



Pentingnya Konseling Pranikah Bagi Gen Z

Arum Septian Putri¹, Azmi Wiantina², Miftachuddin³

^{1,2,3}Institut Daarul Qur'an, Indonesia

E-mail: noceur412um@gmail.com

Article Info	Abstract
Article History Received: 2024-07-22 Revised: 2024-08-19 Published: 2024-09-03 Keywords: <i>Counseling;</i> <i>Premarital;</i> <i>Generation Z.</i>	Getting married is a phase that most people will go through in general when they are at an adult age, but the lack of awareness in preparing for marriage triggers a high divorce rate. In Indonesia, the number of divorces according to the Central Statistics Agency (BPS) in 2023 there were 408,347 divorce cases, the highest cause was the factor of continuous disputes and quarrels as many as 251,828 couples, economic factors as many as 108,488 couples, the factor of leaving one of the parties as many as 34,322 couples. In the current digital era, people's behavior is also influenced by the media content they consume, with the prevalence of divorce cases causing a trust issue in marriage, making individuals reluctant to get married. One of the efforts that can minimize divorce is the provision of premarital counseling services. Premarital counseling is increasingly important in the context of a gen Z society characterized by changing values and complex social challenges. This study aims to explore the importance of premarital counseling, the research method used is a library research approach to identify the main issues faced by gen Z in preparing for marriage. The findings show that premarital counseling not only prepares emotionally and psychologically, but also equips individuals with in-depth knowledge of commitment, responsibility, and preparation for married life.
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2024-07-22 Direvisi: 2024-08-19 Dipublikasi: 2024-09-03 Kata kunci: <i>Konseling;</i> <i>Pranikah;</i> <i>Generasi Z.</i>	Menikah adalah sebuah fase yang akan dilalui oleh kebanyakan orang pada umumnya ketika sudah berada di usia dewasa, akan tetapi minimnya kesadaran dalam mempersiapkan pernikahan memicu tingginya angka perceraian. Di Indonesia jumlah perceraian menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2023 terdapat 408.347 kasus perceraian, penyebab tertingginya terdapat pada faktor perselisihan dan pertengkarannya terus menerus sebanyak 251.828 pasangan, faktor ekonomi sebanyak 108.488 pasangan, faktor meninggalkan salah satu pihak sebanyak 34.322 pasangan. Pada era digital saat ini perilaku masyarakat juga dipengaruhi oleh konten media sosial yang mereka konsumsi, dengan maraknya kasus perceraian ini menimbulkan adanya <i>trust issue</i> pada pernikahan hingga menjadikan individu enggan untuk menikah. Salah satu upaya yang dapat meminimalisir perceraian tersebut adalah upaya pemberian layanan konseling pranikah. Konseling pranikah semakin penting dalam konteks masyarakat gen Z yang diwarnai oleh perubahan nilai dan tantangan sosial yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk menggali pentingnya konseling pranikah, metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan penelitian pustaka (<i>library research</i>) untuk mengidentifikasi isu-isu utama yang dihadapi oleh gen Z dalam mempersiapkan diri untuk pernikahan. Temuan menunjukkan bahwa konseling pranikah tidak hanya mempersiapkan secara emosional dan psikologis, tetapi juga membekali individu dengan pengetahuan yang mendalam akan komitmen, tanggung jawab, dan persiapan dalam memasuki kehidupan berumah tangga.

I. PENDAHULUAN

Pernikahan adalah suatu perjanjian yang suci, kuat, dan kokoh untuk hidup bersama secara sah antara seorang laki-laki dengan seorang perempuan untuk membentuk keluarga yang kekal, santun-menyantuni, kasih-mengasihi, tentram dan bahagia (Thalib, 1980). Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Pernikahan menjelaskan bahwa pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria

dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa

Pernikahan merupakan salah satu tahapan penting dalam kehidupan manusia yang membutuhkan persiapan yang matang, baik secara fisik maupun mental. Generasi Z yang saat ini memasuki usia dewasa dan mempertimbangkan untuk menikah dihadapkan pada berbagai

kompleksitas dan tantangan baru, terlebih dengan zaman digital saat ini dimana segala informasi mudah sekali untuk di dapatkan, Menjadikan pengguna sosial mudah terpengaruh dengan suatu bahasan yang sedang ramai diperbincangkan seperti pernikahan.

Di Indonesia terdapat adanya penurunan angka pernikahan yang signifikan dari tahun 2018 hingga tahun 2023. Pada tahun 2018 angka pernikahan tercatat sebanyak 2.016.171 pasangan dan di tahun 2019 turun menjadi 1.968.978 pasangan. Kemudian di tahun 2020 angka tersebut kembali turun menjadi 1.780.346 pasangan, di ikuti tahun 2021 sebanyak 1.742.049 pasangan dan pada tahun 2022 yang mencapai 1.705.348 pasangan. Turunnya angka pernikahan dari tahun ke tahun disinyalir sebab banyaknya generasi muda yang menunda untuk menikah. Tren turunnya angka pernikahan ramai diperbincangkan di berbagai platform media sosial seperti Instagram, X, Tiktok, dan Treads, dimana platform media sosial tersebut mereka dapat berdiskusi, menuangkan opini dan pendapat dengan bebas, khususnya bagi generasi Z. Dalam hal ini konseling pranikah menjadi relevan dan esensial untuk dapat membantu memahami dan mempersiapkan diri menghadapi komitmen hidup bersama.

Konseling pranikah tidak hanya memberikan pemahaman tentang pentingnya membangun hubungan yang sehat dan harmonis, tapi juga memberikan wawasan mendalam mengenai komitmen, peran gender, perbedaan budaya, dan ekspektasi yang mungkin muncul dalam kehidupan berumah tangga. Dalam konteks pendidikan Islam, konseling pra nikah juga memainkan peran penting dalam menanamkan nilai-nilai agama dan moral, serta mempersiapkan individu untuk menjalankan peran sebagai pasangan hidup yang bertanggung jawab dan bermartabat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam mengenai urgensi dan relevansi konseling pra nikah dalam mendukung kesiapan Generasi Z dalam menjalani kehidupan berumah tangga berdasarkan ajaran Islam.

]

II. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah studi pustaka dengan pendekatan deskriptif kualitatif dengan jenis penelitiannya adalah pendekatan kepustakaan (*library research*), yaitu mengumpulkan data atau karya ilmiah yang berkaitan dengan objek penelitian.

Penelitian kepustakaan (*library research*) ialah penelitian yang menggunakan cara untuk mendapatkan data informasi dengan menempatkan fasilitas yang ada seperti buku, majalah, dokumen, catatan kisah-kisah sejarah atau penelitian kepustakaan murni yang terkait dengan obyek penelitian (Abdul Rahman Sholeh).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini menyoroti pentingnya pranikah sebagai langkah yang krusial dalam membekali generasi Z dengan kesiapan mental, emosional, dan spiritual dalam memasuki jenjang pernikahan. Melalui pendekatan konseling yang terdapat nilai-nilai Islam, pranikah tidak hanya mengedepankan persiapan praktis, tetapi juga mendalam pada pemahaman akan tanggung jawab, komitmen, dan nilai-nilai moral yang diperlukan dalam pernikahan. Dari sudut pandang generasi Z, yang cenderung terbiasa dengan teknologi dan keterhubungan digital, pranikah menjadi sebuah platform yang relevan untuk mendiskusikan ekspektasi, nilai-nilai hidup, serta tujuan hidup yang sejalan. Dengan demikian, pranikah bukan sekadar serangkaian sesi konseling, tetapi merupakan wadah bagi generasi Z untuk mengeksplorasi dan memperkuat fondasi kehidupan pernikahan mereka. Dalam konteks Islam, pranikah menegaskan pentingnya membangun fondasi pernikahan yang kuat berdasarkan ketakwaan kepada Allah SWT. Ini mencakup pemahaman mendalam akan peran masing-masing dalam keluarga, sikap saling menghormati, dan upaya bersama dalam menghadapi permasalahan.

Diharapkan bahwa hasil dari pranikah ini akan membawa dampak positif dalam menurunkan angka perceraian di kalangan generasi Z, serta menghasilkan keluarga-keluarga yang harmonis dan berbahagia sesuai dengan ajaran Islam. Beberapa temuan penting dari penelitian ini antara lain:

1. Generasi Z memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap pernikahan namun seringkali merasa khawatir tentang komitmen jangka panjang.
2. Media sosial dan pengaruh teman sebaya memainkan peran signifikan dalam membentuk pandangan generasi Z tentang pernikahan.

3. Konseling pranikah dapat membantu mengatasi kecemasan dan keraguan yang seringkali dialami oleh calon pasangan.
4. Nilai-nilai Islam memberikan panduan yang komprehensif untuk membangun pernikahan yang harmonis dan juga berkelanjutan.

B. Pembahasan

1. Konseling

Konseling merupakan hubungan timbal balik antar dua orang yaitu konselor dan klien untuk menangani masalah klien, yang didukung oleh keahlian konselor dan dalam suasana yang laras dan integrasi, berlandaskan norma-norma yang berlaku dan tujuan bagi klien (Tohirin, 2009). Dalam wawancara proses konseling, klien mengemukakan masalah-masalah yang sedang dihadapinya kepada konselor, dan konselor menciptakan suasana hubungan yang akrab dengan menerapkan prinsip-prinsip dan teknik-teknik wawancara konseling yang dibutuhkan, sehingga masalahnya tersebut terjelajahi dari segala seginya, sehingga klien terdorong untuk mengatasi masalah yang dihadapi dengan menggunakan kekuatannya sendiri (Laela, 2012).

Latar belakang diperlukannya konseling adalah semua orang memerlukan orang lain atau setiap individu tidak bisa lepas dari individu lain oleh karena itu setiap orang pasti membutuhkan orang lain, bahkan bayi yang baru lahirpun tak dapat bertahan hidup tanpa bantuan seorang ibu bahkan ayahnya. Disisi lain manusia dapat hidup dan berkembang tidak terlepas dari faktor lingkungan yang mempengaruhinya, oleh karena itu peranan individu satu dengan individu lain sangat besar.

kehidupan manusia tidak bersifat acak atau tidak teratur, tetapi mengikuti aturan-aturan tertentu, hampir setiap langkah manusia baik secara individu ataupun kelompok mengikuti aturan. Aturan tersebut yang bersumber dari agama, sosial, budaya dan lain-lain, dalam pergaulan bersosialisasi dengan orang lain dan dalam masyarakat, aturan-aturan tersebut semakin diperlukan, sehingga bersama orang lain individu tidak dapat berlaku menyimpang, tetap harus saling menjaga, menghormati keyakinan masing-masing, menghargai pendapat, saling

memberi dan menerima sehingga akan tercipta kehidupan bersama dalam masyarakat.

2. Pernikahan

Pernikahan berasal dari kata “nikah” yang memiliki arti akad atau perjanjian. Dalam Bahasa Arab, arti dari pernikahan yaitu persetubuhan. Pernikahan merupakan prinsip hidup yang paling penting dalam membangun masyarakat. Pernikahan bukan hanya merupakan cara yang mulia untuk mengatur kehidupan keluarga dan keturunan, tetapi juga dapat sebagai cara untuk mengenal dengan menjalin hubungan timbal balik antara orang-orang yang sebelumnya orang lain menjadi sebuah keluarga (Mubasyaroh, 2016).

Pernikahan merupakan suatu ikatan lahir batin antara laki-laki dan perempuan, Allah pun menyebutkan bahwa pernikahan merupakan salah satu tanda Kebesaran Nya yaitu dalam Al-Qur'an surah Az-Zariyat ayat 49

وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

“dan segala sesuatu Kami ciptakan berpasang-pasangan agar kamu mengingat kebesaran Allah”.

Menikah merupakan ikatan yang sakral untuk membentuk sebuah keluarga yang bahagia, dalam pandangan masyarakat pernikahan memiliki tujuan membangun, membina dan memelihara hubungan kekerabatan yang rukun dan damai, hal tersebut selaras dengan yang terdapat dalam surah Ar-Rum ayat 21

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

“dan diantara tanda-tanda kekuasaanNya ialah Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tentram kepadanya, dan dijadikanNya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir”.

Dalam kata *litaskunu ilaiha* di ayat tersebut dijelaskan bahwa tujuan dalam pernikahan adalah agar seseorang merasa tenang, hal apa yang pada pasangan yang

membuatnya tenang, sehingga hal tersebut dijadikan tolak ukur dalam pertimbangan mencari pasangan.

Kemudian dalam surah An-Nisa ayat 21 Allah berfirman bahwa pernikahan bukanlah suatu perjanjian yang biasa, tetapi adalah suatu perjanjian yang kuat.

وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُم إِلَىٰ بَعْضٍ وَآخُذْنَ مِنْكُمْ مِّيثَاقًا عَظِيمًا

Pernikahan bukan hanya menyatukan perempuan dan laki-laki menjadi pasangan manusia, melainkan mengikat tali perjanjian yang suci atas nama Allah, bahwa kedua individu berniat membangun rumah tangga yang sakinah, tenteram, dipenuhi oleh rasa cinta dan kasih sayang (Abdullah & Saebani, 2018). Dengan adanya pernikahan, individu akan merasa tenang dapat melindungi dan di lindungi, ingin di hargai, dan dapat mencurahkan segala isi hatinya kepada pasangannya. Yang perlu di siapkan dalam pernikahan seperti kematangan emosi dan pikiran, sikap toleransi, sikap saling antara suami dan istri, sikap dapat saling menerima dan memberikan cinta kasih, sikap saling percaya dan mempercayai.

3. Pranikah

Harapan dalam hubungan pernikahan adalah sebuah keluarga yang hangat, harmonis, dan bahagia, akan tetapi seringkali terjadi permasalahan yang sulit dihindari seperti ketidakcocokan yang berujung perceraian. Hal tersebut di dukung oleh data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2023 dimana terdapat 408.347 kasus perceraian, penyebab tertingginya terdapat pada faktor perselisihan dan pertengkaran terus menerus sebanyak 251.828 pasangan.

Sehingga pada saat ini, tidak sedikit pasangan calon suami istri yang akan melakukan pernikahan melakukan suatu perjanjian sebagai langkah antisipasi terhadap hal-hal yang tidak diinginkan dalam suatu pernikahan (Dyah Ochtorina Susanti, 2018). Perjanjian pranikah tersebut telah diatur dalam Bab V Undang-Undang No.1 Tahun 1974 pasal 29 yaitu, (1) Pada waktu atau sebelum perkawinan dilangsungkan kedua belah pihak atas persetujuan bersama dapat mengajukan perjanjian tertulis yang disahkan oleh

pegawai pencatat perkawinan, setelah mana isinya berlaku juga terhadap pihak ketiga tersangkut. (2) Perkawinan tersebut tidak dapat disahkan bilamana melanggar batas-batas hukum, agama dan kesusilaan. (3) Perjanjian tersebut dimulai berlaku sejak perkawinan dilangsungkan. (4) Selama masa perkawinan dilangsung perjanjian tersebut tidak dapat diubah, kecuali bila dari kedua belah pihak ada persetujuan untuk mengubah dan perubahan tidak merugikan pihak ketiga.

Pranikah merupakan masa sebelum adanya perjanjian antara laki-laki dan perempuan, tujuannya untuk membangun rumah tangga berdasarkan undang-undang perkawinan agama maupun pemerintah.

4. Konseling Pranikah

konseling pranikah adalah prosedur pelatihan berbasis pengetahuan dan keterampilan yang menyediakan berbagai informasi tentang dunia pernikahan kepada calon pasangan suami istri dimana mereka adalah sebagai konseli, agar mereka dapat berkembang dan mencari solusi dari problematika kehidupan pernikahan yang dihadapinya, sehingga yang diharapkan adalah dapat terwujud kemandirian dan kesejahteraan dalam anggota keluarganya (Wilis, 2009). Konseling pranikah juga disebut dengan pendidikan pranikah, terapi pranikah, maupun program persiapan pernikahan. Dalam proses mengenal, memahami dan menerima tidak hanya dilakukan oleh calon suami dan istri saja, melainkan juga melibatkan keluarga dari kedua belah pihak.

Secara umum, penerapan konseling pranikah dapat dilakukan melalui layanan informasi dan layanan konsultasi. Melalui layanan informasi, individu dapat menerima dan memahami berbagai informasi. Selain itu, layanan ini juga dapat berfungsi sebagai pencegahan dan pemahaman. Layanan konsultasi, merupakan suatu pemberian bantuan dalam memperoleh wawasan, pemahaman, dan cara-cara yang perlu dilakukan dalam menangani kondisi maupun permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh pasangan nantinya.

Tujuan dari konseling pranikah adalah membantu individu yaitu calon pasangan suami maupun istri untuk mencegah

adanya permasalahan yang berkaitan dengan pernikahan, antara lain seperti membantu individu untuk memahami haikikat pernikahan, membantu individu memahami tujuan pernikahan, memahami persyaratan-persyaratan pernikahan, memahami kesiapan dirinya untuk menjalankan pernikahan, Membantu individu melaksanakan pernikahan sesuai dengan ketentuan (syariat) Islam (Faqih, 1994).

Menurut Brammer dan Shostrom yang di kutip Riyadi (2013: 76) tujuan konseling pranikah adalah sebagai berikut: Membantu partner pranikah (klien) dalam mencapai pemahaman yang lebih baik tentang dirinya, masing-masing dari pasangan, tuntutan pernikahan dan agar individu tersebut mempunyai persiapan yang lebih matang dalam menghadapi kehidupan rumah tangga. Meningkatkan kondisi-kondisi yang baik bagi keluarga sehingga memperoleh kesejahteraan dan kebahagiaan, meningkatkan kesadaran tentang potensinya masing-masing individu. Mengembangkan komunikasi yang baik dalam menyelesaikan, memecahkan, dan mengelola persoalan-persoalan yang dihadapinya dengan sebaik-baiknya, sehingga memperoleh kebahagiaan.

Dapat disimpulkan dari uraian tersebut bahwa tujuan bimbingan konseling pranikah adalah membantu pasangan calon pengantin dalam mempersiapkan segala sesuatunya dengan matang baik secara fisik maupun psikis. Selain itu, tujuan dari bimbingan konseling pranikah ini adalah memberikan pemahaman bagi pasangan calon pengantin terkait dengan semua permasalahan dan dapat menyelesaikan permasalahan dengan baik.

Di dalam Islam pun terdapat konseling pranikah Islam yang definisinya adalah, proses pemberian bantuan kepada laki-laki dan perempuan dimana mereka adalah calon suami istri yang tujuannya untuk memberi arahan setelah menikah agar dapat bertahan hidup selaras dengan aturan dan petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat (Thohari Musnamar dkk, 1992). Pemberian bantuan pada calon suami dan istri yang dimaksud adalah bentuk terapi pembekalan berupa pengetahuan mengenai hakikat pernikahan serta membantu calon suami dan istri tersebut memahami

hubungan pernikahan yang kemungkinan diperkirakan masalah dan tantangan akan muncul dalam keluarga. Yang di harapkan dari setelah mendapatkan konseling pranikah diharapkan dapat memperkuat ikatan pernikahan dan dapat memecahkan masalah sendiri (G. Hussen Rasol, 2019).

Terdapat beberapa materi konseling pranikah seperti:

1. Memilih jodoh. Mengingat pernikahan merupakan salah satu bagian terpenting dalam menciptakan keluarga dan masyarakat yang di ridhoi Allah SWT maka dalam memilih calon istri maupun suami, Islam menganjurkan agar berdasarkan segala sesuatunya atas norma agama, sehingga pendamping hidup nantinya mempunyai akhlak maupuun norma yang terpuji (Junaedi, 2001).
2. Pelamaran, melamar merupakan usaha seorang laki-laki untuk meminta kepada seorang perempuan maupun wali dari perempuan untuk bersedia sebagai istrinya, dengan cara-cara tertentu yang berlaku dikalangan masyarakat bersangkutan (Aziz, 1990).
3. Mahar, di dalam Islam mahar adalah hak bagi perempuan, mahar juga merupakan penghormatan hak-hak wanita, khususnya dalam masalah harta, namun mahar tidak ada ketentuan besar dan banyaknya yang pasti, tetapi diserahkan pada kerelaan masing-masing.
4. Syarat dan Rukun Nikah. Pernikahan adalah wadah penyaluran kebutuhan biologis manusia yang wajar dan dibenarkan. Oleh karenanya, pernikahan yang bertujuan untuk kehidupan rumah tangga yang sakinah, mawadah dan rahmah, perlu diatur dengan syarat dan rukun tertentu. Rukun ialah unsur pokok atau tiang dalam setiap perbuatan hukum, sedangkan syarat ialah unsur pelengkapinya, kedua unsur ini dalam perkawinan adalah komponen yang penting karena jika terdapat salah satunya tidak akan sah menurut hukum (Junaedi, 2001).
5. Wali dalam pernikahan. Mayoritas para ulama' berpendapat bahwa perempuan tidak dapat menikahkan dirinya dan tidak pula dapat menikahkan perempuan karena akad pernikahan tidak dianggap terjadi dengan perwalian

mereka itu (Junaedi, 2001). Wali dalam pernikahan dapat dibagi kepada tiga kategori, yaitu wali nasab, wali hakim, dan wali muhakam (Junaedi, 2001).

6. Akad pernikahan disebut juga dengan ijab kabul. Akad perkawinan dilangsungkan antara calon mempelai laki-laki dan wali dari mempelai perempuan yang disaksikan oleh dua orang saksi (Junaedi, 2001)

Dalam metode bimbingan konseling pranikah para ahli membedakan ada empat metode konseling pernikahan, yaitu *concurrent marital counseling*, *collaborative marital counseling*, *conjoint marital counseling*, dan *couples group counseling* (Latipun, 2010: 152).

1. *Concurrent Marital Counseling*, merupakan konseling yang dilakukan secara terpisah antara calon suami dan calon istri, tetapi dengan konselor yang sama. Metode ini digunakan ketika salah seorang *partner* memiliki masalah psikis tertentu untuk dipecahkan tersendiri, selain juga mengatasi masalah yang berhubungan dengan pasangannya. Dalam pendekatan ini, konselor mempelajari masing-masing kehidupan yang dijadikan bahan dalam pemecahan masalah pribadi maupun masalah yang berhubungan dengan pernikahannya.
2. *Collaborative Marital Counseling*, Setiap calon pasangan secara individual menjumpai konselor yang berbeda. Metode konseling ini terjadi ketika seorang calon pasangan lebih suka menyelesaikan masalah hubungan pernikahannya, sementara konselor yang lain menyelesaikan masalah-masalah lain yang juga menjadi perhatian kliennya. Konselor kemudian bekerja sama antara satu sama lain, membandingkan hasil konselingnya dan merencanakan strategi intervensi yang sesuai.
3. *Conjoint Marital Counseling*, calon suami dan istri bersama-sama datang ke satu atau beberapa konselor. Metode konseling ini digunakan ketika kedua calon pasangan dimotivasi untuk bekerja dalam hubungan, penekanan pada pemahaman dan modifikasi hubungan. Konselor secara simultan

melakukan konseling terhadap kedua partner.

4. *Couples Group Counseling*. Beberapa calon pasangan secara bersama-sama datang ke seorang atau beberapa konselor. Metode pendekatan ini digunakan sebagai pelengkap *conjoint counseling*. Metode ini dapat mengurangi kedalaman situasi emosional antara pasangan, selanjutnya mereka belajar memelihara perilaku yang lebih rasional dalam *kelompok*.

Hallen dalam buku Samsul Munir Amin mengemukakan bahwa proses pemberian bantuan *kepada* calon pasangan suami istri melalui wawancara tatap muka antara konselor dengan konseli yang bertujuan agar calon pengantin mampu memperoleh pemahaman pernikahan yang lebih baik terhadap dirinya dan mampu mengarahkan diri mengembangkan potensi untuk memecahkan masalah sesuai dengan keadaan yang dihadapinya agar mencapai kesejahteraan hidup (Amin, 2016). Proses pemberian bantuan bermaksud untuk membantu calon pengantin agar menyadari hakikat dirinya sebagai makhluk Allah Swt, dengan cara menjalankan tuntunan agama dan prosedur konseling yang ada (Agus Riyadi, 2013), agar mampu mencari solusi sendiri dalam keluarga, sehingga tercipta motivasi dalam membangun keluarga yang bahagia dengan kemandiriannya (Silvia Roza, 2018).

5. Generasi Z

Generasi Z mencakup individu yang lahir antara tahun 1995 hingga 2010. Generasi Z merupakan individu yang tumbuh dan berkembang dalam konteks sosial, ekonomi, dan teknologi yang dinamis (Adha & Fuadi Tanjung, 2023). Generasi Z telah berada di barisan depan dalam banyaknya pergeseran sosial dan budaya, yang semuanya telah membentuk pandangan mereka tentang diri dan masyarakat. Generasi Z telah mengalami masa ketidakstabilan ekonomi global, masalah perubahan iklim, komputasi awan dan munculnya perangkat seluler (Corey Seemiller dan Meghan Grace, 2017).

Generasi Z juga menyaksikan berbagai peristiwa penting, seperti krisis ekonomi global 2008 dan pandemi COVID-19.

Perubahan-perubahan ini telah memberikan dampak signifikan pada pandangan dan pengalaman hidup Generasi Z (Zis, et al., 2021). Hal tersebut juga menyebabkan karakteristik yang menonjol dari generasi Z yaitu kekhawatiran yang mereka miliki terhadap berbagai aspek situasi kehidupan (Suharyanti & Hanathasia, 2021)

Menurut studi McKinsey, perilaku Gen Z dapat dikelompokkan ke dalam empat komponen utama berdasarkan dasar yang kuat bahwa Gen Z adalah generasi yang mencari kebenaran. Pertama, Gen Z disebut sebagai "*the undefined ID*", dimana generasi ini menghargai ekspresi setiap individu tanpa memberikan label tertentu. Hal ini membuat Gen Z memiliki keterbukaan yang tinggi untuk memahami keunikan masing-masing individu (Tracy Francis dan Fernanda Hoefel, 2018).

Kedua, Gen Z juga disebut "*the communaholic*," generasi yang sangat inklusif dan tertarik untuk terlibat dalam berbagai komunitas dengan memanfaatkan teknologi canggih untuk memperluas manfaat yang ingin diberikan. Ketiga, Gen Z dikenal sebagai "*the dialoguer*", generasi yang percaya akan pentingnya komunikasi dalam penyelesaian konflik dan bahwa perubahan dapat terjadi melalui dialog. Selain itu, Gen Z terbuka terhadap pemikiran setiap individu yang berbeda dan senang berinteraksi dengan berbagai individu dan kelompok. (Francis dan Hoefel).

Keempat, "*the realistic*", yaitu generasi yang cenderung lebih realistis dan analitis dalam mengambil sebuah keputusan dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Gen Z adalah generasi yang menikmati kemandirian dalam belajar dan mencari informasi, sehingga membuat mereka senang memegang kendali atas keputusan yang mereka pilih. Hal ini sejalan dengan temuan survei yang mengungkapkan bahwa *Gen Y* (sering juga disebut dengan generasi millennial yang lahir pada tahun 1946-1964) dan *Baby Boomers* (sebutan bagi mereka yang lahir antara tahun 1946-1964 atau sekitar usia 60-78 tahun pada tahun 2024) adalah generasi yang cenderung lebih idealis.

Terdapat beberapa karakteristik pada Gen Z antara lain, teknologi yang menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari.

Teknologi sebagai bagian kehidupan sehari-hari Gen Z karena mereka tumbuh serta berkembang di era digital. Para ahli menjelaskan bahwa yang menjadikan teknologi penting bagi kehidupan mereka adalah karena mereka menggunakan teknologi sebagai alat komunikasi dan sosialisai (Turner, 2015).

Multitasking, Generasi Z memiliki kemampuan mengerjakan beberapa hal sekaligus dengan cepat dan efisien, walaupun dengan karakteristik ini membuat mereka cepat lelah dan stress, karakter ini dianggap sebagai karakter Gen Z yang berada di era digital (Shatto & Erwin, 2017). Fleksibel dan adaptif, Gen Z tumbuh di era digital dengan teknologi yang berkembang pesat. Mereka terbiasa dengan lingkungan belajar yang menggunakan teknologi dan metode belajar yang beragam, sehingga mereka mampu beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru (Bulinska-Stangrecka & Naim, 2021). Generasi Z biasanya kurang tertarik dengan pernikahan. Hal ini dikarenakan oleh tingginya angka perceraian pada generasi sebelumnya, yang membuat Generasi Z lebih berhati-hati dalam hal pernikahan. Generasi Z akan lebih sering ditanya kapan mereka berencana untuk menikah, dimana hal ini menyebabkan banyak Generasi Z merasa tertekan, disebabkan karena tidak semua orang dapat memahami kekhawatiran mereka tentang pernikahan.

Sedangkan faktor yang mempengaruhi fenomena Generasi Z menunda pernikahan antara lain adalah mereka lebih memilih untuk menunda pernikahan hingga meraih kesuksesan dalam karir maupun pendidikan (Manlove, 2015). Adanya tekanan lingkungan sosial, dan perubahan nilai sosial yang mempengaruhi keputusan untuk menikah. Generasi Z memiliki pandangan hidup dan gaya hidup yang berbeda dari generasi sebelumnya (Pew, 2014). Di era media sosial saat ini, banyak sekali individu yang membandingkan kehidupan mereka dengan orang lain. Sangat mudah untuk iri dengan pencapaian baik orang lain. Termasuk di dalamnya adalah pernikahan. Terkadang, individu memiliki ekspektasi yang sangat tinggi untuk pasangan masa depan mereka. Namun pada kenyataannya, mereka takut

bahwa pasangan masa depan mereka tidak akan memenuhi ekspektasi atau standar mereka. Hal ini juga yang membuat mayoritas Generasi Z ragu untuk menikah. Ketakutan bahwa kehidupan pernikahan tidak akan indah apa yang ada di sosial media kebanyakan orang (Paul Lim dan Andrew Parker, 2020)

Terdapat sebuah studi dari Institut Gottman menyatakan bahwa 69% konflik dalam hubungan romantis tidak dapat diselesaikan. Khawatir akan mengalami konflik yang parah setelah menikah menyebabkan sebagian besar generasi Z merasa lebih baik tidak terburu-buru dalam menikah tanpa persiapan mental yang baik. Tumbuh di era yang menuntut untuk selalu bisa menyelesaikan segala permasalahan yang ada dengan lebih mandiri, terkadang hal tersebut menyebabkan Generasi Z takut untuk memulai sebuah hubungan karena tidak ingin membebani orang yang dicintainya dengan masalahnya (Pasha, 2019).

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Penelitian ini telah menggaris bawahi tentang bagaimana pentingnya konseling pranikah dalam mempersiapkan generasi Z untuk membangun kehidupan pernikahan yang bahagia. Generasi Z, dengan berbagai karakter yang ditandai oleh keterhubungan digital, dan pandangan yang realistis terhadap pernikahan, membutuhkan dukungan khusus dalam menghadapi tantangan-tantangan dalam membangun keluarga. Konseling pranikah memberikan gambaran yang komprehensif untuk membantu pasangan calon suami istri memahami dinamika hubungan, mengelola konflik, dan membangun komunikasi yang efektif. Dengan mengintegrasikan aspek spiritual, psikologis, dan sosial, konseling pranikah tidak hanya mempersiapkan pasangan secara emosional, tetapi juga memberikan mereka landasan moral yang kuat untuk membangun pernikahan yang sakinah, mawaddah, warahmah.

Kesimpulannya, konseling pranikah merupakan investasi jangka panjang yang sangat penting untuk masa depan generasi Z. Dengan memberikan konseling yang tepat, kita dapat membantu mereka membangun keluarga yang bahagia dan harmonis, serta

berkontribusi pada pembentukan masyarakat yang lebih baik.

B. Saran

Penulis berharap bahwa adanya peningkatan pendidikan dan kesadaran mengenai pranikah di kalangan generasi Z. Hal ini dapat dilakukan melalui program-program khusus di sekolah, perguruan tinggi, dan lembaga-lembaga masyarakat yang menggabungkan aspek-aspek konseling, nilai-nilai Islam, dan persiapan praktis untuk pernikahan. Mengingat generasi Z cenderung terbiasa dengan teknologi, penulis memiliki saran untuk menggunakan teknologi seperti aplikasi mobile atau platform online untuk menyebarkan informasi mengenai pranikah. Ini dapat membantu mencapai khalayak yang lebih luas dan memberikan aksesibilitas yang lebih baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Adhani, A. F., & Aripudin, A. (2024). Perspektif Generasi Z Terhadap Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia. *J-KIs Jurnal Komunikasi Islam*, 5(1), 185-196.
<http://ejurnal.iaipd-nganjuk.ac.id/index.php/jkis/article/view/1001/563>
- Al-Qur'an
- Atabik, A., & Mudhiiah, K. (2014). Pernikahan dan Hikmahnya Perspetif Hukum Islam. *YUDISIA Jurnal Pemikiran Hukum dan Hukum Islam*. 5(2), 1-316.
<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Yudisia/article/view/703/692>
- Devianti, R., & Rahima, R. (2021). Konseling Pra-Nikah Menuju Keluarga Samara, *Educational Guidance and Counseling Development Journal*. 4(2), 73-79.
<https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/EGCDJ/article/view/14572/6887>
- Laela, F. N. (2012). Konseling Perkawinan Sebagai Salah Satu Upaya Membentuk Keluarga Bahagia. *Jurnal Bimbingan dan Koseling Islam*, 2(1), 112-122.
file:///C:/Users/toshiba/Downloads/uinsa_+Journal+manager,+25-88-1-CE.pdf
- Mahfuzhatillah, K. F. (2018). STUDI FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI

- MENUNDA MENIKAH PADA WANITA DEWASA AWAL. *ITTIHAD-Jurnal Pendidikan*, 2(1), 1-9. <http://ejournal-ittihad.alittihadiyahsumut.or.id/index.php/ittihad/article/view/31/25>
- Mansyuroh, F. A. (2022). MUSLIM GENERATION Z AND GLOBALIZED KNOWLEDGE Perceptions of Muslim Generation Z of Banjarmasin on Prenuptial Agreement. *Al-Ahwal Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 15(2), 187-207. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/102057876/1936-libre.pdf?1683710817=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DMUSLIM_GENERATION_Z_AND_GLOBALIZED_KNOWLEDGE.pdf&Expires=1721842000&Signature=JHca-INKtFdNk76aMGIgwloyGtUUZpKGS7B0dZXuh1cgkwcC0buHP~s99~tb3f9KcWK~cJTqEGvG2iFP6PRLU-likCuH5lhzzHulpZn1ISfqYnMvQpXdVGGawDj8o0y26DFGtGFHPn0ZYiFM~vaMA~MFreQE6toalcdMb--7TQCxBnPbY7Y-Mav2EBZNXXK5ynQ1q5hvfNBWiu6Vgk60FzkGxEJpSe0A~Q5PHcprIBboqWKu4AVxQDmyx7wbcOtoutRukoErnX~-OvkiWR05C1JnPwctptj4eqsOcKrkjSOf46Ou1dyg2j8STxJ284Y-wHfVnPg5IAEaNCmAjwi1XQQ_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Munir, M. (2023). Islamic Finance for Gen Z Karakter dan Kesejahteraan Finansial untuk Gen Z: Penerapan Islamic Finance sebagai Solusi. CV. *Green Publisher Indonesia*. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=a9bUEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR7&dq=slamic++Finance++for++Gen++Z++Karakter++dan++Kesejahteraan++Finansial+untuk++Gen++Z++Penerapan++Islamic++Finance++sebagai++Solusi&ots=gsq6N31aoM&sig=V9oONj8haH0y2cpr44xbzD9J9wQ&redir_esc=y#v=onepage&q=slamic%20%20Finance%20%20for%20%20Gen%20%20Z%20%20Karakter%20%20dan%20%20Kesejahteraan%20%20Finansial%20untuk%20%20Gen%20%20Z%3A%20%20Penerapan%20%20Islamic%20%20Finance%20%20sebagai%20%20Solusi&f=true
- Nst, A. M. (2021). Efektifitas Penggunaan Buku Saku Konseling Pranikah Bagi Mahasiswa (Dalam Upaya Meningkatkan Pemahaman Tentang Pernikahan). *EL-AHLI Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 2(1), 46-62. <https://471-Article%20Text-1864-1-10-20210731.pdf>
- Pitrotussaadah, (2022). Konseling Pranikah untuk Membentuk Keluarga Sakinah dan Menekan Angka Perceraian. *Jurnal Perspektif*, 6(1), 25-40. <http://dx.doi.org/10.15575/jp.v6i1.164>
- Riska, H., & Khasanah, N. (2023) Faktor Yang Mempengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z. *INDONESIAN HEALTH ISSUE*, 2(1), 48-53. <https://inhis.pubmedia.id/index.php/inhis/article/view/44/36>
- Triningtyas, D. A. (2017). Konseling Pranikah : Sebuah Upaya Meredukasi Budaya Pernikahan Dini di Kecamatan Pulung Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Konseling Indonesia*, 3(1), 28-32. <https://ejournal.unikama.ac.id/index.php/IKI/article/download/1976/1552>
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan. http://repo.unand.ac.id/2798/1/1974_UU-1-TAHUN-1974_PERKAWINAN.pdf http://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/1893/3/091111044_Bab2.pdf
- Walgito, B. (2017). *Bimbingan dan Konseling Pernikahan*. Andi.
- Yunus, M. A. M. A., & Islamiy, A. (2021). Asas Konseling Pranikah Islam : Perspektif Ilmu Sosial Profetik. *Jurnal Honei*, 3(2), <file:///C:/Users/toshiba/Downloads/1.Hasil+Revisi+Konseling+Pranikah+Athoilah.pdf>
- Zaman, S, N. (2024). Survey Deloitte: Kekhawatiran Gen Z dalam hidup. *AKADEMIK Jurnal Mahasiswa Humanis*, 4(1), 54-62. <https://www.ojs.pseb.or.id/index.php/jmh/article/view/658/517>