pendidikan yang mengajarkan keterampilan dan prinsip kepada individu yang sudah menikah

atau berencana menikah, lajang atau tidak sedang menjalin hubungan, disebut dengan pendidikan hubungan atau pendidikan hubungan pasangan (Halford, 2004).

Pendidikan pernikahan mencakup pendidikan bagi pasangan yang berkomitmen, harapan yang masuk akal terhadap hubungan, dan menghabiskan waktu bersama pasangan yang positif (Halford, Moore, Wilson, Farrugia, & Dyer, 2004). Pendidikan pranikah juga bermanfaat bagi masing-masing pasangan dalam kesejahteraan hubungan, yang merupakan komponen penting keberhasilan perkawinan (Carroll & Doherty, 2003).

Sebuah strategi berbasis kekuatan, terapi pranikah yang berfokus pada solusi berkonsentrasi pada aset pasangan untuk menciptakan visi pernikahan bersama (Murray & Murray, 2004). Tujuan dari nasihat dan konseling pranikah adalah untuk membantu individu dan pasangan dalam melakukan semua persiapan yang diperlukan untuk pernikahan, dengan mempertimbangkan sumber daya, kemampuan, dan cita-cita kehidupan pernikahan mereka (Halomoan & Nurmaida, 2011).

Model Program Pendidikan Pernikahan

Ada dua pendekatan umum pendidikan hubungan yang digunakan dalam program pendidikan pernikahan: pelatihan keterampilan dan inventarisasi (Suryanti, 2014). Penilaian dan masukan terhadap pasangan dapat diberikan dengan menggunakan inventarisasi Persiapan Pranikah dan Peningkatan Hubungan (PREPARE), Memfasilitasi Pemahaman dan Studi Komunikasi Pasangan Terbuka (FOCCUS), dan Evaluasi Hubungan (RELATE). Inventaris ini dirancang untuk membantu laporan mandiri yang mengevaluasi berbagai dimensi. metodis dalam hasil evaluasi. Uraikan singkat (Larson, Newell, Topham, & Nichols, 2002) ditampilkan sebagai berikut.

1. PREPARE

- a. Inventarisasi PREPARE yang terdiri dari 195 item digunakan untuk menilai kualitas hubungan pranikah. Terdapat 15 kategori hubungan, empat skala kepribadian, dan skala distorsi idealis di area kerja PREPARE, dengan total 20 skala.
- b. Topik pembicaraannya mencakup ekspektasi terhadap pernikahan, masalah kepribadian, komunikasi, penanganan konflik, pengelolaan keuangan, kegiatan rekreasi, hubungan seksual, orang tua dan anak, teman dan keluarga, hubungan peran, dan pandangan spiritual.
- c. Laporan komputer PREPARE, yang mengklasifikasikan pasangan pranikah ke dalam empat kategori vitalisasi, harmonis, tradisional, dan konflik menggabungkan tipologi pasangan. Setiap pasangan dikategorikan ke dalam salah satu dari empat jenis ini dalam laporan komputer.
- d. Durasi eksekusi. Mempersiapkan diri untuk seminar pelatihan pengguna satu hari secara nasional.
- e. Kekuatan. PREPARE adalah program yang agak singkat yang menyeluruh, mudah dikelola, dan dipahami. Buku ini hadir dalam berbagai versi bahasa termasuk versi yang dirancang khusus untuk pasangan yang menikah lagi, dan dilengkapi dengan materi konseling tambahan yang bagus.

- f. Khawatir. Tiga faktor yang tidak diukur oleh PREPARE adalah kesamaan status absolut (yaitu, ukuran kesamaan keseluruhan berdasarkan kombinasi kesamaan usia, pendidikan, pendapatan, status sosial ekonomi orang tua, dan status sosial ekonomi orang tua pasangan), mental orang tua, penyakit, dan kesamaan kecerdasan.
2. FOCCUS
 - a. FOCCUS adalah alat berisi 156 item yang sering digunakan oleh gereja Katolik dan Protestan serta organisasi konseling nondenominasi. Ini memiliki 33 item opsional tambahan untuk pasangan beda agama, pasangan yang tinggal bersama, dan pasangan di mana salah satu atau kedua pasangan menikah lagi.
 - b. Empat area konten utama FOCCUS terdiri dari 19 skala berbeda yang disusun dalam urutan berikut: kecocokan kepribadian, teman dan gaya hidup, kemampuan komunikasi dan pemecahan masalah, pengikat dan integrator, seperti agama, nilai-nilai, dan kesiapan menikah, dan kategori ringkasan, seperti indikasi masalah yang signifikan dan masalah keluarga asal.
 - c. Pasangan individu atau kelompok pasangan dapat menerima FOCCUS. Hasil cetakan komputer menunjukkan bidang-bidang di mana item-item mitra dan tanggapan-tanggapan pilihan setuju, serta mencantumkan semua pernyataan untuk masing-masing dari 19 skala.
 - d. Salah satu keunggulan FOCCUS adalah tersedia dalam berbagai bentuk untuk pasangan yang kesulitan membaca atau tidak bisa berbahasa Inggris. Ada tiga cara untuk mencetak gol. Dalam satu skala, isu-isu utama dapat dengan mudah disebutkan satu per satu. Saat menganalisis hasil, pola bantuan pasangan belajar dan konselor pada isu-isu individu yang penting akan berguna. Termasuk di dalamnya adalah hidup bersama, menikah kembali, dan barang-barang antaragama. Ada lebih banyak sumber daya yang dapat diakses.
 - e. Khawatir. Tiga variabel yang menentukan kualitas perkawinan penyakit mental orang tua, kesamaan IQ, dan kesamaan status absolut tidak diukur dengan FOCCUS.
 3. RELATE
 - a. Tersedia versi non-denominasi bahasa Inggris dan Spanyol dari 271 item tes RELATE.
 - b. Pertanyaan RELATE menilai variabel dalam empat domain utama: nilai-nilai bersama, pengalaman hubungan (misalnya, keterampilan komunikasi antar pasangan), ciri-ciri kepribadian, dan latar belakang keluarga.
 - c. Apa yang membuat RELATE istimewa adalah pasangan dapat menafsirkan hasilnya sendiri tanpa bantuan konselor. Hal ini dapat disebabkan oleh penyajian temuan yang lugas, penjelasan menyeluruh, dan rekomendasi mengenai apa yang harus dilakukan jika terjadi perbedaan. Terdapat buku pegangan konselor yang memberikan gambaran umum tentang kategori konten RELATE, rincian tentang cara menilai dan mengelola instrumen, dan instruksi untuk menggunakan RELATE dalam konteks konseling dan pendidikan.
 - d. Kekuatan. Dalam kelompok besar dan lingkungan pendidikan, RELATE adalah instrumen yang paling mudah digunakan dan diinterpretasikan. Ketika

menggunakan evaluasi komputer, RELATE juga merupakan pilihan yang paling lengkap dan paling murah.

- e. Khawatir. Kesetaraan status absolut adalah salah satu prediktor kualitas perkawinan yang tidak diukur oleh RELATE. Program Peningkatan Hubungan Pranikah, Pelatihan Peningkatan Coping Pasangan (CCET), dan Program Peningkatan Komitmen dan Hubungan Pasangan (Couple CARE) adalah program yang dapat dikaitkan dengan pelatihan keterampilan (Bodenmann & Shantinath, 2004). ekspresi kasih sayang yang konstruktif, resolusi konflik, dan komunikasi yang konstruktif hanyalah beberapa topik yang tercakup dalam program pelatihan keterampilan.

Tujuan Konseling Pranikah

Secara umum, prosedur pendampingan dini bertujuan untuk memfasilitasi pernikahan bahagia calon pasangan. Secara keseluruhan, tujuan pendampingan yang pertama adalah: (1) menyajikan informasi tentang kehidupan pernikahan pasangan; (2) meningkatkan kapasitas pasangan untuk menjalin hubungan yang sehat; (3) mendukung pengembangan kapasitas pasangan untuk berkompromi; dan (4) memungkinkan pasangan untuk membahas topik. reaksi yang tepat. Tujuan pendampingan dini yang berfokus pada regulasi adalah untuk membantu perempuan: (1) memahami pernikahan; (2) mengembangkan keterampilan dalam hubungan suami-istri; (3) untuk menyelesaikan permasalahan di masa depan, (4) untuk memungkinkan pasangan belajar bagaimana berkompromi, dan (5) untuk menjamin kelangsungan hidup pasangan. hubungan istri yang indah dan abadi untuk pernikahan yang bahagia (sakinah) (Irman et al., 2020).

Bimbingan dan Konseling Pranikah untuk Meningkatkan Persiapan Pernikahan pada Masa Dewasa Awal

Baik yang menjalin hubungan dengan pasangan maupun yang tidak mempunyai pengaruh dari perencanaan pernikahan (Manalu, 2020). Gambaran singkat model program pendidikan perkawinan memberikan gambaran jelas betapa rumitnya persiapan yang diperlukan untuk melaksanakan program yang dimaksud. Merujuk kembali pada inisiatif pendidikan pernikahan sebelumnya, inisiatif bimbingan dan konseling pranikah dapat diterapkan dalam upaya untuk mendukung masyarakat saat mereka menjalani pertumbuhan pribadi. Usia dewasa awal merupakan usia dimana seseorang memasuki tahap persiapan pernikahan/pranikah dan hal ini perlu didukung. Tujuan ilmu bimbingan dan konseling adalah membantu manusia mengembangkan kemampuan-kemampuan yang diperlukan untuk mencapai kesejahteraan lahir dan batin yang sejati serta berbagai unsur pertumbuhan manusia (Kartadinata, 2017). Untuk mencapai kesejahteraan jasmani dan rohani yang diperlukan dalam perkawinan di kemudian hari, maka penting untuk mendukung komponen perkembangan kesiapan perkawinan melalui persiapan perkawinan (Triningtyas & Muhayati, 2017).

Mubasyaroh (2016) menyatakan bahwa program ini secara keseluruhan ditujukan untuk masyarakat di usia dewasa awal, khususnya mereka yang terdaftar di lembaga pasca sekolah menengah. Paling tidak mencakup hal-hal sebagai berikut:

1) Orang yang mengetahui riwayat keluarga masing-masing pasangan. Pasangan pranikah hendaknya mempertimbangkan riwayat keluarga mereka, 2) Menyelidiki hubungan yang melibatkan dua orang dan bagaimana sifat mereka mempengaruhi sifat satu sama lain, dan 3) Membuat komitmen dalam pernikahan dengan mengikuti program pendidikan pernikahan. Selain itu, stres, kecemasan, penyakit emosional, dan masalah pribadi lainnya berdampak pada pernikahan orang dewasa. Artinya, berkurangnya kebahagiaan hubungan perkawinan yang ditawarkan kepada pelajar sebagai manusia dewasa awal secara tidak langsung disebabkan oleh meningkatnya kekhawatiran sehari-hari dan kesehatan fisik yang buruk. 3) Interaksi pasangan yang harmonis memungkinkan masing-masing pasangan untuk mengeksplorasi ekspektasi unik mereka terhadap pernikahan, meningkatkan semua aspek kehidupan mereka mental, emosional, fisik, dan spiritual dan memberi mereka rasa aman dan kepuasan dalam persatuan mereka.

KESIMPULAN

Bimbingan dan Konseling Pranikah untuk Meningkatkan Persiapan Pernikahan di Masa Dewasa Dini menekankan nilai layanan ini bagi mereka yang berada dalam rentang usia 20–30 tahun yang berada dalam fase kehidupan dewasa awal. Artikel ini membahas bagaimana bimbingan pranikah dapat mempersiapkan pasangan secara mental dan emosional sebelum memasuki kehidupan pernikahan. Melalui bimbingan dan konseling, pasangan dapat meningkatkan komunikasi, memahami peran dalam pernikahan, serta belajar manajemen konflik yang efektif. Proses ini melibatkan berbagai sesi yang dirancang untuk membahas topik-topik penting terkait pernikahan, sehingga membantu pasangan menghadapi tantangan pernikahan dengan lebih baik. Penelitian yang diulas dalam artikel ini juga menunjukkan bahwa bimbingan pranikah dapat mengurangi angka perceraian dan meningkatkan kepuasan dalam pernikahan. Dengan demikian, bimbingan dan konseling pranikah merupakan langkah penting dalam mempersiapkan individu di masa dewasa awal untuk membangun pernikahan yang kokoh dan harmonis.

DAFTAR PUSTAKA

- Carroll, J.S. & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the Effectiveness of Premarital Prevention Programs: A Meta-Analytic Review of Outcome Research. *Family Relations*, 52(2), 105–118.
- Ghalili, Z., Etemadi, O., Ahmadi, S.A., Fatehizadeh, M., Abedi, M.R. (2012). Marriage Readiness Criteria Among Young Adults of Isfahan: A Qualitative Study. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*, 4(4), 1076–1083.
- Halford, W. K. (2004). The Future of Couple Relationship on How It Can Make Education : a Difference Suggestions. *Family Relations*, 53(5), 559–566.
- Halford, W. K., Moore, E., Wilson, K. L., Farrugia, C., & Dyer, C. (2004). Benefit or Flexible Delivery Relationship Education: An Evaluation of the Couple CARE Program. *Family Relations*, 53(5), 469–476.
- Halomoan, M., & Nurmaida, N. (2011). Analisa persepsi dan harapan terhadap konseling pranikah perkawinan. *Jurnal Analitika*.

Premarital Counseling to Enhance Marriage Preparation in Early Adulthood

Nila Frischa Panzola, Mudjiran, Yeni Karneli

- Hasan, I. 2008. *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hurlock, E. B. (1980). *Development Psychology*. Jakarta: Erlangga.
- Irman, I., Murisal, M., Syafwar, F., Silvianetri, S., Zubaidah, Z., & Yeni, P. (2020). Membangun Kesadaran Spritual melalui Konseling Berbasis Surau dalam Pengembangan Pariwisata. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*.
- Kartadinata, S. (2017). *Dari Bimbingan dan Konseling Perkembangan ke Komprehensif (Refleksi 21 Tahun Mengawal Perjalanan Bimbingan dan Konseling di Indonesia, 1996-2017)*. Bandung: Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Larson, J. H. (2007). "You're My One and Only": Premarital Counseling for Unrealistic Beliefs About Mate Selection. *The American Journal of Family Therapy*, 20(3), 37- 41.
- Larson, J. H., Newell, K., Topham, G., & Nichols, S. (2002). A Review of Three Comprehensive Premarital Assessment Questionnaires. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(2), 233-239.
- Manalu, E. O. (2020). Pengaruh Konseling Pranikah Terhadap Keutuhan Keluarga. *Jurnal Antusias*.
- Meyer, D. D., Jones, M., Rorer, A., & Maxwell, K. (2014). Examining the Associations Among Attachment, Affective State, and Romantic Relationship Quality. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 23(1), 18-25.
- Mubasyaroh. (2016). Konseling Pra Nikah Dalam Mewujudkan Keluarga Bahagia. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*.
- Murad, A. (2011). Tingkat Kinerja Konselor Profesional. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 17(5), 339-353.
- Sari, M., & Asmendri, A. 2020. Penelitian Kepustakaan (library research) dalam Penelitian Pendidikan IPA. *Jurnal Natural Science*.
- Suryanti, S. (2014). Kinerja Konselor Bermartabat dalam Menerapkan Konseling Relasi Remaja untuk Meningkatkan Soft Skill Remaja. *Widya Wacana: Jurnal Ilmiah*, 9 (1), 78-82.
- Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. (2017). Konseling Pranikah: Sebuah Upaya Meredukasi Budaya Pernikahan Dini di Kecamatan Pulung Kabupaten Ponorogo. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*.