

## Konseling Pranikah Untuk Siswa SMA Sebagai Upaya Preventif Perceraian Akibat Perselingkuhan

Fithri Choirunnisa<sup>1</sup>, Dina Damayanti<sup>2</sup>, Amelia Putri<sup>3</sup>, Nurharisyah Hasibuan<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary, Padangsidempuan, Indonesia

**Abstrak:** Masalah terbanyak dalam pernikahan yang berujung perceraian adalah perselingkuhan. Perselingkuhan di jaman sekarang, sudah tidak lagi memandang jenis kelamin, usia pernikahan, latar belakang keluarga, pekerjaan, profesi, bahkan agama. Perkembangan ini menjadikan Indonesia sebagai negara nomor dua di Asia dengan kasus perselingkuhan terbanyak di dunia. Untuk mencegah kemungkinan terjadinya peningkatan jumlah perceraian akibat perselingkuhan, dapat dilakukan kontrol sosial melalui proses preventif jangka panjang dengan program konseling pranikah kepada siswa remaja usia SMA yang notabene salah satu tugas perkembangannya adalah mempersiapkan diri (fisik dan psikis) dalam menghadapi pernikahan dan kehidupan keluarga. Melalui konseling pranikah untuk usia remaja, proses bimbingan dan dukungan moral yang diberikan jauh hari sebelum pernikahan, dapat membantu remaja yang kelak akan menikah, untuk terlebih dahulu terampil dalam memahami kepribadian diri sendiri dan lawan gender, agar berproses dalam mempersiapkan mental dan spiritual untuk menciptakan kehidupan pernikahan yang sehat dan bahagia. Kegiatan konseling pranikah membahas berbagai aspek antara lain urgensi komunikasi, manajemen konflik, nilai-nilai, peran dan tanggung jawab dalam pernikahan, serta persiapan untuk menghadapi berbagai perubahan penting dalam kehidupan.

**Kata Kunci:** Konseling, Pranikah, Siswa SMA, Perceraian, Perselingkuhan

**Abstract:** *The most common problem in marriage that ends in divorce is infidelity. Infidelity nowadays no longer looks at gender, age at marriage, family background, job, profession, or even religion. This development makes Indonesia the number two country in Asia with the most cases of infidelity in the world. To prevent the possibility of an increase in the number of divorces due to infidelity, social control can be carried out through a long-term preventive process with a premarital counseling program for high school-age teenage students, one of whose developmental tasks is to prepare themselves (physically and psychologically) for marriage and family life. Through premarital counseling for teenagers, the process of guidance and moral support provided long before the wedding, can help teenagers who will later marry, to first be skilled in understanding their own personality and that of the opposite gender, so that they can proceed in preparing themselves mentally and spiritually to create a life. healthy and happy marriage. Premarital counseling activities discuss various aspects, including the urgency of communication, conflict management, values, roles and responsibilities in marriage, as well as preparation for facing various important changes in life.*

**Keywords:** *Counseling, Premarital, High School Students, Divorce, Infidelity*

### Penulis Korespondensi:

Fithri Choirunnisa Siregar  
Fithrich@uinsyahada.ac.id

## Pendahuluan

Siapa saja yang sudah menikah pasti mendambakan pernikahan yang membawa kesejahteraan dan kebahagiaan. Pernikahan terdiri dari dua orang yang memutuskan bersatu dalam ikatan sah dalam agama dan negara, yang masing-masing memiliki kepribadian dan latar belakang keluarga yang berbeda. Tak mengherankan jika seiring waktu, kenyataan hidup tak seiring sejalan dengan angan-angan pasangan sebelum menikah. Masalah demi masalah datang silih berganti, yang jika tidak segera diselesaikan dengan baik, akan menumpuk dan menimbulkan masalah baru antar pasangan, dapat menyebabkan keharmonisan rumah tangga perlahan surut bahkan hilang tanpa jejak. Jika hal ini terjadi, akan ada salah satu pasangan atau bahkan keduanya yang berusaha mengalihkan kegelisahan tanpa menyelesaikan masalah dengan membuka peluang timbulnya perselingkuhan.

Perselingkuhan menjadi mimpi buruk bagi pernikahan mana pun. Akhir-akhir ini, perselingkuhan yang merupakan gejala sosial “arus bawah” (undercurrent)<sup>1</sup> menjadi topik pembicaraan yang cukup menarik dikalangan masyarakat dan media sosial. Angka perceraian akibat perselingkuhan setiap tahunnya mengalami peningkatan yang cukup drastis. Berdasarkan data yang dikeluarkan BPS, terdapat 516.344 kasus perceraian yang terjadi di tahun 2022, dimana jumlah tersebut meningkat 15,3% dari tahun sebelumnya yang tercatat sebanyak 447.743 kasus. Ada beberapa faktor yang melatarbelakangi keputusan berpisah, seperti faktor ekonomi, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), berpindah agama hingga perselingkuhan. Namun faktor yang paling banyak menyebabkan perceraian adalah perselisihan dan pertengkaran secara terus menerus yang diakibatkan kehadiran pihak ketiga<sup>2</sup> yaitu perselingkuhan.

Perselingkuhan tidak memandang jenis kelamin, usia pernikahan, latar belakang keluarga, pekerjaan, profesi, bahkan agama. Penelitian tentang perselingkuhan menunjukkan bahwa laki-laki lebih cenderung melakukan perzinahan dibanding perempuan.<sup>3</sup> Mirisnya, perselingkuhan menjadi momok yang menakutkan pada pasangan yang menikah, bahkan bagi pasangan yang awalnya merasa sangat yakin akan selalu setia dan tidak akan pernah selingkuh atau diselingkuhi pasangannya, masih memiliki kemungkinan melakukan perselingkuhan emosional dengan rekan kerja atau bahkan orang yang baru dikenal sekalipun. Beberapa perkembangan terbaru mengenai fenomena kasus perselingkuhan didapatkan informasi, antara lain Psikolog Briony Leo<sup>4</sup> menyatakan “Penelitian memberitahu kita bahwa rata-rata, sekitar 20% pria tidak setia kepada pasangannya, dibandingkan 13% wanita” dikutip dari laman Brides, Rabu 4 Januari 2023. Informasi ini di perparah dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa “orang-orang yang berselingkuh pada hubungan pertama akan terus selingkuh di hubungan berikutnya”<sup>5</sup>. Termasuk survey yang dilakukan aplikasi *just dating* yang mematahkan informasi sebelumnya dengan menyatakan bahwa di negara Indonesia ditemukan bahwa perempuan lebih banyak yang melakukan perselingkuhan ketimbang laki-laki, dan menjadikan Indonesia menjadi negara nomor dua di Asia dengan kasus perselingkuhan terbanyak<sup>6</sup>. Sehingga era emansipasi wanita sekarang dapat dipahami bahwa pria dan wanita dapat terlibat dalam perselingkuhan dengan tingkat yang sama.

Ketika pasangan sudah menikah, maka tanggung jawab ada di pundak masing-masing untuk memelihara dan mempertahankan rumah tangganya agar harmonis sampai akhir hayat. Ada batasan privasi yang harus dihadapi oleh setiap pasangan karena perselingkuhan adalah aib keluarga. Akan tetapi, kesempatan masih terbentang luas bagi generasi muda yang belum menikah untuk mempersiapkan mental dan spiritual yang kuat saat sudah waktunya menjalani pernikahan. Seberat apapun masalah yang dihadapi, jika masing-masing pasangan sama memiliki mental dan iman yang kuat untuk memperjuangkan rumah tangganya, maka harapan untuk menjalankan rumah tangga yang sakinah, mawaddah dan warahmah masih akan terus dapat diraih secara optimis. Hal ini menjadi

<sup>1</sup> Sadath Ode Arwa dkk. *Fenomenologi Persepsi Pelaku Perselingkuhan Undercurrent dalam Pernikahan Analisis Enklarandes Verstehen*. <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/communicology/article/view/34789> diakses pada tanggal 23 Maret 2024.

<sup>2</sup> Selvy Maria Widuhung. *Komunikasi Interpersonal Suami Istri Mengenai Perselingkuhan Pasca Menyaksikan Webseries Layangan Putus*. <https://repository.bsi.ac.id/repo/files/379568/download/Jurnal-Komunikasi-Interpersonal-Layangan-Putus-KOMUNIKATA57.pdf>

<sup>3</sup> Sumiyati. *Psikolog Ungkap Persentase Pria Dan Wanita Yang Selingkuh, Lebih Banyak Mana?* <https://www.viva.co.id/gaya-hidup/inspirasi-unik/1562156-psikolog-ungkap-persentase-pria-dan-wanita-yang-selingkuh-lebih-banyak-mana>, diakses pada tanggal 23 Maret 2024

<sup>4</sup> Ibid. Sumiyati

<sup>5</sup> Linda. *Studi : Ini faktor yang prediksi perselingkuhan di masa depan*. 02 Oktober 2023. <https://www.cnbcindonesia.com/lifestyle/20231002044748-33-476871/studi-ini-faktor-yang-prediksi-perselingkuhan-di-masa-depan>

<sup>6</sup> Panji. *Hasil Survey ini Sebut Perempuan Indonesia Lebih Banyak Melakukan Selingkuh Ketimbang Laki-laki*. 18 Februari 2023. <https://wartakota.tribunnews.com/tag/survei-aplikasi-just-dating>

penting untuk dilakukan, sebagaimana yang telah dinyatakan oleh Hurlock bahwa pada tahun-tahun awal kehidupan, memberikan pengaruh terpenting terhadap perilaku sosial dan sikap pada masa-masa selanjutnya.<sup>7</sup> Harapan ini terus dijalankan melalui program Bimbingan Pranikah, seperti yang biasa dilakukan pada KUA di daerah setempat di Indonesia.

Bimbingan pranikah secara umum adalah suatu proses bantuan sosial berupa penyuluhan, pertolongan yang di berikan kepada calon pasangan pengantin sebelum melaksanakan pernikahan agar memperoleh kesejahteraan dan kebahagiaan dalam perkawinan dan kehidupan berkeluarga. Dalam program bimbingan pranikah, calon pengantin akan diberikan bimbingan tentang bagaimana mewujudkan keluarga sakinah, mawaddah warohmah dengan memberikan pemahaman tentang bagaimana cara mengelola dinamika perkawinan dan keluarga, cara memenuhi kebutuhan keluarga, cara menghadapi konflik dalam keluarga, cara menjaga kesehatan reproduksi keluarga, serta cara menciptakan generasi yang berkualitas.<sup>8</sup>

Bimbingan Pranikah sebaiknya tidak hanya dilaksanakan hanya menjelang pernikahan saja, tetapi perlu dilakukan jauh hari agar bersifat preventif (pencegahan). Usia remaja khususnya pada taraf Pendidikan Sekolah Menengah Atas sudah cukup banyak terjadi pernikahan dini dengan masalah yang berujung perceraian. Hal ini menyebabkan para remaja menjadi layak untuk mendapatkan pemahaman awal yang kritis tentang apa makna pernikahan yang bahagia, bagaimana mempersiapkan kematangan fisik, mental dan spiritual, serta hal-hal apa saja yang dapat dihindari ketika menjalani status dalam pernikahan<sup>9</sup>. Oleh karena itu, terlebih dahulu kita perlu mempelajari urgensi Bimbingan Pranikah melalui Konseling Pranikah dalam meraih pemahaman remaja agar harapan untuk menjalankan rumah tangga yang sakinah, mawaddah dan warahmah dapat diraih secara optimis.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang dan perilaku yang dapat diamati. Robert C. Bogdan dan Steven J. Taylor mengemukakan bahwa metode kualitatif adalah "prosedur-prosedur riset yang menghasilkan data kualitatif yang berisi ungkapan atau catatan informan atau tingkah laku mereka yang diobservasi".<sup>10</sup>

## Hasil dan Pembahasan

### Konseling Pra-Nikah

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yakni "*consilium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" yang dirangkai dengan "menerima" atau "memahami". Sedangkan dalam bahasa Anglo Saxon, istilah konseling berasal dari kata "*sellan*" yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan".<sup>11</sup> *American Counseling Association* mendefinisikan konseling sebagai hubungan profesional yang memberdayakan keberagaman individu, keluarga, dan kelompok untuk mencapai kesehatan mental, kesehatan, pendidikan, dan tujuan karir<sup>12</sup>. Selain itu, *Division of Counseling Psychology*, konseling adalah proses yang dapat membantu individu untuk mengatasi hambatan-hambatan perkembangan dirinya dan untuk mencapai perkembangan kemampuan pribadi yang dimilikinya secara optimal.

Konseling merupakan salah satu teknik bimbingan. Melalui metode ini upaya pemberian bantuan diberikan secara individu dan langsung tatap muka (berkomunikasi) antara pembimbing (konselor) dengan klien. Dengan perkataan lain pemberian bantuan yang dilakukan melalui hubungan yang bersifat *face to face relationship* (hubungan empat mata), yang dilaksanakan dengan wawancara antara pembimbing (konselor) dengan klien. Masalah-masalah yang dipecahkan melalui teknik konseling, adalah masalah-masalah yang bersifat pribadi, termasuk dalam masalah pernikahan. Konseling juga merupakan suatu proses pelayanan yang melibatkan kemampuan Profesional (Psikolog, Konselor, Pekerja Sosial, Penyuluh) pada pemberi pelayanan dan sekurangnya melibatkan

<sup>7</sup> Nur Hotimah. *Parenting Skills Dalam Program Bimbingan* ..... [328901862.pdf \(core.ac.uk\)](https://core.ac.uk/doi/10.32890/1862)

<sup>8</sup> Ibid. Nur Hotimah.

<sup>9</sup> *Modul untuk Fasilitator, Menjadi Orangtua Dambaan Anak. Modul Parenting Skills Bagian 1*. UNICEF dan Badan Pemberdayaan Perempuan dan KB. 2015

<sup>10</sup> Robert C. Bogdan dan Steven J. Taylor, *Kualitatif Dasar-dasar Penelitian*, Ed. A. Khozin Afandi (Surabaya: Usaha Nasional, 2007), hlm. 30.

<sup>11</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Pusat Perbukuan Depdikbud, 1999), hlm.99-106.

<sup>12</sup> Kamelia Husen. [http://eprints.undip.ac.id/55426/3/Kamelia\\_Husen\\_22010113140120\\_Lap.KTI\\_Bab2.pdf](http://eprints.undip.ac.id/55426/3/Kamelia_Husen_22010113140120_Lap.KTI_Bab2.pdf)

pula orang kedua, penerima layanan, yaitu orang yang sebelumnya merasa nyata-nyata tidak dapat berbuat banyak dan setelah mendapatkan layanan menjadi dapat melakukan sesuatu.

Selanjutnya Pranikah menjelaskan bahwa kata pra dalam “Kamus Besar Bahasa Indonesia” (KBBI) merupakan awalan yang berarti “sebelum”. Sedangkan pengertian nikah dalam “Kamus Besar Bahasa Indonesia” adalah perjanjian antara seorang pria dan seorang wanita untuk menjadi suami istri didalam sebuah keluarga baru. Sebelum melaksanakan pernikahan perlu adanya melaksanakan bimbingan pranikah dalam bentuk tanya jawab/konseling agar pasangan baru dapat mempersiapkan diri untuk kehidupan berumah tangga nantinya serta bisa mewujudkan keluarga sakinah. Pasangan muda sangat membutuhkan konseling terutama untuk memperjelas harapan-harapan pada pernikahannya dan keterampilan memperkuat hubungan sebelum menikah. Fungsi dari layanan pranikah ini yaitu untuk turut dalam menjalankan misi dari Badan Penasehat Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) yaitu mencegah atau mengurani angka perceraian<sup>13</sup>.

Konseling pranikah memungkinkan calon pasangan secara seimbang untuk melakukan diskusi yang aman, serius dan sukses mengenai keyakinan, nilai-nilai kehidupan, tujuan hidup dalam berkeluarga, harapan-harapan dalam hidup, anak-anak, peran, keuangan dan mengungkapkan kebenaran tentang hal-hal pribadi yang harus diketahui oleh masing-masing pasangan calon pengantin. Dalam konseling pranikah, pasangan calon pengantin akan belajar mengenai keterampilan yang bagaimana agar dapat tercipta komunikasi yang efektif dan dapat meresolusi konflik.

Tujuannya adalah untuk meningkatkan hubungan sebelum pernikahan sehingga dapat berkembang menjadi hubungan pernikahan yang stabil dan memuaskan. Konseling pranikah akan membekali pasangan dengan kesadaran akan masalah potensial yang dapat terjadi setelah menikah, dan informasi serta sumber daya untuk secara efektif mencegah atau mengatasi masalah-masalah tersebut hingga pada akhirnya dapat menurunkan tingkat ketidakbahagiaan dalam pernikahan dan perceraian. Manfaat yang dapat diperoleh melalui konseling pranikah. Diantaranya: 1) Mempermudah penyatuan visi; 2) Konseling pranikah dapat membantu memahami kultur keluarga pasangan; 3) Konseling pranikah juga mampu mengurangi risiko perceraian.

### Siswa Sekolah Menengah Atas

Masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Tugas pokok remaja adalah mempersiapkan diri secara matang ketika memasuki masa dewasa<sup>14</sup>. Definisi remaja (*adolescence*) menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) tahun 2007 adalah periode usia antara 10 sampai 19 tahun. Sedangkan Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) menyebut kaum muda (*youth*) untuk usia antara 15 sampai 24 tahun. Sementara itu, menurut *The Health Resources and Services Administrations Guidelines* Amerika Serikat, rentang usia remaja adalah 11-21 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun); remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun).<sup>15</sup>

Masa remaja memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Menjalin hubungan yang baru dan lebih matang dengan teman sebaya baik sesama jenis maupun dengan lawan jenis merupakan salah satu tugas perkembangan tersebut. Individu yang telah menikah di usia remaja akan dianggap dan diperlakukan sebagai orang dewasa seutuhnya, remaja tidak lagi menghadapi tugas perkembangan remaja namun sudah berganti kepada tugas perkembangan dewasa. Remaja yang menikah pada usia 18-19 tahun juga akan memasuki dunia orang dewasa dan mengalami masa remaja yang diperpendek.<sup>16</sup> Terdapat dua konsep perkembangan remaja, yaitu *nature* dan *nurture*. Bawaan (*nature*) merujuk pada warisan biologis organisme, sedangkan pengasuhan (*nurture*) merujuk pada pengalaman lingkungan. Menurut Havighurst, ada tugas-tugas yang harus diselesaikan dengan baik pada setiap periode perkembangan.<sup>17</sup>

Tugas perkembangan adalah hal-hal yang harus dipenuhi atau dilakukan oleh remaja dan dipengaruhi oleh harapan sosial, jika berhasil maka remaja akan bahagia dan sebaliknya jika tidak berhasil menyelesaikan tugasnya, remaja akan mengalami hambatan pada tahap tugas perkembangan selanjutnya yaitu di masa dewasa. Deskripsi tugas perkembangan berisi harapan

<sup>13</sup> Chica Syahriani. Pelaksanaan Bimbingan Pranikah bagi Calon Pengantin. Skripsi. Halaman 6

<sup>14</sup> Prabantari, Intan. Faktor Penyebab Pernikahan Dini ... Skripsi. 2016  
[https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/11895/2/T1\\_462012094\\_BAB%20II.pdf](https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/11895/2/T1_462012094_BAB%20II.pdf)

<sup>15</sup> [ibid](#)

<sup>16</sup> Misiywati, Danis. *Subjektive Well Being Pada Pasangan yang Menikah Muda*. Skripsi.2017.  
<https://eprints.ums.ac.id/51437/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>

<sup>17</sup> Papalia, D.E., Feldman, R.D. (2014). *Human Development*. Jilid I. Jakarta: Salemba Humanika

lingkungan yang merupakan tuntutan bagi remaja dalam bertingkah laku yang sesuai dengan nilai dan normal yang berlaku di masyarakat. Adapun tugas perkembangan pada remaja adalah sebagai berikut:

1. Menerima keadaan dan penampilan diri, serta menggunakan tubuhnya secara efektif.
2. Belajar berperan sesuai dengan jenis kelamin (sebagai laki-laki dan perempuan).
3. Mencapai relasi yang baru dan lebih matang dengan teman sebaya, baik sejenis maupun lawan jenis.
4. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
5. Mencapai kemandirian secara emosional terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya.
6. Mempersiapkan karier dan kemandirian secara ekonomi.
7. Menyiapkan diri (fisik dan psikis) dalam menghadapi pernikahan dan kehidupan keluarga.
8. Mengembangkan kemampuan dan keterampilan intelektual untuk hidup bermasyarakat dan untuk masa depan (dalam bidang pendidikan atau pekerjaan).

Mencapai nilai-nilai kedewasaan. Periode remaja ini adalah periode penting di dalam pertumbuhan manusia mengingat banyaknya proses pertumbuhan yang dapat terganggu oleh beberapa hal, salah satunya adalah pernikahan dini (*early marriage*). Sesuai dengan tugas perkembangan remaja diatas, dapat dipahami bahwa remaja harus sudah mulai mempersiapkan diri secara fisik dan psikis dalam menghadapi pernikahan dan kehidupan keluarga. Tidak serta merta langsung terjun dalam dunia pernikahan jika sudah mendapat jodoh, tetapi harus ada persiapan terlebih dahulu agar dapat beradaptasi dengan ibadah terlama didalam hidup umat manusia yaitu pernikahan.

### Perceraian Akibat Perselingkuhan

Perselingkuhan (*Infidelity*) adalah pelanggaran sebuah kepercayaan, pengkhianatan sebuah hubungan, pemutusan sebuah kesepakatan. Selain itu pada beberapa literatur perselingkuhan memiliki sinonim antara lain: kecurangan, perzinahan (*adultery*) saat menikah, tidak setia, atau berselingkuh yaitu pelanggaran terhadap kontrak pasangan atau kontrak yang diklaim berkaitan dengan eksklusivitas hubungan emosional dan seksual. Peneliti lainnya mendefinisikan perselingkuhan sebagai pelanggaran menurut perasaan subjektif bahwa pasangan seseorang telah melanggar seperangkat aturan atau norma dari sebuah hubungan. Pelanggaran ini mengakibatkan perasaan cemburu dan persaingan seksual<sup>18</sup>.

Adapun faktor-faktor yang menyebabkan perselingkuhan adalah: Masalah dalam pernikahan, ketidakpuasan emosional dan seksual, lamanya pernikahan, ketidakhadiran/kehadiran anak, tujuan perselingkuhan, psikodinamika, kepribadian, perilaku seksual (*sexual attitude*), dan pasangan idaman lain (PIL). Perselingkuhan mungkin tidak memiliki saingan dalam mengganggu hubungan pernikahan. Seks di luar nikah adalah penyebab paling sering perceraian secara kultural. Perselingkuhan seksual oleh seorang wanita, baik yang sebenarnya atau hanya dicurigai, menjadi penyebab utama kekerasan pasangan suami-istri sampai pembunuhan. Kesedihan, rasa sakit psikologis, depresi, kecemasan, penurunan kepercayaan diri dan *self esteem*, kemarahan, dan penghinaan adalah salah satu pengalaman emosional dari pasangan seseorang yang tidak setia<sup>19</sup>. Perempuan zaman sekarang yang melakukan perselingkuhan adalah objek dari cibiran dan cemoohan sosial melebihi perilaku pria yang berselingkuh. Dari sisi korban, bukti empiris menunjukkan bahwa penderitaan wanita tidak kurang dari laki-laki, terutama jika perselingkuhan disertai oleh keterlibatan emosional yang terlalu dalam.

Apa yang menyebabkan perselingkuhan? Seseorang dapat memikirkan banyak penjelasan yang berbeda, seperti kehidupan keluarga yang tidak bahagia, rendahnya aktivitas seksual dengan pasangan, tidak adanya motivasi religius dan moral, kehidupan pribadi yang tidak terorganisir atau bermasalah, perilaku adiktif, *toxic relationship*. Rasio perselingkuhan hanya 10% bagi individu yang berpikir bahwa berhubungan seks dengan orang lain selain pasangan selalu salah (80% responden yang sudah menikah). Lalu meningkat menjadi 70% bagi individu yang menganggapnya tidak bersalah sama sekali (1% dari responden yang menikah). Secara umum perselingkuhan menimbulkan masalah yang amat serius dalam perkawinan. Tidak sedikit yang kemudian berakhir dengan perceraian karena salah satu pasangan sah yang merasa tidak sanggup lagi bertahan setelah mengetahui bahwa cinta yang diperjuangkan telah dikhianati dan bahkan dengan tega telah berbagi keintiman dengan orang lain. Pada perkawinan lain, perceraian justru karena suami atau istri

<sup>18</sup> Menina dan Suksmi. Perselingkuhan dalam Sudut Pandang Psikiatri. <https://e-journal.unair.ac.id/JPS/article/view/19101>

<sup>19</sup> Shaleha dan Kurniasih. *Ketidaksetiaan : Eksplorasi Ilmiah tentang Perselingkuhan*. Buletin Psikologi Volume 29, Nomor 2, 2021: 218– 230. ISSN 2528-5858

memutuskan untuk meninggalkan perkawinan yang dirasakannya sudah tidak lagi membahagiakan. Bagi para suami tersebut perselingkuhan adalah puncak dari ketidakpuasan terhadap istri selama ini, begitu juga dengan sebaliknya. Akibat perselingkuhan banyak yang berujung kepada perceraian.

Perceraian menurut “Kamus Besar Bahasa Indonesia” yaitu “bercerai” dimana kata bercerai artinya “menjatuhkan talak atau secara tidak langsungnya yaitu memutuskan hubungan sebagai suami istri”. Menurut KUH Perdata Pasal 207 perceraian merupakan penghapusan perkawinan dengan putusan hakim, atas tuntutan salah satu pihak dalam perkawinan itu berdasarkan alasan-alasan tersebut dalam undang-undang. Perceraian dalam istilah fiqh disebut *talak* atau *furqah*. Perceraian berarti terbukanya suatu ikatan atau batalnya suatu perjanjian. Furqah berarti talak dari perkumpulan tandingan sehingga kata tersebut digunakan oleh para *fuqaha* sebagai istilah yang berarti talak antara suami dan istri<sup>20</sup>. Ketika talak sudah diucapkan, maka berakhir pula ikatan pernikahan yang tentu saja memberikan dampak bagi masing-masing individu didalam keluarga, terutama anak yang telah hadir didalam pernikahan tersebut.

### **Konseling Pranikah Kepada Siswa SMA Sebagai Upaya Preventif Perceraian Akibat Perselingkuhan**

Program SUSCATIN (Kursus Calon Pengantin), bimbingan pranikah dan program bimbingan perkawinan yang diselenggarakan pada tiap-tiap KUA di kecamatan. Program ini diluncurkan oleh pemerintah, karena dalam banyak kasus perceraian terjadi disebabkan oleh kurangnya persiapan yang matang pada calon pasangan suami istri dalam menjalani kehidupan dalam rumah tangga, baik persiapan fisik maupun psikis, sehingga ikatan kehidupan dalam keluarga tidak bisa disatukan kembali dan berakhir dengan perceraian. Konseling pranikah dikenal dengan sebutan pendidikan pranikah, konseling edukatif pranikah, terapi pranikah, ataupun program persiapan pernikahan. Konseling pranikah merupakan suatu proses konseling yang diberikan oleh penyuluh atau petugas KUA kepada calon pasangan untuk mengenal, memahami dan menerima agar Calon Pengantin (Catin) siap secara lahir dan batin sebelum memutuskan untuk menempuh suatu perkawinan secara resmi. Di dalam proses mengenal, memahami dan menerima ini tidak hanya melibatkan kedua pasangan saja. Tetapi hubungan ini akan melibatkan kedua keluarga besar calon pasangan. Tidak mudah untuk menerima karakteristik setiap orang yang berbeda-beda, kalau tidak mengenal dan memahaminya dengan baik.

Menurut Morib, konseling pranikah penting untuk dilakukan. Konseling pranikah bagi remaja di Pendidikan Menengah Atas juga tidak kalah penting untuk diadakan dan diciptakan. Pendampingan sejak dini akan membantu pasangan dan keluarga untuk mencapai motivasi beribadah hanya karena Allah SWT melalui pernikahan. Menurut Irman et.al, pendampingan dini sebagai pendampingan yang diberikan oleh spesialis pernikahan dan individu dari kementerian untuk membantu pasangan dalam merencanakan pernikahan. Konseling dapat dijadikan sebagai pendekatan yang sangat efektif dalam membangun nilai-nilai spiritual bagi individu. Konseling merupakan profesi penolong yang melandasi peran dan fungsi individu pada Masyarakat. Selain itu, Latipun dalam Irman et al mengungkapkan bahwa konseling pranikah dianggap penting, karena awal terbinanya kehidupan rumah tangga sangat bergantung pada pembekalan awal sebelum calon pengantin melangsungkan pernikahan.<sup>21</sup>

Secara umum, penerapan konseling pranikah dapat dilakukan melalui Layanan informasi dan layanan konsultasi, baik yang bersifat individu tetapi juga dapat berkelompok kepada para remaja berusia SMA. Tujuan daripada layanan informasi ini merupakan suatu pemberian bantuan layanan informasi bagi remaja agar dapat mengambil keputusan secara tepat dan benar berdasarkan informasi yang telah diperoleh. Melalui layanan informasi yang bersifat tanya jawab, remaja dapat menerima dan memahami berbagai informasi, selain itu dapat pula berfungsi sebagai pencegahan maupun pemahaman. Layanan konsultasi, merupakan suatu pemberian bantuan dalam memperoleh wawasan, pemahaman, dan cara-cara yang perlu dilaksanakan dalam menangani kondisi dan atau permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh remaja. Layanan konsultasi bukanlah merupakan suatu layanan yang langsung ditujukan kepada klien, tetapi secara tidak langsung layanan konsultasi ini melayani klien melalui bantuan yang diberikan orang lain. Secara teknis, materi yang dapat disampaikan kepada individu (remaja) salah satunya adalah memberikan pengertian dan kesadaran kepada remaja mengenai tujuan Pendewasaan Usia Perkawinan (PUP)<sup>22</sup>.

<sup>20</sup> Op.cit. Chica Syahriani, hal 22-24

<sup>21</sup> Dita Angraini, dkk, “Konseling Pranikah dalam Mereduksi Budaya Pernikahan Dini” *Jurnal Ilmiah BK* Volume 5, No.1.2022, hlm.58. [https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia/article/view/19981](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia/article/view/19981)

<sup>22</sup> Diana Ariswanti Triningtyas dan Siti Muhayati, “Konseling Pranikah” *Jurnal Konseling Indonesia* Volume 3, No.1.Oktober 2017, hlm.31.

Ada 3 (tiga) tahapan yang harus dilalui agar konseling pranikah bagi siswa SMA berjalan sesuai dengan yang diharapkan, yaitu: Tahap *pertama*, menciptakan hubungan (*relating*) antara konselor dengan konseli, berupa kerjasama diantara keduanya untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi konseli, pihak sekolah bisa menginisiasi kegiatan ini dalam beberapa sesi bersama konselor/guru BK. Tahap *kedua*, pemahaman (*understanding*). Dalam tahap ini konselor dan konseli perlu meningkatkan pemahamannya terhadap permasalahan pernikahan/keluarga yang sedang viral baik dari sisi positif atau negative untuk memperoleh perbandingan yang akan diketahui dari *pre test* mengenai persepsi awal remaja. Test ini dapat dikombinasikan oleh konselor atau guru BK dengan memperlihatkan film pilihan tentang pernikahan yang membahas hikmah tentang pentingnya makna pernikahan yang bahagia, bagaimana mempersiapkan kematangan fisik, mental dan spiritual, serta hal-hal apa saja yang dapat dihindari ketika menjalani status dalam pernikahan. Selesai menonton film ini dapat dilaksanakan konseling kelompok untuk menyamakan persepsi remaja tentang pernikahan yang sesungguhnya di hadapan Allah SWT. Konseling kelompok ini bisa beralih menjadi konseling individu ketika ditemukan bahwa remaja peserta konseling pranikah yang memiliki hambatan psikologis masa lalu seperti anak *broken home* atau trauma akibat orangtua yang berselingkuh. Peran guru BK juga sangat diperlukan dalam proses ini. Tahap *ketiga*, perubahan (*changing*). Tahap akhir ini adalah adanya perubahan pada diri konseli dalam memahami dan mengatasi masalah-masalah yang sedang dihadapinya secara lebih efektif dibanding sebelumnya.<sup>23</sup> Tahap ini adalah tujuan akhir, yang dapat diketahui efektifitasnya setelah ada *post test* untuk mengetahui pemahaman materi dan internalisasi para remaja peserta konseling pranikah.

Ada beberapa hal yang melatarbelakangi diperlukannya konseling pranikah, sebagai berikut:

- a. Kemampuan memahami masalah perbedaan individu  
Telah menjadi pemahaman umum bahwa masing-masing individu memiliki perbedaan baik fisiologis maupun psikologis, meskipun saudara kembar sekalipun. Masing-masing individu memiliki kemampuan untuk berpikir, namun kualitasnya antara satu dengan yang lainnya berbeda, ada yang cepat dan ada yang lambat dalam mensikapi dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Bahkan ada yang tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, sehingga membutuhkan bantuan dari orang lain, berupa konseling pranikah.
- b. Kemampuan memahami masalah kebutuhan individu  
Manusia merupakan makhluk hidup yang mempunyai kebutuhan tertentu. Kebutuhan merupakan pendorong munculnya tingkah laku manusia. Sehingga tingkah laku manusia ditujukan untuk memenuhi kebutuhannya. Sementara, pernikahan juga merupakan suatu usaha untuk memenuhi kebutuhan manusia. Namun terkadang remaja belum memahami tujuan pernikahan yang sesuai dengan kematangan emosionalnya sehingga ketika buru-buru menikah, pasangan baru tidak tahu harus berbuat apa dan bagaimana caranya menempatkan diri dalam ikatan pernikahan yang sakral. Maka dalam hal ini pasangan tersebut membutuhkan bantuan dari Guru BK atau konselor untuk memperoleh pengetahuan tentang kebutuhan remaja terkait pernikahan.
- c. Kemampuan memahami masalah perkembangan individu  
Manusia merupakan makhluk yang berkembang dari masa ke masa, sehingga terjadi perubahan-perubahan dalam diri manusia tersebut. Dalam mengarungi perkembangan ini, kadang-kadang seseorang mengalami hal-hal yang tidak dimengertinya, hususnya yang berkaitan dengan hubungan antara pria dan wanita dalam sebuah pernikahan. Maka bantuan dari orang yang ahli dalam konseling pranikah menjadi sangat berarti bagi remaja yang belum paham makna ibadah dalam pernikahan yang sesungguhnya, bagaimana cara menjalani dan mempertahankan dengan kemampuan yang dimiliki.
- d. Kemampuan memahami masalah latar belakang sosio-kultural  
Perubahan keadaan menimbulkan banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat, seperti perubahan sosial, ekonomi, politik, budaya, nilai dan seterusnya. Kondisi demikian tentunya sedikit banyak akan mempengaruhi kehidupan seseorang dalam masyarakat, dan ini merupakan tantangan yang tidak mudah untuk dihadapi. Maka para remaja sangat membutuhkan bantuan dari orang lain atau konselor untuk menghadapi berbagai tantangan tersebut.  
Berangkat dari uraian di atas, semua itu akan menyangkut masalah penyesuaian diri dan upaya menyelesaikan masalah dengan bijaksana. Remaja diajak untuk memahami pentingnya kemampuan menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungan atau pasangannya, urgensi komunikasi, manajemen konflik, nilai-nilai, peran dan tanggung jawab dalam pernikahan, serta persiapan untuk menghadapi berbagai perubahan penting dalam kehidupan tahap belajar secara teori ini tentu membutuhkan bantuan konselor dan dibantu oleh guru BK agar dapat

<sup>23</sup>F.E. Kartamuda, *Ibid*, hlm.124-125.

menyesuaikan diri dengan pengetahuan cara memahami orang lain atau lingkungannya secara baik.

## Kesimpulan

Perselingkuhan adalah pelanggaran sebuah kepercayaan, pengkhianatan sebuah ikatan hubungan, pemutusan sebuah kesepakatan. Faktor penyebabnya meliputi akumulasi dari masalah dalam pernikahan, tujuan dari perselingkuhan itu sendiri, psikodinamika pelaku, kepribadian pelaku, dan perilaku seksual pelaku. Faktor yang mempengaruhi terjadinya perselingkuhan antara lain gender, usia, pendidikan, pekerjaan, ekonomi, pandangan agama, budaya, dan lain-lain. Tipe perselingkuhan dapat berupa emosional, seksual dan campuran emosional dan seksual. Kontrol sosial akan berfungsi sebagai prevensi. Salah satu bentuk kontrol sosial sebagai prevensi adalah program yang telah dijalankan oleh pemerintah yaitu Bimbingan Pranikah. Bimbingan Pranikah juga dapat diberikan dalam bentuk Konseling Pranikah yang di berikan kepada para remaja, khususnya yang berada di Sekolah Menengah Atas dengan pemahaman bahwa remaja SMA telah masuk dalam tugas perkembangan mempersiapkan diri (fisik dan psikis) dalam menghadapi pernikahan dan kehidupan keluarga.

Melalui Konseling Pranikah, remaja usia SMA memperoleh pemahaman awal yang kritis dan membangun mental tentang apa makna pernikahan yang bahagia, bagaimana seseorang mempersiapkan kematangan fisik, mental dan spiritual, sertahal-hal apa saja yang dapat dihindari ketika menjalani status dalam pernikahan. Melalui layanan informasi dan layanan konsultasi mengenai pernikahan, remaja memperoleh pengetahuan agar terampil dalam memahami kepribadian diri sendiri dan lawan gender, berproses dalam mempersiapkan mental dan spiritual untuk menciptakan kehidupan pernikahan yang sehat dan bahagia. Kegiatan konseling pranikah membahas berbagai aspek antara lain urgensi komunikasi, manajemen konflik, nilai-nilai, peran dan tanggung jawab dalam pernikahan, serta persiapan untuk menghadapi berbagai perubahan penting dalam kehidupan hingga akhir hidup nanti.

## Daftar Pustaka

- Sadath Ode Arwa dkk. *Fenomenologi Persepsi Pelaku Perselingkuhan Undercurrent dalam Pernikahan Analisis Enklarandes Versteheren*.  
<https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/communicology/article/view/34789> diakses pada tanggal 23 Maret 2024.
- Selvy Maria Widuhung. *Komunikasi Interpersonal Suami Istri Mengenai Perselingkuhan Pasca Menyaksikan Webseries Layanan Putus*.  
<https://repository.bsi.ac.id/repo/files/379568/download/Jurnal-Komunikasi-Interpersonal-Layanan-Putus-KOMUNIKATA57.pdf>
- Sumiyati. *Psikolog Ungkap Persentase Pria Dan Wanita Yang Selingkuh, Lebih Banyak Mana?*  
<https://www.viva.co.id/gaya-hidup/inspirasi-unik/1562156-psikolog-ungkap-persentase-pria-dan-wanita-yang-selingkuh-lebih-banyak-mana> , diakses pada tanggal 23 Maret 2024
- Linda. Studi : Ini factor yang prediksi perselingkuhan di masa depan. 02 Oktober 2023.  
<https://www.cnbcindonesia.com/lifestyle/20231002044748-33-476871/studi-ini-faktor-yang-prediksi-perselingkuhan-di-masa-depan>
- Panji. Hasil Survey ini Sebut Perempuan Indonesia Lebih Banyak Melakukan Selingkuh Ketimbang Laki-laki.  
18 Februari 2023. <https://wartakota.tribunnews.com/tag/survei-aplikasi-just-dating>
- Nur Hotimah. *Parenting Skills Dalam Program Bimbingan .....* [328901862.pdf \(core.ac.uk\)](https://www.core.ac.uk/doi/pdf/10.1080/328901862.2023.228901862)  
*Modul untuk Fasilitator, Menjadi Orangtua Dambaan Anak. Modul Parenting Skills Bagian 1*. UNICEF dan Badan Pemberdayaan Perempuan dan KB. 2015
- Robert C. Bodgan dan Steven J. Taylor, *Kualitatif Dasar-dasar Penelitian*, Ed. A. Khozin Afandi (Surabaya: Usaha Nasional, 2007), hlm. 30.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* , (Jakarta: Pusat Perbukuan Depdikbud, 1999), hlm.99-106.
- Kamelia Husen.  
[http://eprints.undip.ac.id/55426/3/Kamelia\\_Husen\\_22010113140120\\_Lap.KTI\\_Bab2.pdf](http://eprints.undip.ac.id/55426/3/Kamelia_Husen_22010113140120_Lap.KTI_Bab2.pdf)
- Chica Syahriani. *Pelaksanaan Bimbingan Pranikah bagi Calon Pengantin*. Skripsi. Halaman 6
- Prabantari, Intan. *Faktor Penyebab Pernikahan Dini ...* Skripsi. 2016  
[https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/11895/2/T1\\_462012094\\_BAB%20II.pdf](https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/11895/2/T1_462012094_BAB%20II.pdf)
- Misyiwati, Danis. *Subjektive Well Being Pada Pasangan yang Menikah Muda*. Skripsi.2017.

<https://eprints.ums.ac.id/51437/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>

Papalia, D.E., Feldman, R.D. (2014). *Human Development*. Jilid I. Jakarta: Salemba Humanika  
Menina dan Suksmi. Perselingkuhan dalam Sudut Pandang Psikiatri.

Shaleha dan Kurniasih. *Ketidaksetiaan : Eksplorasi Ilmiah tentang Perselingkuhan*. Buletin Psikologi  
Volume 29, Nomor 2, 2021: 218– 230. ISSN 2528-5858

Dita Angraini, dkk, “Konseling Pranikah dalam Mereduksi Budaya Pernikahan Dini” *Jurnal Ilmiah BK*  
Volume 5, No.1.2022, hlm.58. [https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia/article/view/19981](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia/article/view/19981)

Diana Ariswanti Triningtyas dan Siti Muhayati , “ Konseling Pranikah “ *Jurnal Konseling Indonesia*  
Volume 3, No.1.Oktober 2017.