

## Kesiapan Mental Calon Pasangan Pengantin Di Kabupaten Kediri

Rohmatul Kholifah<sup>1</sup>, Ikke Yuliani Dhian Puspitarini<sup>2</sup>

Universitas Nusantara PGRI Kediri

rohmatulkholifah090202@gmail.com<sup>1</sup>, ikkeyulianidp@gmail.com<sup>2</sup>

### ABSTRACT

Marriage is a form of bond between a man and a woman with the aim of forming a harmonious family (household) and carrying great responsibility for husband and wife. Obligations such as providing a living, educating children, looking after the family, and others are very important to maintain household stability and prevent divorce. To prevent divorce in the household, it is necessary to be prepared with the level of development of individual maturity both physically, mentally, psychologically and materially in forming a relationship between two individuals and the birth of a child. To achieve a mental readiness for adolescents at the secondary school education level, the Counseling (BK) teacher contributes to conveying strengthening information related to the mental readiness of the prospective bride and groom. BK teachers can help overcome the problems they face, by educating and strengthening information related to the mental readiness of the prospective bride and groom. Marriage readiness is important for individuals who are getting married, so that developmental tasks can be fulfilled. Therefore, it is necessary to have the services of a counseling teacher to form the mental readiness of adolescents who will later become prospective brides and grooms before stepping on the marriage ladder.

**Keywords:** mental readiness, prospective bride and groom

### ABSTRAK

Pernikahan merupakan bentuk ikatan antara seorang pria dan wanita dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang harmonis dan membawa tanggung jawab besar bagi suami dan istri. Kewajiban - kewajiban seperti nafkah, mendidik anak, menjaga keluarga dan lainnya sangat penting untuk menjaga kestabilan rumah tangga dan mencegah perceraian. Untuk mencegah adanya perceraian dalam berumah tangga perlu kesiapan dengan tingkat perkembangan kematangan individu baik fisik, mental, psikologis dan materi dalam membentuk hubungan antara dua individu serta lahirnya seorang anak. Untuk mencapai suatu kesiapan mental pada remaja di jenjang pendidikan sekolah menengah, guru Bimbingan Konseling (BK) turut andil menyampaikan penguatan informasi berkaitan tentang kesiapan mental calon pengantin. Guru BK dapat membantu mengatasi permasalahan yang dihadapinya, dengan edukasi dan penguatan informasi berkaitan tentang kesiapan mental calon pengantin. Kesiapan menikah merupakan hal yang penting bagi individu yang akan menikah, agar tugas perkembangan dapat terpenuhi. Oleh karena itu, perlu adanya layanan dari guru BK untuk membentuk kesiapan mental remaja yang nantinya menjadi calon pasangan pengantin sebelum menginjak pada jenjang pernikahan.

**Kata Kunci:** kesiapan mental, calon pasangan pengantin

## PENDAHULUAN

Menurut Kirana (2016), pernikahan merupakan ikatan lahir batin antara seorang perempuan dan laki – laki yang bukan muhrim (mahrom) satu sama lain, dengan tujuan membina suatu rumah tangga yang sakinah (bahagia), mawaddah (penuh kasih sayang), dan warahmah (penuh kasih sayang dan belas kasihan). Pernikahan adalah langkah penting dalam agama dan budaya banyak masyarakat di dunia. Memasuki masa dewasa manusia normal pasti memiliki keinginan untuk berkeluarga. Keinginan tersebut bisa terjadi jika ada pasangan calon pengantin yang sebelumnya telah menjalin hubungan dan telah memantapkan diri untuk menikah. Untuk menuju keinginan tersebut tentunya banyak persiapan yang ditempuh, salah satunya mendaftarkan diri ke Kantor Urusan Agama (KUA). Pada kesempatan ini KUA yang kami jadikan penelitian adalah KUA Kecamatan Badas.

Menurut Karim (2019), bagi pasangan yang sudah menikah, keutuhan rumah adalah impian. Keutuhan ini dapat diwujudkan dan dicapai dengan kerjasama dan komunikasi yang baik antara suami istri dan seluruh anggota keluarga. Komunikasi yang buruk antara mereka berdua sebagian besar harus disalahkan untuk faktor - faktor seperti kurangnya kesiapan mental dan perselisihan antara suami dan istri pada pernikahan. Masalah keluarga dan pernikahan seringkali sangat rumit, bervariasi dari masalah kecil hingga besar. Pertengkaran kecil menyebabkan perceraian, kehancuran keluarga dan yang menjadi latar belakang terciptanya "*broken home*". Kesalahan awal yang dibuat selama fase pra-pernikahan atau kesalahan awal yang dibuat saat membangun rumah tangga. Menjalani bahtera kehidupan rumah tangga juga dapat menyebabkan masalah ini.

Menurut Fauzi (2022), untuk mencapai suatu kesiapan mental pada remaja di jenjang pendidikan sekolah menengah, guru Bimbingan Konseling (BK) turut andil menyampaikan penguatan informasi berkaitan tentang kesiapan mental calon pengantin. Untuk mencapai suatu kesiapan mental pada remaja di jenjang pendidikan sekolah menengah, guru Bimbingan Konseling (BK) turut andil menyampaikan penguatan informasi berkaitan tentang kesiapan mental calon pengantin.

Harsanti & Verasari (2013) menyatakan permasalahan yang timbul seperti, kenakalan remaja, pergaulan bebas disebabkan karena kurangnya kasih sayang dari orang tua dan juga disebabkan dari perceraian. Permasalahan di atas bisa menyebabkan hilangnya kendali seorang remaja. Sehingga guru BK perlu memberikan edukasi yang sangat fokus terhadap permasalahan yang melatarbelakangi hal tersebut, dengan cara memberikan layanan informasi berupa yaitu membantu supaya siswa bisa mempertimbangkan atau memutuskan suatu hal secara tepat tentang masalah pribadi, sosial, belajar, ataupun karir karena informasi yang diperoleh sudah cukup. Pemberian layanan informasi fungsinya adalah pencegahan dan pemahaman. yang memberi informasi mengenai



pemahaman kesiapan mental sebelum menginjak ke pernikahan agar tidak terjadi perceraian yang lebih melonjak dan kasus broken home yang lebih tinggi lagi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pengertian Kesiapan

Menurut Slameto (2010), "Kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang atau individu yang membuatnya siap untuk menanggapi atau menjawab dengan cara tertentu terhadap suatu situasi dan kondisi yang dihadapi. Menurut Dalyono (2010), juga berarti "kesiapan adalah kemampuan fisik dan mental yang cukup. Kesiapan fisik berarti tenaga yang cukup dan kesehatan yang baik, sedangkan kesiapan mental berarti memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan suatu kegiatan".

Kemampuannya untuk mencerna dan menguraikan kembali informasi - informasi yang bersifat akademis, misalnya dalam karangan - karangan yang sifatnya orisinal. Risa dan Mauliddin (2022) menyatakan kecerdasan emosional mencakup pengendalian diri, semangat, dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak lebih - lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, untuk membaca perasaan terdalam orang lain (empati) dan berdoa, untuk memelihara hubungan dengan sebaik - baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta untuk memimpin. Kemampuan mengelola emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaannya sendiri sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilakunya secara wajar.

### Mental

Menurut Ariadi (2019), kata "mental" diambil dari bahasa Yunani pengertiannya sama dengan psyche dalam bahasa Latin yang artinya psikis, jiwa atau kejiwaan. Jadi istilah mental hygiene dimaknakan sebagai kesehatan mental atau kesehatan jiwa.

Terdapat berbagai cara dalam memberikan pengertian mental yang sehat yaitu :

a. Sehat mental karena tidak mengalami gangguan mental

Pengertian ini bersifat dikotomis, bahwa orang itu berada dalam keadaan sehat atau sakit psikisnya. Jika tidak ada masalah psikologis sedikit pun, seseorang dianggap sehat; jika ada, mereka dianggap dalam kondisi kesehatan yang buruk. Dengan kata lain, baik yang sehat mental maupun yang sakit jiwa mudah dibedakan menurut kategorinya masing-masing. Seseorang tidak dianggap sehat jika ada gangguan kecil saja, menurut definisi kata "sehat", yaitu "bebas dari gangguan".

b. Sehat mental jika tidak sakit akibat adanya stressor

Menurut Notosoedirjo pengertian ini sangat menekankan pada kemampuan individual merespon lingkungannya. Pemahaman Clausen masih banyak dikritik, terutama dalam hal kapasitas seseorang untuk bereaksi terhadap stres, meskipun faktanya sedikit lebih canggih

daripada konsep biner sehat atau sakit. Argumen yang dipermasalahkan menyatakan bahwa kerentanan seseorang terhadap stres berbeda tergantung pada faktor genetik, kognitif, dan budaya. Selain itu, pengalaman stresor setiap orang bervariasi dalam intensitas, sehingga sulit untuk menentukan apakah mereka tahan atau tidak. Oleh karena itu pemahaman ini dianggap tidak memadai.

- c. Sehat mental jika sejalan dengan kapasitasnya dan selaras dengan lingkungannya

Menurut Michael dan Patrick, mereka yang sehat secara mental bebas dari gejala psikiatri dan tampil terbaik dalam situasi sosial. Kedua elemen individu dan lingkungan diperhitungkan dalam perspektif ini. Jika memungkinkan, orang yang sehat mental dapat hidup selaras dengan lingkungannya.

- d. Sehat mental karena tumbuh dan berkembang secara positif

Frank merumuskan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang kesehatan mental dan mengambil pendekatan "positif" untuk subjek. Menurut Frank, seseorang yang sehat mental terus berkembang, tumbuh, dan matang dalam hidup, menerima tanggung jawab dan menemukan penyesuaian (tanpa menimbulkan biaya yang tidak semestinya untuk dirinya sendiri atau masyarakat) dengan mengambil bagian dalam menegakkan norma-norma dan perilaku sosial dalam hidupnya budaya

### **Pengertian Kesiapan Mental**

Kesiapan Mental adalah keseluruhan kondisi seseorang yang membuatnya siap untuk memberikan respon terhadap sesuatu yang berhubungan dengan batin dan karakter seseorang tetapi tidak bersifat jasmani. Menurut Alfendho (2021) kesiapan mental yaitu suatu titik kematangan psikis untuk menerima dan mempraktekkan tingkah laku tertentu. Dipertegas oleh Good kesiapan mental dan sebagai sesuatu kemauan/keinginan tertentu yang tergantung pada tingkat kematangan, pengalaman, dan emosi. Kesiapan menunjukkan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang dimiliki seseorang dalam kaitannya dengan keadaan berikutnya yang akan dicapai oleh seseorang. Kesiapan mental pada aspek afektif, aspek kognitif, dan aspek psikomotorik. Indikator - indikator yang digunakan adalah

- mempunyai pertimbangan yang logis,
- mempunyai kemauan dan kemampuan untuk bekerja sama,
- mempunyai keberanian untuk bertanggungjawab,
- mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri,
- selalu berusaha untuk mendapatkan kemajuan, dan
- mampu mengendalikan emosi.

Para remaja di sekolah dengan cepat menemukan bahwa dia adalah termasuk belajar, rata - rata atau yang lambat dibandingkan dengan teman - teman lainnya. Di kebanyakan sekolah bobot penilaian lebih ditekankan pada prestasi intelektual yang memungkinkan seseorang untuk mempelajari tugas

- tugas akademis daripada semua aspek kehidupan dan kepribadian anak. Di sekolah yang biasa para remaja menggunakan dan menguji kekuatan - kekuatan mentalnya dalam situasi kompetisi yang tinggi, dimana pengujian terakhir daripada nilai seorang siswa adalah kemampuannya untuk mencerna dan menguraikan kembali informasi - informasi yang bersifat akademis, misalnya dalam karangan - karangan yang sifatnya orisinal. Risa dan Mauliddin (2022) menyatakan kecerdasan emosional mencakup pengendalian diri, semangat, dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak melebihi - lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, untuk membaca perasaan terdalam orang lain (empati) dan berdoa, untuk memelihara hubungan dengan sebaik - baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta untuk memimpin. Kemampuan mengelola emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaannya sendiri sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilakunya secara wajar.

### **Pengertian Calon Pasangan Pengantin**

Menurut Khoerunnissa (2022), calon pengantin merupakan pasangan laki - laki dan perempuan yang akan segera hidup bersama dalam mahligai rumah tangga dan membentuk keluarga dalam ikatan. Masalah pra nikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah akan segera menjalani proses konsepsi. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh kondisi sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Kesehatan prakonsepsi menjadi sangat penting untuk diperhatikan termasuk status gizinya, terutama dalam upaya mempersiapkan kehamilan karena akan berkaitan erat dengan outcome kehamilan (Paratmanitya & Hadi, 2012).

Menurut Ziaulhaq (2022), calon pengantin adalah seorang laki-laki dan seorang perempuan yang akan melaksanakan pernikahan dan sudah mendaftarkan pernikahannya di KUA Kecamatan. Komunikasi bimbingan perkawinan terhadap calon pengantin merupakan langkah untuk memberi bekal keilmuan, pemahaman, ketrampilan dan penumbuhan kesadaran kepada calon pengantin tentang kehidupan rumah tangga dan keluarga, sehingga bimbingan perkawinan ini adalah langkah yang dilakukan oleh pemerintah (Kementrian Agama) untuk memberi bekal terhadap calon pengantin dalam menghadapi kehidupan rumah tangga. Keberhasilan komunikasi bimbingan perkawinan yang dilakukan terhadap calon pengantin dapat dipengaruhi oleh beberapa sebab. Sebab tersebut berasal dari peserta bimbingan perkawinan tersebut dan sebab dari luar atau faktor eksternal.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil yang sudah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa informasi dari guru BK dapat membantu calon pasangan pengantin untuk memiliki kesiapan mental dalam menjalani jenjang pernikahan. Selain itu, persiapan kesiapan mental tersebut meliputi aspek fisik, mental, psikologis, dan materi yang harus dipersiapkan sebelum memasuki kehidupan pernikahan guna mengurangi tingkat perceraian. Adapun saran dari penulis terhadap masalah ini yaitu sebelum menikah perlu adanya persiapan fisik maupun mental agar layanan informasi yang sudah diberikan dari guru BK dapat diterapkan dengan baik oleh siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- KIRANA, N. (2016). *Hubungan Layanan Konseling Bp4 Pada Pasangan Calon Pengantin Dengan Kesiapan Mental Dan Fisik Pranikah Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Tahun 2016* (Doctoral dissertation, Universitas PGRI Yogyakarta).S. Wilis, Sofyan. 2019. *Konseling Keluarga*. Bandung : Alfabeta.
- Hamdi Abdul Karim (2019). "Manajemen Pengelolaan Bimbingan Pra Nikah Dalam Mewujudkan Keluarga Sakinah Mawaddah Wa Rahmah," *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Dalyono. 2005. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Norosoedirjo Moeljono, dan Latipun. 2002. *Kesehatan Mental (Konsep Penerapannya)*. UMM Press, Malang.
- Ziaulhaq, W. (2022). Bentuk Komunikasi Bimbingan Perkawinan (Binwin) Terhadap Calon Pengantin. *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara*.
- Harsanti, I., & Verasari, D. G. (2013). Kenakalan pada remaja yang mengalami perceraian orang tua. *Prosiding Pesat*.
- Ariadi, P. (2019). Kesehatan mental dalam perspektif Islam. *Syifa'MEDIKA: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*.
- Fauzi, M. (2022). *Peran Lembaga Pendidikan Formal Dalam Mencegah Perkawinan Dini Studi Kasus Smk N 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Alfendho, A. (2021). *Pengaruh Motivasi Belajar Dan Kesiapan Mental Siswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas XI SMAN 4 Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Risa, F., & Mauliddin, M. (2022). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Keterampilan Berpikir Kritis Pada Pembelajaran Matematika Siswa di Madrasah Tsanawiyah. *Jurnal of Math Tadris (jMt)*, 2(2), 97-105.
- Khoerunnissa, A. (2022). *Bimbingan Konseling Islam Terhadap Calon Pengantin Di Kantor Urusan Agama (Kua) Kesambi Kecamatan Kesambi Kota Cirebon* (Doctoral dissertation, IAIN SYEKH NURJATI. S1 BKI).