

Pembentukan Tanggungjawab dengan Konseling Realitas Bagi Pasangan Pranikah di KUA Curup Selatan Kabupaten Rejang Lebong

Beni Azwar

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup
beniazwar1967@gmail.com

Abstract

This study aims to see the level of readiness of each premarital couple, both material, physical and psycho-emotional readiness regarding the responsibilities of each partner, because marriage not only unites 2 different people, but unites 2 large families. Problems among couples are lack of confidence because of diabetes, parents do not agree, confused about building a household because they do not have a job. This research uses a descriptive-qualitative approach with in-depth interviews with reality counselling, participant observation during the counselling process. Reality counselling was used because it is more rational, less time-consuming and focuses on current real conditions, and builds responsibility. The research subjects were 5 (five) premarital couples who will have a wedding at the South Curup KUA, consisting of 4 (four) couples who are ready to get married. While 1 (one) couple has married with widow status. The results of the research, first; that clients who marry with full awareness are more responsible, more, confident and more realistic with all the consequences of their marriage. Second, couples who are less prepared materially, psychologically and religiously tend to be confused when invited to be realistic about the responsibilities after marriage, especially the responsibilities of the afterlife. Thirdly, couples who are traumatised by previous failed marriages appear hesitant and more cautious and need strong commitment from their partners.

Keywords: *Reality Counseling; Premarital Couples; Establishment of Responsibility*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat kesiapan masing-masing pasangan pranikah, baik kesiapan materi, fisik dan psikoemosional menyangkut tanggung jawab terhadap masing-masing pasangan, karena pernikahan bukan saja menyatukan 2 orang yang berbeda, tetapi menyatukan 2 keluarga besar. Permasalahan di antara pasangan ada yang kurang percaya diri karena sakit kencing manis, orang tua kurang setuju, bingung membangun rumahtangga karena belum memiliki pekerjaan. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-kualitatif dengan wawancara mendalam dengan konseling realitas, observasi partisipan

selama proses konseling. Adapun konseling realitas digunakan karena lebih rasional, tidak memakan waktu dan focus kondisi ril saat ini, dan membangun tanggung jawab. Subyek penelitian adalah 5 (lima) pasangan pranikah yang akan melangsungkan pernikahan di KUA Curup Selatan, terdiri dari 4 (empat) pasangan calon suami istri yang siap untuk menikah. Sedangkan 1 (satu) pasangan telah menikah dengan status janda. Hasil penelitian, pertama; bahwa catin yang menikah dengan kesadaran penuh lebih bertanggungjawab, lebih lebih, percaya diri dan lebih realistis dengan segala konsekuensi dari pernikahannya. Kedua; pasangan yang kurang siap dari materi, psikis dan religiusitas cenderung bingung tatkala diajak realistis tentang tanggung jawab setelah menikah, terutama tanggung jawab dunia akhirat. Ketiga; pasangan yang trauma karena gagal pernikahan sebelumnya, kelihatan ragu-ragu dan lebih hati-hati dan butuh komitmen kuat dari pasangannya.

Kata Kunci: Konseling Realitas; Pasangan Pranikah; Pembentukan Tanggungjawab

Pendahuluan

Pernikahan merupakan sesuatu yang sakral dengan mempertemukan dua keluarga besar dengan tujuan mendapatkan ketenangan, ketentraman, kenyamanan dan kebahagiaan dunia akhirat. Allah berfirman :

“Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir” (QS. Ar-Rum: 21).

Setiap pengantin harus mempersiapkan diri sebaik mungkin secara fisik, materi, psikis dan religius, karena pernikahan bukanlah proses yang uji coba dan dapat diulang jika gagal. persiapan ini ditentukan oleh undang-undang pernikahan, ketika suami dan istri benar-benar siap. Persiapan yang dibutuhkan adalah kematangan emosi, sosial, dan spiritual. Tanggung jawab masing-masing pasangan harus dielaborasi, karena pernikahan adalah pengalihan tanggung jawab suami dari ayah pengantin wanita. Suami akan menjadi imam dan sangat menentukan kehidupan dunia akhirat istri, anak dan keturunannya.

Permasalahan lain bahwa calon mempelai pria berbeda dengan wanita. Calon pria lebih khawatir tidak bisa membina rumah tangga dengan baik, disebabkan kesiapan mental, ekonomi, social dan religious. Sementara calon wanita disamping permasalahan diatas juga harus berpisah dengan keluarga karena ikut suami, serta kekhawatiran tidak bisa membahagiakan pasangannya. Bahkan Sebagian

besar dari pasangan pranikah kurang memahami makna dan tujuan perkawinan¹. Semua permasalahan dapat dihindari dalam bentuk tanggung jawab.

Kualitas rumah tangga terlihat dari bagaimana kualitas hubungan dalam keluarga tersebut, terutama sikap terbuka, saling menerima, dan saling menghargai. Nuansa religius yang kental akan menjadikan mereka menyadari akan tanggung jawab masing-masing, akan mengerti waktu-waktu penting untuk ibadah dan berkumpul dengan keluarga. Untuk keutuhan perkawinan perlu adanya penyesuaian suami istri, mereka harus dapat menerima pasangan apa adanya, beberapa ciri-ciri adaptasi adalah: 1) Tenang dalam menghadapi permasalahan dalam rumah tangga, 2) belum bisa menyesuaikan diri secara psikologis. 3) Bebas dari perasaan tertekan dan frustrasi, 4) Pertimbangan rasional dan pengarahan diri Karakteristik utama dari ada PAasi normal adalah penilaian rasional dan pengarahan diri sendiri. 5) Keterampilan belajar coping normal dengan meningkatkan kemampuan dan keterampilan memecahkan masalah, 6) menjadikan pengalaman lalu sebagai acuan jika terjadi masalah, 7) Sikap realistis dan objektif Normal fit mengacu pada sikap realistis dan objektif².

Selanjutnya beberapa faktor yang mempengaruhi peran dalam keluarga adalah; Pertama, aturan pemerintah yang tertuang dalam berbagai regulasi. Kedua, faktor pendidikan. Persepsi guru yang menempatkan anak laki menjadi pemimpin, dan menempatkan anak perempuan akan menjadi ibu rumah tangga yang merawat anak-anaknya. Ketiga, faktor nilai bahwa perempuan secara sosial diibanding anak laki-laki. Keempat, faktor budaya, terutama budaya patriarki yang lebih memihak pada anak laki-laki. Kelima, faktor media massa terkadang menempatkan perempuan sebagai objek dengan daya tarik seksual, tutur kata yang lembut, kecantikan, Keenam, faktor lingkungan, atau adanya ambiguitas opini publik³.

Karena ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan perkawinan karena faktor ekonomi, faktor ini seringkali mengharuskan pasangan suami-istri harus sama-sama bekerja memenuhi kebutuhan tersebut, sehingga terjadi perselisihan karena masalah ini. Disamping itu Kemiskinan berpengaruh terhadap Pendidikan, kemiskinan juga berpengaruh terhadap Kesehatan keluarga. Konflik dalam keluarga tidak muncul dengan sendirinya, seringkali karena tidak ada komunikasi. Beberapa sumber konflik perkawinan antara lain: a) Ketidakcocokan dalam kebutuhan dan harapan bersama, b) Perbedaan yang sulit diterima (kebiasaan, kebutuhan, pendapat dan nilai), c) Masalah ekonomi (seperti pendapatan dan pengeluaran), d) Masalah dengan anak, e) perasaan cemburu yang berlebihan seperti tidak memungkinkan pasangan memperoleh kebebasan, f) pembagian kerja tidak adil, g) kurangnya komunikasi, dan h) pasangan tidak sejalan dengan tujuan

¹ Budhy Prianto, Nawang Warsi Wulandari, and Agustin Rahmawati, "Rendahnya Komitmen Dalam Perkawinan Sebagai Sebab Perceraian," *KOMUNITAS: International Journal of Indonesian Society and Culture* 5, no. 2 (2014), <https://doi.org/10.15294/komunitas.v5i2.2739>.

² A.A. Schneiders, *Personal Adjustment and Mental Health* (New York: Holt, Reinhart and Winston Inc, 1999).

³ R. Sihite, *Perempuan, Kesetaraan Dan Keadilan "Suatu Tinjauan Berwawasan Gender"* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007).

awal⁴. Bahkan jika perkawinan tidak harmonis akan terjadi berbagai masalah, seperti kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). KDRT di Indonesia sangat tinggi dengan angka sebagai berikut:

Tabel 1 Bentuk Kekerasan KDRT

No	Bentuk KDRT	Jumlah (%)
1	Kekerasan Fisik	4.783 kasus (43%)
2	Kekerasan Seksual	2.807 kasus (25%)
3	Kekerasan Psikis	2.056 kasus (19%)
4	Kekerasan Ekonomi	1.459 kasus (13%)

Sumber: Catatan Tahunan Komnas Perempuan, 2020⁵.



Tingginya KDRT (kekerasan dalam rumah tangga) juga disebabkan tidak kokoh pondasi rumah tangga, apakah itu menyimpang dari komitmen awal pernikahan atau memang komitmen tersebut tidak ada sama sekali. Sebagai tindakan preventif maka dapat dilakukan konseling pranikah pada calon Pengantin (catin) agar terciptanya rumah tangga Sakinah, mawaddah dan warahmah.

Untuk mengatasi masalah ini perlakuan orang tua sangat menentukan dalam membentuk kedewasaan anaknya, Bagaimana hubungan orang tua dapat menerima anak dan menumbuhkan rasa aman, penghargaan, dan percaya diri pada anaknya⁶. Dan jika terjadi konflik seringkali Para istri banyak melakukan aksi diam dan menjauh dari suami buat sementara seandainya terjadi perselisihan rumah tangga⁷.

⁴ Theresia Aitta Gradianti, Veronika Suprpti, "Gaya Penyelesaian Konflik Perkawinan Pada Pasangan Dual Earner (Marital Conflict Resolution Style In Dual Earner Couples)," *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan, Universitas Airlangga* Volume 3, (2014): 201.

⁵ Komnas Perempuan, "Angka KDRT Di Indonesia Meningkat Sejak Pandemi Covid-19: Penyebab Dan Cara Mengatasinya," 2020.

⁶ Endang Sri Indrawati and Nailul Fauziah, "Attachment Dan Penyesuaian Diri Dalam Perkawinan," *Jurnal Psikologi Undip* 11 (2012): 40–49.

⁷ E. Dewi and B. Basti, "Konflik Perkawinan Dan Model Penyelesaian Konflik Pada Pasangan Suami Istri," *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma* 2, no. 1 (2008): 98377.

Menanamkan tanggung jawab pada pasangan sebelum menikah akan membantu pasangan menganalisis potensi, masalah dan tantangan dalam pernikahan dengan mengembangkan keterampilan pemecahan masalah dengan bantuan konselor profesional, dengan membangun komunikasi, saling menghormati, toleransi dan pemahaman terhadap calon suami dan istri.

Salah satu pendekatan yang fokus pada tanggung jawab adalah konseling realitas, dengan asumsi bahwa orang yang bermasalah adalah orang yang tidak bertanggung jawab pada dirinya sendiri, sehingga pasangan pranikah harus memiliki tanggung jawab pada diri sendiri, pasangan dan keluarga besar

Dari fenomena di KUA Curup Selatan lapangan, khususnya yang mendaftarkan diri untuk menikah, dari 43% pasangan pranikah yang benar-benar memahami konsep perkawinan, sedangkan 36 % kurang paham, dan sekitar 64% menikah dibawah usia 20 tahun, yang secara psikologis dianggap masa dewasa awal (adolescence) dimana secara fisik dan fungsi-fungsi seksual sudah matang, tetapi secara psikososioemosional masih butuh belajar banyak dalam mendewasakan dirinya, terutama dalam menumbuhkan tanggung jawab sebagai pasangan suami istri, yang harus saling memahami, dapat memahami nilai-nilai dalam berkeluarga. Kondisi ini juga terlihat dari 5 pasangan pranikah memiliki permasalahan yang berbeda-beda, antara lain: mengidap penyakit kencing manis dan meragukan keutuhan rumah tangganya, orang tua yang kurang setuju, belum memiliki pekerjaan atau belum mapan secara ekonomi, rendahnya pemahaman agama serta khawatir dalam mendidik anak-anaknya. Pembatasan terhadap jumlah dan lokasi penelitian bertujuan untuk efektivitas dan efisiensi waktu, serta heterogen dan kompleksitas permasalahan pasangan pranikah di KUA Curup Selatan. Berdasarkan fenomena ini penulis tertarik untuk meneliti dengan judul : Pembentukan Tanggungjawab dengan Konseling Realitas Bagi Pasangan Pranikah di KUA Curup Selatan Kabupaten Rejang Lebong.

Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Dimana data diolah dan dipaparkan secara dekriptif. Adapun jenis data diperoleh dari hasil wawancara, observasi, catatan lapangan, gambar, video, rekaman eksperimen dan lain-lain. Prose pengambilan data dengan konseling realitas yang lebih menekankan tanggung jawab Catin. Tempat konseling dilakukan sesuai kesepakatan dengan Catin.

2. Penentuan subjek penelitian

Subjek Penelitian adalah pasangan pranikah atau mereka yang mau menikah dan sudah terdaftar di KUA. Dalam hal ini diambil 5 pasangan pranikah dengan penerapan konseling realitas, Adapun 5 pasangan tersebut adalah:

Catin	Inisial	Jenis Kelamin	Umur	Status
Catin 1	HL	Lk	22	Jejaka
	ES	Pr	19	Perawan
Catin 2	FD	Lk	23	Jejaka
	SR	Pr	19	Perawan
Catin 3	RH	Lk	27	Jejaka
	AN	Pr	22	Perawan
Catin 4	FR	Lk	26	Jejaka
	KS	Pr	21	Perawan
Catin 5	PA	Lk	46	Duda
	DB	Pr	30	Janda

Dari paparan data diatas bahwa konseling dilakukan dengan 5 (lima) pasangan pranikah ini adalah, dari 5 (lima) pasangan 4 (empat) pasang dengan status belum menikah, sedangkan 1 (satu) dengan status sudah pernah menikah. Dilihat dari usia berkisar 19 tahun sampai 46 tahun.

3. Teknik pengumpulan data

Data dikumpulkan dengan wawancara mendalam, yaitu dengan melakukan wawancara mendalam dengan konseling realitas pada 5 pasangan catin, dengan konseling realitas dengan 3 R (*Right, Reality dan Responsibility*) catin lebih mudah dihadapkan pada kondisi ril, nilai-nilai kebenaran yang harus dipedomani serta tanggung jawab masing-masing dalam keluarga. Disamping itu observasi partisipan, konselor berfungsi sebagai observer agar catin tidak menyadari kalau diobservasi.

Untuk Proses konseling memakai konseling pranikakeluarga, dimana pasangan secara bersamaan hadir, digali keinginan, permasalahan dan bersama-sama mencari solusi. Sesuai dengan filosofis konseling ini tentang pentingnya tanggung jawab terhadap diri sendiri dan pasangan, tidak memaafkan perilaku catin yang berada dizona nyaman padahal merugikan dirinya sendiri dan pasangannya. Teknik analisis data dilakukan dengan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Teknik keabsahan data yang digunakan adalah teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Akhirnya data akan di sajikan dalam bentuk deskriptif kualitatif.

Hasil Dan Pembahasan

Temuan Khusus

Tahap 1: Konselor menunjukkan keterlibatan dengan catin

Catin 1 (HL dan ES)

Catin yang datang untuk mengurus administrasi perkawinan di KUA Curup selatan dengan inisial HL (laki-laki) dan ES (perempuan) disambut dengan hangat, berjabat tangan dan senyuman penerimaan yang penuh kehangatan sambil dipersilahkan duduk. Keduanya tanpa semangat menyongsong pernikahan.

Catin 2 (FD dan SR)

Catin dengan inisial SR datangn dengan calon suaminya dengan inisial FD, catin diterima dengan hangat dan bersahabat, dengan jabat tangan sambil menanyakan keadaan pasangan tersebut yang dijawab sehat dan sudah diimunisaasi. Sambil berseloroh konselor mengatakan, bahwa nampaknya pasangan ini sudah tak sabar menunggu hari pernikahannya, mereka jawab dengan malu-malu; “mohon doanya pak

Catin 3 (RH dan AN)

RH dan AN datang ke KUA disambut dengan penuh kehangatan, disalami dan dibalas dengan senyuman Bahagia dari pasangan calon pengantin ini, keduanya dipersilahkan duduk dan sambal tersenyum saling melirik duduk di kursi yang sudah disediakan. Suasana diam sebentar, hingga konselor menanyakan kesiapan pernikahan mereka, semuanya sudah siap, sudah lamaran 3 minggu yang lalu, juga sudah antaran uang dapur, undangan sudah disebar, termasuk baju pengantin yang akan dipakai pada hari akad nikah dan resepsi

Catin 4 (FR dan KS)

FR dan KS datang dengan bergandengan tangan, sambil mengucapkan salam, konselor menjabat tangan mereka dan mempersilahkan duduk sambil menanyakan kabar mereka, dan dijawab baik. Setelah basa-basi dan sedikit seloroh; “mau punya anak berapa?”, pasangan ini tersipu malu dengan menjawab, terserah Allah mau kasih berapa, suasana tambah akrab

Catin 5 (PA dan DB)

PA dan DB datang dengan malu-malu, mengucapkan salam, berjabat tangan sambil tersenyum dan dipersilahkan duduk. Kedatangan mereka bedua ditemani oleh orang ibu DB yang mengantarkan mereka sampai pintu, dengan agak canggung mereka duduk agak menjarak, kelihatan malu-malu dan agak rishi, dan secara bersamaan menatap konselor sambil malu-malu

Tahap 2 : Fokus pada perilaku sekarang

Catin 1 (HL dan ES)

Catin diajak ke kondisi bahwa sebentar lagi akan menikah dan akan beralih status menjadi suami istri, keluarga masing-masing sudah siap, sudah menyepakati hari pernikahan, besaran uang antaran, besaran mahar yaitu seperangkat alat sholat, termasuk baju pengantin yang akan dipakai di rumah mempelai Wanita dan dirumah mempelai pria, siapa yang menjadi wali nikah dan saksi nikah. Awalnya Catin (calon pengantin) Wanita dengan malu-malu mengatakan bahwa dia dijodohkan, tetapi dia juga belajar untuk menyukai pasangan, sementara HL merasa kurang nyaman dengan perkataan ES. Konselor berusaha unntuk menetralsir keadaan dengan mengatakan; “yang penting sekarang Allah mempertemukan kalian, harus disyukuri bahwa jodoh sesungguhnya adalah apa yang diberikan Allah, bukan siapa yang kita pacari”, sehingga suasana Kembali kondusif.

Catin 2 (FD dan SR)

Latar belakang perkawinan karena mereka kenal dan pacaran baru beberapa bulan, sebelumnya mereka sama-sama frustrasi karena ditinggalkan pasangan masing-masing. Catin diarahkan untuk berfikir saat ini dan melupakan masa lalu agar rumah tangga mereka tidak dibayang-bayangi masa lalu mereka, karena masaa lalu sudah lewat dan tidak dapat memperbaiki keadaan, yang penting masa sekarang karena catin hidup masa sekarang. Kliien harus berjanji tidak akan mengungkit masa lalu pasangannya. Mereka harus focus persiapan pernikahannya, mengkaji sedetail-detailnya tentang persiapan itu, sekarang harus lebih terbuka dan tidak ada yang disembunyikan, harus dapat menerima pasangan apa adanya. Harus ada pembicaraan secara terbuka, karena waktu pacarana yang dibicarakan biasanya yang indah-indah dan baik-baik, pembicaraan ini menjadi penting biar sikap saling menerima pasangan betul-betul sudah mengetahui kelemahan dan kebaikan masing-masing.

Catin 3 (RH dan AN)

Ditanya dengan kesiapan untuk menikah, keduanya menjawab mantap, walaupun RH menjawab dengan wajah yang kurang bersemangat, setelah ditanya RH menjawab bahwa awalnya mereka tidak direstui oleh orang tuanya, karena AN adalah mualaf dan baru beberapa bulan masuk Islam, orang tuanya terpaksa merestui karena RH tetap ngotot menikahi AN apapun yang terjadi. Sampai sekarang orang tuanya masih belum begitu ikhlas, padahal pernikahan tinggal beberapa hari lagi, sementara dari keluarga AN tidak ada masalah. Catin diajak untuk berfikir pada saat ini, bagaimana hubungannya dengan orang tuanya harmonis dan mendapatkan restunya. Catin diajak untuk bertanggung jawab dengan dirinya, dan yakin apa yang dilakukan benar dan tidak boleh lari dari fakta yang ada.

Catin 4 (FR dan KS)

Sebelum menikah dengan FR, KS sudah pernah menjalin hubungan dengan pria lain, tetapi hubungan itu putus karena pria tersebut putus. Sementara FR waktu kuliah S2 juga sudah menjalin hubungan dengan seorang gadis dan juga putus.

Mereka sudah mantap untuk melanjutkan hubungan kepernikahan, hanya saja bayangan traumatic dengan pasangan masing-masing masing membekas. Dalam hal ini konselor mengajak pasangan tersebut untuk berfikir saat ini, karena mereka tidak hidup pada lalu yang sudah mereka tinggalkan, mereka harus menghadapi realitas yang ada. Justru jika selalu mengingat pasangan tersebut akan berdampak pada perhatian dalam rumah tangga yang akan mereka bangun. Mereka harus rela dan ikhlas menghapus bayangan tersebut

Catin 5 (PA dan DB)

PA seorang duda dan punya 1 anak yang masih kecil-kecil, istrinya meninggal karena covid 19, bekerja sebagai PNS menjadikan anaknya sering terlantar dan kurang perhatian kasih sayang. Sementara DB seorang janda yang hanya 3 bulan mengarungi bahtera rumah tangga, karena suaminya selingkuh dengan mantan pacarnya. DB sangat trauma untuk memulai hidup berkeluarga, walaupun banyak laki-laki yang mengajaknya menikah, karena disamping masih muda juga memiliki wajah cantik.

Konseling realitas adalah pendekatan terapeutik yang efektif dalam membantu individu mengatasi masalah mereka dengan fokus pada keadaan saat ini. Referensi yang disebutkan di atas memberikan pemahaman yang komprehensif tentang prinsip-prinsip konseling realitas, strategi terapeutik, dan penerapannya dalam konteks yang berbeda. Dengan menggunakan pendekatan ini, terapis dapat bekerja sama dengan klien untuk mengembangkan pemikiran dan perilaku yang lebih realistis, serta mencapai perubahan positif dalam kehidupan mereka⁸. Dengan pengkondisian bahwa masalah yang dibahas yang terjadi pada saat ini, sehingga kelima catin focus dengan napa yang dirasakan dan dibutuhkan pada saat ini yang berhubungan apa yang dirasakan dan dipikirkan catin.

Tahap 3 : Mengeksplorasi total behavior

Catin 1 (HL dan ES)

Catin dengan senyum malu-malu, sambil meremas-remas tangannya saling bertatapan malu-malu. Setelah ditanya kesiapannya berumah tangga. Catin dibawa suasana yang rilek tentang bagaimana pertemuan awal dan kebersamaan setelah berumah tangga. Betapa pentingnya kesehatan pranikah untuk mengetahui status pasangan dan masa depan pernikahan, terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi (kesuburan) dan genetik (keturunan), serta untuk mendapatkan kewaspadaan mental karena masing-masing mengetahui status kesehatan Anda. calon pasangan hidup, dan orang yang siap berkeluarga akan terlihat dari semangat dan perbuatannya. Terkadang muncul perasaan ragu-ragu, karena mereka dijodohkan dan baru beberapa bulan kenal. Perasaan menguat pada ES yang lebih waspada mencari calon suami, karena tidak mau beli kucing dalam karung, walaupun orang tua mereka sudah saling kenal, karena mereka masih keluarga jauh.

⁸ W. Glasser, *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry* (New York: Harper & Row Publishers., 1965).

Catin 2 (FD dan SR)

FD sebagai calon suami sangat giat dalam mencari nafkah, humanis dan mudah akrab dengan orang lain, disamping itu pencemburu. Sementara SR supel dan mudah akrab, karena berasal dari keluarga berada agak boros dalam pengeluaran. Hubungan mereka awalnya tidak direstui orang tua SR, tetapi melihat keuletan dan usaha FD meyakinkan keluarga SR, akhirnya FD diterima. Dalam hal ini ditanya apakah sudah mengetahui secara mendalam pasangannya, seperti; yang disenangi dan yang kurang disenangi oleh FD terhadap SR, maupun SR terhadap FD, mereka menjawab sudah dibicarakan, bahkan mendekati pernikahan seringkali dengan penegasan agar diterima dan yang perilaku masing-masing kurang baik akan dihilangkan untuk menjaga keharmonisan keluarga. Demikian juga kekurangan dan kelebihan keluarga kedua belah pihak, jangan setelah menikah dua keluarga besar tidak bisa disatukan, karena ada yang kurang berkenan, sehingga bila sudah dibicarakan masing-masing lebih mudah beradaptasi dengan kondisi keluarga pasangan.

Catin 3 (RH dan AN)

RH kelihatan masih ragu, takut ketidak ikhlisan orang tua menjadikan rumah tangganya kacau, sementara dia sangat mencintai AN, RH tidak ingin dicap sebaagai anak durhaka. Demikian juga AN sudah berkorban meninggalkan agamanya karena cintanya pada RH. Faktor penyebab orang tua RH tidak setuju karena dia menolak dijodohkan dengan keluarga jauh, Wanita ini belum dikenal dan dia sudah terlanjur berjanji dengan AN, dia tidak mungkin mengkhianati yang sudah membantunya

Catin 4 (FR dan KS)

KS seringkali ingat mantan pacarnya yang tega mengkhianatinya, dia sering menangis karena terlalu banyak berkorban agar hubungan mereka tetap utuh, dia tidak menyangka karena dalam keseharian pacarnya yang begitu sopan, penyayang punya sifat yang tidak baik, KS menjadi sangat membencinya dan bahkan dendam. Berbeda dengan FR yang ditinggalkan pacarnya secara baik-baik, karena FR tidak bisa menikah cepat karena belum punya pekerjaan tetap, sementara pacarnya selalu mendesak untuk dinikahi. FR mengikhlasakannya nikah dengan orang lain. Walaupun masih sering teringat.

Catin 5 (PA dan DB)

PA sangat sedih setelah kehilangan istrinya, yang membuat lebih sedih karena anaknya yang masih kecil dan perhatian dan kasih seorang ibu. Seringkali dia tambah sedih tatkala anaknya malam tak kunjung tidur dan menangis. Berbeda dengan DB yang trauma untuk berumah tangga, kurang percaya diri untuk menikah lagi, takut akan kecewa lagi

Tahap 4 : Catin menilai diri sendiri

Catin 1 (HL dan ES)

Jika masalah ditemukan, solusi dapat ditemukan sesegera mungkin. Pemeriksaan itu berupa pemeriksaan laboratorium dan juga pemeriksaan-pemeriksaan lain untuk mengetahui apakah mereka sakit atau apakah penyakit itu berbahaya bagi istri sesudahnya, dan bagaimana cara bermainnya masing-masing. dan HL keturunannya tidak ada penyakit kencing manis dan lain-lain, jika ada penyakit diantara mereka bisa disembuhkan sebelum menikah. Pemeriksaan kesehatan pranikah dilakukan enam bulan sebelum perayaan pernikahan. Namun ukuran idealnya juga fleksibel, tidak ada kepastian yang mutlak, yakni tes kesehatan pranikah bisa dilakukan kapan saja selama pernikahan dan jika pasangan sudah merasa siap.

Catin 2 (FD dan SR)

Dalam hal ini FD menilai dirinya sendiri, dari segi usia 23 tahun merasa sudah mantap untuk berumah tangga, dari segi ibadah masih sering meninggalkan sholat, padahal dulu anak yang patuh dan rajin sholat di masjid. Berbeda dengan SR yang belum mantap untuk berumaah tangga diusia 20 tahun, tapi tidak mau kehilangan FD yang dicintainya, dengan agama masih sering meninggalkan sholat. SR mengatakan dia agak urakan dan kekanak-kanakan, berbeda dengan FD terkesan lebih dewasa dan pendiam, SR merasa bertemu dengan orang cocok yang dapat membimbingnya di jalan Allah

Catin 3 (RH dan AN)

Catin pasangan yang serius untuk melanjutkan ke jenjang perkawinan, secara psikis tidak bermasalah dan sehat, secara emosional mereka banyak kecocokan, terbukti kalau ribut yang satu cenderung mengalah dan diam. Kalau jajan cenderung berebut mau bayar duluan. Mereka sangat terbuka dalam segala hal, termasuk AN kalau menstruasi sering sakit dan keluarga masing-masing

Catin 4 (FR dan KS)

Catin merasa bersalah dengan diri mereka masing-masing, seperti KS menilai dirinya selalu dihantui bayangan mantan pacarnya, KS sangat dendam dengan pacarnya, takut tidak dapat membahagiakan suaminya. Berbeda dengan FR yang menunggu totalitas perhatian dan keseriusan KN, karena pernikahan akan dilaksanakan bulan depan

Catin 5 (PA dan DB)

DB kurang tertarik berumah tangga dan lebih memilih memperbanyak teman, bahkan terkadang muncul pikiran dan perasaan dendam dengan gonta-ganti laki-laki, tetapi semenjak bertemu PA dia berubah dan kasihan dengan PA dan anaknya, apalagi PA duda ganteng dan PNS. Berbeda dengan PA yang menginginkan istri

sebagai pengganti ibu dari anaknya, tidak harus menikah dengan gadis, biar janda tapi menyayangi dia dan anaknya

Tahap 5 : Merencanakan tindakan yang bertanggungjawab

Catin 1 (HL dan ES)

Catin harus menjadi orang yang bertanggung jawab sebagai calon suami, demikian juga calon istrinya. Seperti yang dikatakan calon istrinya bahwa dia akan menerima kllien apa adanya, dan tetap akan mendampingi catin sebagai calon suaminya untuk berobat, catin berjanji akan berobat karena penyakitnya masih bisa diobati, dari segi biaya tidak masalah, karena dia termasuk pria yang mapan. Dia akan menyayangi istrinya, demikian juga dengan calon istrinya juga sangat menyayanginya, kllien akan berusaha menjadi imam yang baik dan tidak akan mengkhianati istrinya kelak. Pernyataan sikap dari HL menjadikan ES tersenyum bangga, dengan kalimat Inshaallah dikatakan bahwa belajar menjadi suami yang bertanggung jawab sudah lama diimpikan pasangan ini, dia akan menjalankan syariat agama, seperti ; sholat tepat waktu, mengeluarkan zakat dari penghasilan, puasa, dll.

Catin 2 (FD dan SR)

Menumbuhkan tanggung jawab laki-laki adalah pemimpin dan imam dalam keluarga, harus berubah dari awal, mulai dari bangun pagi. Tidak malas-malasan mencari nafkah, punya target untuk keluarga, rajin menjalin silaturrahim, akan berlaku adil terhadap keluarga dan mertua, akan berusaha membahagiakan istrii, orang tua dan mertua, akan rajin ibadah dengan kesadaran bahwa statusnya sebagai imam dalam keluarga. Demikian juga SR akan bangun pagi untuk sholat subuh berjamaah, menyiapkan sarapan dan makan untuk suami, membersihkan rumah, membantu dan mensupport suami dalam mencari nafkah, menemani suami dalam suka dan duka.bertanggung jawab menutupi aib rumah tangga, akan rajin silaturrohim ke orang tua dan mertua, menjalin hubungan baik dengan tetangga

Catin 3 (RH dan AN)

RH dan AN akan menemui orang tua RH untuk meyakinkan lagi, bahwa mereka akan membina rumah tangga yang Islami, AN akan segera pakai jilbab dan mendalami Islami dengan benar, RH akan tetap memenuhi tanggung jawabnya sebagai anak dan akan memegang Amanah menjadi imam yang baik dalam keluarga. RH sangat menyayangi orang tuanya, terutama ibunya, karena dia laki-laki satu-satunya dalam keluarga, terakhir ibunya merestui dengan asalkan setelah menikah tetap tinggal dirumah orang tuanya, sampai ibunya siap untuk ditinggalkan RH

Catin 4 (FR dan KS)

Konselor menegaskan pada pasangan ini, terutama KS harus melupakan peristiwa masa lalu, dia harus focus pada rumah tangga yang akan dibangun, dia harus bertanggung dengan statusnya sebagai istri dan kewajibannya terhadap suaminya. Tidak ada acara lain kecuali berfikir logis dan ril, dengan mempertimbangkan baik buruk apa yang terjadi jika dia tetap larut dengan peristiwa masa lalu. Sedangkan FR

harus sabar sebagai calon suami mendidik, melayani dan membimbing istrinya, apalagi dari Pendidikan magister seharusnya dia lebih matang dalam segala hal

Catin 5 (PA dan DB)

Pasangan ini dalam konseling diarahkan menjadi pribadi yang bertanggung jawab. DB harus merubah stigmanya tentang laki-laki, dia harus bertanggung jawab akan dirinya yang tidak boleh larut dengan dendam, dia harus melihat pernikahan itu secara positif, belajar dari kegagalan akan menjadikan dia berhati-hati dan bertanggung jawab sebagai istri dan ibu bagi anak-anaknya nanti. Sedangkan PA sangat ingin membahagiakan keluarganya

Tahap 6 : Membuat komitmen

Catin 1 (HL dan ES)

Catin berjanji tidak akan menyia-nyaiakan istrinya dan ingin membahagiakan istrinya dunia akhirat. Mereka akan menerima pasangan apa adanya, kedua orang tua sangat mensupport mereka, dan orang tua mereka tetap membiimbing mereka, karena hakekatnya pernikahan adalah menggabungkan dua keluarga besar.

Catin 2 (FD dan SR)

Dalam konseling FD dan SR sebagai calon suami tidak akan selingkuh dan menjaga perasaan pasangannya. Akan terus belajar untuk menyesuaikan diri dengan pasangan masing-masing, akan membicarakan setiap permasalahan dengan pasangan, tanpa membuka aib pasangan ke orang lain. Mengatur pengeluaran keuangan dengan benar, kalau perlu ikut membantu suami mencari nafkah. Akan setia pada suaminya, akan menjadi pasangan yang terbaik bagi suaminya

Catin 3 (RH dan AN)

RH dan AN berkomitmen membina rumah tangga yang baik, sesuai tuntunan agama, akan adil pada dua keluarga besar, bahkan kepingin punya anak dalam dekat dan mendidiknya secara Islami. RH dan AN juga menyanggupi untuk tinggal di rumah orang tua RH, AN sangat memahami kondisi pasangannya dan ini sifatnya sementara.

Catin 4 (FR dan KS)

Setelah mempertimbangkan baik buruk jika KS tetap larut dengan peristiwa masa lalunya, dia berkomitmen untuk melupakan masa lalunya, dia juga harus menghilangkan rasa dendam yang akan membelenggu perasaannya sendiri dan harus menatap kedepan bagaimana visi dari rumah tangga yang mereka bangun. Sementara FR akan sabar dan penuh kasih sayang membimbing KS dalam mengarungi bahtera rumah tangga

Catin 5 (PA dan DB)

DB dan PA berkomitmen akan membangun rumah tangga yang Bahagia atas ridho Allah, mereka akan saling menyayangi dan akan menerima pasangannya apa adanya.

Tahap 7 : Tidak menerima permintaan maaf

Catin 1 (HL dan ES)

Sikap pantang menyerah dan merasa sedih dengan penyakitnya harus dilawan. Catin harus yakin setiap penyakit ada obatnya, sikap putus asa tidak bisa diterima dan harus dilawan, justru akan memperburuk keadaannya. Demikian juga ES agak kesal dengan sikap calon suaminya yang mudah menyerah, konselor juga mengatakan agar ES dengan ikhlas dan senantiasa mensupport untuk kesembuhan HL.

Catin 2 (FD dan SR)

FD dan SR berdalih akan mencoba untuk rajin sholat, tidak ditolerir dan harus merubah kebiasaan buruk, tidak melaksanakan sholat tidak bisa dimaafkan. Perubahan harus total sesuai dengan komitmen rumah tangga yang akan mereka bangun. Kebiasaan SR menggunakan HP untuk hal yang tidak perlu dan menghabiskan waktu berjam-jam harus diperbaiki, karena perbuatan mubazir dan kurang bermanfaat. Demikian juga kebiasaan buruk main game di HP berjam-jam, ini juga tidak bisa dimaafkan, karena ini perbuatan kurang baik, sebaiknya waktu tersebut lebih baik digunakan untuk keluarga, membantu istri mengerjakan pekerjaan rumah, justru akan lebih terbentuk saling pengertian dan kasih sayang

Catin 3 (RH dan AN)

Tidak menerima perilaku bahwa orang tua RH diharapkan akan berubah dengan sendirinya bila mereka punya anak, catin harus minta restu dan keikhlasan orang tua dan pada saat akad nikah tidak ada lagi permasalahan. RH harus sujud dan minta maaf pada orang tuanya, terutama ibunya yang sangat mencintainya. Demikian juga AN yang tadinya enggan untuk tinggal di rumah RH harus mengalah dan patuh pada suami.

Catin 4 (FR dan KS)

KS dengan perkataan akan berusaha secara perlahan - lahan melupakan masa lalunya, konselor menegaskan bahwa perasaan dendam dan larut dengan pikiran masa lampau tidak bisa dimaafkan, KS harus rasional dan tidak boleh membiarkan dirinya terjebak oleh hal-hal negative tersebut. Kasih sayang yang diberikan selama ini menjadi sia-sia, KS masih ngotot saking kecewanya dengan mantan pacarnya, walaupun nantinya dia sudah bersuami. Catin diajak lagi untuk lebih rasional dengan mempertimbangkan semua aspek, termasuk dosa apabila kita menyimpan dendam dengan orang, sikap maaf dan ikhlas akan membuat ketenangan dan mendatangkan kemuliaan dihati.

Catin 5 (PA dan DB)

Konselor tidak mentolerir sikap DB yang masih trauma dengan pernikahan sebelumnya, DB harus bangun dan bangkit, serta fakta akan melangsungkan pernikahan. Demikian juga PA yang masih sedih ditinggal istrinya, walaupun masih baru tapi dia harus focus dengan rumah tangga yang akan dibangunnya, dengan

tidak melupakan serta mendoakan istrinya dan dia akan membahagiakan pasangannya yang telah menerimanya apa adanya

Tahap 8 : Tindak lanjut

Catin 1 (HL dan ES)

Catin dengan calon istrinya akan menikah minggu depan dan mohon doa konselor akan kelancaran dan keberkahan Allah. Semuanya sudah siap, undangan sudah disebar, mereka yakin semuanya akan berjalan dengan lancar. Penghulu sudah dihubungi, wali nikah langsung ayah ES, wali juga sudah dihubungi, demikian juga petugas lainnya. Diminta mereka menjaga Kesehatan agar di hari pernikahan tetap sehat, semoga semuanya lancar dan sukses.

Catin 2 (FD dan SR)

FD dan SR melangsungkan pernikahan 10 hari kemudian, dengan penuh keyakinan mantap untuk membina rumah tangga dan menjaga dengan komitmen yang kuat tali pernikahan mereka. Buat sementara mereka tinggal di rumah SR, tetapi mereka sekedar menumpang, tetapi juga tahu diri dengan membantu belanja dapur, walaupun orang tua SR tidak mau, tetapi mereka ngotot untuk diterima pemberian mereka. Dan mereka akan ngontrak pada bulan kedua pernikahan mereka, biar mandiri dan tidak merepotkan orang tua

Catin 3 (RH dan AN)

RH dan AN sudah menghadap dan meyakinkan orang tua RH sambil sungkeman, orang tua RH sudah menerima dan merestui perkawinan anaknya. Pasangan ini juga berjanji akan tinggal dengan ibunya RH, akan menemani ibunya dengan setia

Catin 4 (FR dan KS)

Pasangan ini melangsungkan perkawinan, KS dan FR bisa fokus dalam membina rumah tangganya

Catin 5 (PA dan DB)

Pernikahan mereka berjalan lancar, walaupun sederhana. Mereka hidup rukun, bahagia dan saling menyayangi. Waktu nelpon DB mengatakan sangat bahagia, kekecewaan selama ini terobati, hari-harinya sangat Bahagia hidup serumah dengan PA, walaupun jarak usia yang agak jauh dengan PA justru membuat DB nyaman dan terlindungi, masing-masing menjalankan tanggung jawabnya sesuai dengan komitmen yang dibangun sewaktu konseling

Hasil dan Pembahasan

Hal mendasar yang membedakan konseling realitas dengan konseling lainnya adalah dalam menumbuhkan tanggung jawab catin, bahkan masalah terjadi karena catin tidak bertanggung jawab terhadap dirinya. Dalam konseling, catin tampak kurang percaya diri dengan kemampuannya dan seolah-olah tidak memahami dirinya, sehingga catin tidak dapat menggali potensi dirinya secara optimal, sehingga tidak berani mengambil keputusan sendiri yang berujung pada krisis identitas⁹. Beberapa sesi konseling terlihat pasangan pranikah yang tadinya semangat menjadi berubah tatkala tahu akan tanggung jawabnya setelah menikah. Diantara sesi konseling adalah:

Konselor menunjukan keterlibatan dengan catin

Dari 5 catin yang dikonselingi konselor berusaha mendengarkan dengan empati: Konselor mendengarkan dengan saksama dan empati terhadap pengalaman dan perasaan klien. Mereka berusaha memahami perspektif klien secara mendalam dan menciptakan ruang yang aman bagi klien untuk berbicara. Mengakui perasaan dan pengalaman klien: Konselor mengakui dan memvalidasi perasaan, pengalaman, dan kesulitan yang dialami oleh klien. Ini membantu klien merasa dipahami dan diterima. Membangun hubungan terapeutik yang kuat: Konselor berinvestasi dalam membangun hubungan yang positif, saling percaya, dan terbuka dengan klien. Mereka menciptakan iklim yang mendukung bagi klien untuk mengungkapkan diri dan merasa nyaman berinteraksi dengan konselor. Menggunakan teknik pemeriksaan realitas: Konselor menggunakan teknik-teknik konseling realitas untuk membantu klien menyadari realitas dan mencari solusi yang praktis terhadap masalah yang dihadapi. Mereka membantu klien mengidentifikasi keyakinan atau persepsi yang tidak realistis atau tidak bermanfaat, dan bekerja sama dengan klien untuk mengembangkan pandangan yang lebih seimbang dan realistis. Memberikan dorongan dan dukungan: Konselor memberikan dorongan dan dukungan kepada klien dalam mencapai tujuan mereka. Mereka mendorong klien untuk mengambil tanggung jawab atas hidup mereka sendiri, mendorong kemandirian, dan menyediakan sumber daya dan strategi yang relevan untuk membantu klien menghadapi tantangan mereka. Kolaborasi dalam perencanaan tindakan: Konselor bekerja sama dengan klien untuk merumuskan rencana tindakan yang konkret dan terukur. Mereka membantu klien mengidentifikasi langkah-langkah yang dapat diambil untuk mengatasi masalah dan mencapai tujuan mereka, serta memberikan dukungan dalam melaksanakan rencana tersebut¹⁰.

⁹ Raup Padillah, "Implementasi Konseling Realitas Dalam Menangani Krisis Identitas Pada Remaja," *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 3, no. 3 (2020): 120–25, <http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/biblio/article/view/5295>.

¹⁰ M. L. Kim, D. S., & Rice, "Couples Therapy for Premarital Clients: Applying the Leading Marriage Preparation Program to Couples Therapy," *The Family Journal*, 15, no. 3 (2007): 286–90.

Fokus pada perilaku sekarang

Dalam konseling, penting untuk memfokuskan perhatian pada masalah sekarang yang dihadapi oleh klien. Pendekatan ini memungkinkan klien dan terapis untuk bekerja bersama-sama untuk mengidentifikasi, memahami, dan mencari solusi terhadap masalah yang sedang dialami saat ini. Dengan memusatkan perhatian pada masalah sekarang, konseling dapat menjadi lebih relevan, praktis, dan efektif. Fokus pada masalah sekarang dalam konseling merupakan elemen penting dalam mencapai perubahan dan pertumbuhan klien¹¹. Dalam konseling realitas untuk 5 pasangan catin dapat memberikan wawasan yang lebih luas tentang pentingnya memusatkan perhatian pada masalah sekarang dalam konteks konseling. Dengan memahami masalah yang dihadapi klien saat ini, terapis dapat bekerja secara efektif untuk membantu klien mencari solusi yang relevan dan berkelanjutan.

Mengeksplorasi total behavior

Menggali perilaku klien dalam konseling merupakan langkah penting dalam memahami masalah yang dihadapi oleh klien dan merancang intervensi yang sesuai. Referensi yang disebutkan di atas memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya proses ini dalam konteks konseling. Dengan menggali perilaku klien, terapis dapat memperoleh wawasan yang lebih kaya tentang motivasi, pola pikir, dan pengalaman klien, yang merupakan dasar dalam membantu klien mencapai perubahan dan pertumbuhan yang diinginkan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang perilaku klien, terapis dapat mengembangkan strategi dan intervensi yang lebih tepat dan relevan untuk membantu klien mencapai tujuan dalam proses konseling¹².

Catin menilai diri sendiri

Dalam proses konseling, penting bagi klien untuk melakukan penilaian diri sendiri. Penilaian diri adalah kemampuan individu untuk menggambarkan dan mengevaluasi karakteristik, kemampuan, dan pengalaman pribadi mereka. Ini mencakup penilaian terhadap perilaku, pikiran, emosi, dan tingkat kepuasan dalam berbagai aspek kehidupan. Konteks konseling, penilaian diri memainkan peran kunci dalam memahami kebutuhan dan harapan klien serta merancang intervensi yang efektif.¹³ Pelaksanaan konseling dengan 5 pasangan catin, terlihat pada proses konseling dan setelah konseling. Selama proses konseling mereka bersemangat dan setelah proses terlihat dari ungkapan verbal dan langkah-langkah konkrit yang akan dilakukan sesuai kesepakatan konseling.

¹¹ M. O'Connell, B., & Dowling, "A Scoping Review of What Is Known of the Physical and Mental Health of Young Adults with Developmental Disabilities during Their Transition to Adulthood," *Journal of Intellectual Disabilities*, 19, no. 1 (2015): 69–89.

¹² S. D. Wampold, B. E., Imel, Z. E., & Miller, *The Great Psychotherapy Debate: The Evidence for What Makes Psychotherapy Work* (Routledge., 2011).

¹³ M. B. Ivey, A. E., D'Andrea, M., & Ivey, *Theories of Counseling and Psychotherapy: A Multicultural Perspective* (SAGE Publications, Thousand Oaks, CA, USA, 2017).

Merencanakan tindakan yang bertanggungjawab

Rencana tindakan yang bertanggung jawab setelah proses konseling merupakan langkah penting bagi klien untuk melanjutkan perubahan dan pertumbuhan yang telah dicapai dalam sesi konseling. Dengan menyusun tujuan yang efektif menerapkan strategi yang dipelajari, menggunakan sumber daya yang tersedia, melakukan tindakan mandiri, mengikuti rencana pemeliharaan, memonitor kemajuan, dan mencari dukungan lanjutan, klien dapat memperkuat perubahan positif dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan¹⁴. Rencana tindakan oleh kelima pasangan catin merupakan rencana yang bertanggung jawab disertai konsekuensi, waktu yang tepat, dan cara melaksanakan, serta pertemuan berikutnya untuk membahas tindakan yang telah dilakukan.

Membuat komitmen

Membuat komitmen dalam konseling sangatlah penting karena komitmen tersebut berperan dalam membantu individu mencapai tujuan dan perubahan yang diinginkan dalam proses konseling. Berikut adalah beberapa alasan mengapa membuat komitmen dalam konseling sangatlah penting: Memperkuat motivasi: Dengan membuat komitmen, klien akan lebih termotivasi untuk berkomitmen dalam mencapai perubahan yang diinginkan. Komitmen menjadi pengingat yang kuat tentang tujuan mereka dan membantu menjaga motivasi dalam menghadapi rintangan atau hambatan yang mungkin muncul selama proses konseling. Fokus pada perubahan: Komitmen membantu klien untuk fokus pada perubahan yang ingin dicapai, serta mengidentifikasi dan memperjelas tujuan yang diinginkan, klien dapat lebih mudah mengarahkan upaya mereka dan menentukan langkah-langkah konkret yang perlu diambil untuk mencapai tujuan tersebut. Meningkatkan akuntabilitas: Komitmen membuat klien lebih bertanggung jawab terhadap perubahan yang mereka inginkan.

Dengan memperjelas komitmen mereka kepada konselor, klien menjadi lebih sadar akan tanggung jawab mereka dalam melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Hal ini juga memungkinkan konselor untuk secara objektif memantau kemajuan klien dan memberikan umpan balik yang relevan. Mengatasi ketidakpastian: Proses konseling seringkali melibatkan perubahan yang tidak diketahui atau tidak pasti. Dalam menghadapi ketidakpastian ini, komitmen menjadi pijakan yang stabil dan membantu klien untuk tetap fokus dan termotivasi meskipun ada ketidakpastian atau tantangan yang muncul¹⁵. Untuk komitmen pada 5 pasangan catin komitmen dibangun dengan mempertimbangkan untung rugi dari bentuk tingkah laku yang akan dilakukan, komitmen menjadikan pasangan pranikah ini lebih percaya dan konselor berusaha memberikan penguatan pada mereka.

¹⁴ S. Hill, C. E., & Knox, *Helping Skills: Facilitating Exploration, Insight, and Action* (American Psychological Association., 2019).

¹⁵ Gerald Corey, *Teori Dan Praktik Konseling* (Jakarta: Refika Aditama, 2007).

Tidak menerima permintaan maaf

Tidak menerima permintaan maaf dari klien dalam konseling dapat memiliki beberapa alasan tergantung pada konteksnya. Berikut adalah beberapa alasan yang mungkin: Keterbatasan peran konselor: Konselor memiliki peran profesional yang berbeda dengan teman atau anggota keluarga. Menerima permintaan maaf secara langsung dapat memperumit hubungan konselor-klien dan mencampuradukkan peran serta batasan-batasan yang diperlukan dalam konseling. Fokus pada pertumbuhan dan pemulihan: Konseling sering kali berfokus pada membantu klien mengatasi masalah mereka, menggali sumber-sumber ketidakseimbangan, dan meraih pertumbuhan pribadi. Pada konteks ini, menerima permintaan maaf mungkin bukan prioritas utama. Alih-alih, konselor mungkin lebih tertarik pada pemahaman, eksplorasi, dan pengembangan solusi yang lebih mendalam. Peranan tanggung jawab:

Pada beberapa kasus, menerima permintaan maaf dari klien dapat memberikan kesan bahwa konselor berbagi tanggung jawab atau kesalahan yang mungkin terjadi dalam kehidupan klien. Konselor bertanggung jawab untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, namun menerima permintaan maaf dapat memperumit hubungan dan menyebabkan konselor menanggung beban yang tidak semestinya. Pengalihan perhatian: Menerima permintaan maaf mungkin mengalihkan perhatian dari isu-isu yang lebih mendesak atau lebih relevan dalam sesi konseling. Konselor perlu memastikan bahwa waktu dan fokus sesi digunakan secara efektif untuk membantu klien mencapai tujuan mereka.¹⁶ Dalam praktiknya untuk 5 catin, hanya 2 pasang yang memiliki mekanisme pertahanan diri yang kuat, tetapi setelah dilakukan tidak memaafkan tingkah lakunya mereka tersentak dan menyadari perilaku tersebut.

Tindak lanjut

Tindak lanjut dalam konseling adalah langkah penting untuk memastikan kontinuitas, pemantauan, dan dukungan yang berkelanjutan bagi klien. Ini memungkinkan konselor dan klien bekerja sama dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dan memaksimalkan hasil dari proses konseling.¹⁷ beberapa manfaat penting dari tindak lanjut dalam konseling: Kontinuitas perawatan: Tindak lanjut memastikan adanya kelanjutan dalam perawatan konseling. Dengan melakukan pertemuan berikutnya atau menjaga komunikasi secara teratur, konselor dapat memantau kemajuan klien, mengidentifikasi perubahan atau tantangan baru yang muncul, dan memberikan dukungan yang berkelanjutan. Pemantauan dan evaluasi: Tindak lanjut memungkinkan konselor untuk memantau dan mengevaluasi efektivitas intervensi dan strategi yang digunakan dalam sesi konseling. Hal ini membantu konselor dalam menilai apakah pendekatan yang diambil masih relevan

¹⁶ Corey.

¹⁷ P. J. Nelson, M. L., Barnes, M. D., Evans, R., & Triggiano, "The Importance of Counseling Follow-up in the College Mental Health Setting: A Literature Review," *Journal of College Counseling*, 20, no. 1 (2017): 36–49.

dan efektif, atau apakah ada kebutuhan untuk melakukan penyesuaian atau perubahan dalam rencana perawatan. Konsolidasi perubahan: Melalui tindak lanjut, klien dapat memperkuat perubahan yang telah mereka capai selama proses konseling.

Dengan terus mendiskusikan dan mengaplikasikan keterampilan baru atau wawasan yang diperoleh, klien dapat memperkuat perubahan positif, mengatasi tantangan, dan membangun keberhasilan jangka panjang. Dukungan emosional: Tindak lanjut memberikan kesempatan bagi klien untuk berbagi pengalaman, perasaan, dan tantangan yang mereka hadapi setelah sesi konseling. Konselor dapat memberikan dukungan emosional, memvalidasi perjuangan klien, dan membantu mereka mengelola stres atau perubahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Pencegahan kekambuhan: Tindak lanjut secara teratur membantu mencegah kekambuhan atau penurunan kondisi klien. Dengan mempertahankan koneksi dan komunikasi yang teratur, konselor dapat membantu klien mengidentifikasi tanda-tanda awal yang mungkin muncul dan mengambil langkah-langkah preventif sebelum masalah berkembang menjadi lebih serius. Pengembangan hubungan konselor-klien: Tindak lanjut memperkuat hubungan antara konselor dan klien. Melalui interaksi yang berkelanjutan, klien dapat membangun kepercayaan yang lebih dalam dengan konselor dan merasa lebih nyaman dalam berbagi pengalaman dan tantangan pribadi mereka¹⁸.

Disamping itu catin diajak untuk melihat fakta riil dari berbagai peristiwa yang melatarbelakangi masalah, sehingga dengan tanggungjawabnya catin akan berusaha focus mengarahkan energi psikisnya untuk berfikir bagaimana masalah tersebut dapat diatasi. Selain teknik, itu juga membantu orang mengidentifikasi dan merumuskan tujuan dengan jelas, dan membantu catin mencari jalan keluar dari permasalahan yang dialaminya¹⁹.

Mengkaji proses konseling realitas yang dilakukan terhadap pasangan pranikah, terlihat bahwa rasional untuk melihat fakta masalah lebih dibutuhkan dan membantu disbanding persoalan-persoalan emosional. Ego defence catin harus diruntuhkan demi realitas yang ada. Untuk bisa masuk lebih dalam ke diri catin perlu hubungan yang akrab (*rapport*), karena konselor akan focus pada tanggung jawab catin. Kualitas hubungan interpersonal antara konselor dsangat penting untuk: (1) memudahkan pemahaman catin tentang konseling, (2) memaksimalkan tugas, fungsi serta peran konselor. pembimbing, (3) mmewerealisasikan hubungan yang baik, (4) penerapan teknik yang baik²⁰. Dengan hubungan yang akrab akan lebih mudah memahami, menjelajahi dan merespon permasalahan catin. Dan ini Sesuai dengan fungsi konselor bahwa (1) Konselor berperan dalam membangun karakter bangsa, dengan membentuk tanggung jawab dan kemandirian (2) mengintegrasikan nilai-nilai cinta, persahabatan dan karya dalam bentuk minat sosial, sesuai dengan

¹⁸ Glasser, *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*.

¹⁹ Reni Susanti, "Efektifitas Konseling Realitas Untuk Peningkatan Regulasi Diri Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi," *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 2015.

²⁰ Susanti.

tuntutan masyarakat, (3) konseling ini yang berorientasi pada keunikan perilaku individu²¹.

Dilihat dari urutan pelaksanaan konseling, pasangan pranikah karena suasana psikologis yang cukup Bahagia, terkesan lebih humanis, dalam penyambutan perlu diselipkan humor-humor ringan yang membuat mereka tersipu malu. Catin akan memiliki keterbukaan diri (self disclosure) dari segi ketepatan dalam menyampaikan informasi atau permasalahan ketika konseling perorangan²². Konseling juga dapat memberikan informasi kepada orang terdekat (*significant others*) untuk memberikan kasih sayang kepada seseorang yang memiliki masalah²³. Untuk pasangan pranikah akan lebih mudah tersentuh dan terbuka jika mereka secara bersamaan melakukan konseling. Disamping itu Keterbukaan diri dari istri dan persepsinya terhadap keterbukaan diri suaminya tidak dapat dipisahkan satu sama lain. bahwa istri mengalami kepuasan pernikahan yang lebih besar ketika dia merasa bahwa suami terbuka untuk dirinya sendiri, sehingga keterbukaan sangat berpengaruh terhadap usia-usia awal huubungan suami-istri²⁴.

Pasangan pranikah seringkali terlalu larut dengan kejadian masa lalu dan yang akan datang. Masa lalu dengan pengalaman traumatic atau nostalgia mereka awal bertemu, sedangkan masa yang akan datang lebih kepada hal-hal indah setelah menikah, seperti bulan madu setelah resepsi pernikahan, punya anak dan berkumpul bersama setiap saat. Apalagi bagi pasangan dengan perencanaan yang kurang matang dengan usia relative muda. Dan ternyata permasalahan yang menonjol diawal 5 tahun pernikahan adalah masalah keuangan (ekonomi) dan penyesuaian dengan keluarga besar²⁵.

Berkaitan prilaku yang dieksplorasi terlihat, hakekatnya datang dengan keyakinan yang tinggi, semangat yang tinggi menuju hari pernikahan, urusan administrasi perkawinan lancar dan taka da kendala. Kebingungan mulai muncul tatkala berhadapan pembahasan prilaku setelah berkeluarga, berbeda pasangan yang nikah melalui ta'aruf, bahwa sebelum permenikahan ada pihak ketiga yang

²¹ Khayatun Nufus Akhsania, "Pendidikan Karakter Prososial Di Era Milenial Dengan Pendekatan Konseling Realitas," *Prosiding SNBK* 2, no. 1 (2018): 228–33.

²² Ogi Julianda, Rahma Wira Nita, and Wira Solina, "Profil Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Peserta Didik Dalam Pelaksanaan Konseling Perorangan Di Kelas XI SMK 3 Negeri Kota Padang" 1, no. 2 (2021): 1–10.

²³ Risqa Sabrina Badjarad, "Konseling Untuk Mengatasi Permasalahan Afeksi Antara Anak Keterbatasan Intelektual Dengan Significant Others," *Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 1 (2021): 26–32, <https://doi.org/10.24239/nosipakabelo.v2i1.762>.

²⁴ Nidya Ayu Kusuma Wardhani, "Self Disclosure Dan Kepuasan Perkawinan Pada Istri Di Usia Awal Perkawinan," *Calytra* 1, no. 1 (2013): 1–9.

²⁵ Satih Saidiyah and Very Julianto, "Problem Pernikahan Dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus Pada Pasangan Suamii Istri Dengan Usia Perkawinan Di Bawah Sepuluh Tahun," *Jurnal Psikologi Undip* Vol.15 No. (2016): 124–33.

memediasi komunikasi, biasanya orang yang dipercaya, setelah menikah pasangan ini akan langsung tanpa ada perantara lagi²⁶.

Dari pemakaian teknik yang fleksibel, seperti tidak memaafkan catin dan bagaimana catin keluar dari rasa nyaman yang merupakan mekanisme pertahanan diri dan harus melawan dan mengatakan tidak pada dirinya, karena merugikannya setelah menikah. Disamping itu juga dengan meningkatkan kualitas, baik ibadah wajib maupun ibadah sunnah²⁷. Perpaduan teknik akan mempercepat proses penyelesaian masalah catin. Seperti model terapi yang religius dengan sholat tahajud untuk penyembuhan penyakit²⁸.

Pasangan pranikah harus berani bertanggung jawab dengan segala konsekuensinya. Tanggung jawab dengan penuh kesadaran dari setiap perilaku dan perbuatan yang dilakukan sebagai bentuk perwujudan akan kesadaran diri. Hal ini harus dibangun dengan penuh tanggung jawab pada Tuhan dan sesama makhluk²⁹. Catin harus berada pada kondisi yang menjadi pilihan mereka, yang jelas setiap langkah yang diambil sudah dipertimbangkan baik-buruknya, untung-ruginya. Klien betul-betul diajak untuk mempertimbangkan setiap langkah yang diambilnya, karena akan beresiko jika salah dalam menentukan tingkah laku, kematangan secara psikologis harus dimunculkan dalam setiap bagian tingkah laku yang akan ditampilkan. Setiap tingkah laku itu harus hasil kesepakatan dengan pasangan. Ini menjadi penting sebagai bentuk kebersamaan dan tanggung jawab masing-masing pasangan. Membangun sikap dan komitmen sangat penting bagi pasangan pranikah, komitmen harus dibangun berdua dengan pasangan yang dilandasi arah dan visi dari rumah tangga tersebut, tentunya dengan program capaian jangka pendek dan jangka Panjang. Dilihat dari tanggung jawab suami, beberapa hal yang harus ditunaikannya ; *Pertama*, memberikan nafkah sesuai dengan kemampuan. *Kedua*, memberikan rumah yang layak. *Ketiga*, menjaga istrinya dan menggaulinya dengan baik. *Keempat*, memberikan mahar kepada istrinya³⁰ dan yang lebih penting juga harmonisasi orang tua dengan anak-anaknya dalam penyesuaian diri, yang juga berlaku bagi pasangan suami istri dalam keluarga. Ada perasaan aman dan nyaman,

²⁶ Kholistiani Puspada Hapsa, Uud Wahyudin, and Duddy Zein, "Perilaku Komunikasi Dan Makna Samawa Pada Pasangan Menikah Melalui Ta'Aruf," *Jurnal Riset Komunikasi* 2, no. 1 (2019): 1–12, <https://doi.org/10.24329/jurkom.v2i1.48>.

²⁷ Mubasyaroh, "Pendekatan Konseling Realitas Dan Terapi Agama Article Information," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 13, no. 1 (2019): 81–96.

²⁸ M Sholeh, *Terapi Shalat Tahajud: Menyembuhkan Berbagai Penyakit* (Jakarta: Noura Books, 2006).

²⁹ Shabri Shaleh Anwar, "Tanggung Jawab Pendidikan Dalam Perspektif Psikologi Agama," *Pympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 1, no. 1 (2014): 11–21, <https://doi.org/10.15575/psy.v1i1.463>.

³⁰ Haris Hidayatulloh, "Hak Dan Kewajiban Suami Istri Dalam Al-Qur'an," *Jurnal Hukum Keluarga Islam* 4, no. 2 (2020): 143–65.

serta saling menghargai³¹ untuk itu dibutuhkan komunikasi yang baik dengan pasangan yang berdampak kepuasan dalam keluarga³².

Komitmen dalam konseling ini sangat penting, bagaimana pasangan pranikah berjanji tidak akan mengkhianati pasangannya, saling membantu dalam suka dan duka. karena komitmen merupakan kerelaan masing-masing untuk bekerja keras serta memberikan energi dan waktu untuk menyelesaikan suatu pekerjaan³³. Pasangan pranikah (suami dan Istri) diharuskan memiliki kemauan yang kuat untuk memperkuat hubungan mereka. Komitmen merupakan kunci yang sangat menentukan keutuhan rumah tangga³⁴. Hakekatnya komitmen saling menjaga dengan berkorban untuk pasangan masing dengan memegang teguh janji dari hati yang paling dalam. Terlihat dalam proses konseling komitmen menjadi sesuatu yang penting, serta kunci dari perubahan jangka pendek konseling, sedangkan tujuan jangka menengah dan panjang dengan mewujudkan komitmen dalam bentuk tingkah laku nyata. Untuk itu suami isteri harus memiliki niat yang baik dan kokoh serta berupaya meningkatkan kualitas hubungan mereka. Untuk itu komitmen menjadi kunci dalam kelanggengan rumah tangga³⁵. Tingginya kepuasan pernikahan akan memperkuat pernikahan itu sendiri, dan kepuasan ini akan menguatkan komitmen pernikahan³⁶. Hubungan tadinya kurang kuat karena berbagai faktor, setelah membangun komitmen mereka menjadi focus dengan berusaha menyingkirkan berbagai perbedaan dan ketidakcocokan. Artinya komitmen menjadi penting untuk menyatukan pasangan suami-istri, permasalahan yang berat akan terasa ringan, yang kurang menjadi cukup, kelemahan bisa menjadi kelebihan, jika komitmen keluarga dibangun dengan baik, tidak boleh ada yang mengkhianati dan konsekwen dengan komitmen tersebut. Untuk itu dibutuhkan kemampuan individu menafsirkan dengan positif serta berupaya dengan berbagai cara mengentaskan masalah dalam rumah tangga. Pasangan suami-istri yang berbeda pendapat harus Kembali kekomitmen awal dari pernikahan mereka³⁷.

Tahap akhir konseling adalah tindak lanjut yang merupakan perwujudan actual dari apa yang diputuskan. Untuk evaluasi tidak harus dengan konseling lanjutan dalam bentuk tatap muka, tetapi bisa lewat WA atau telpon ke konselor.

³¹ Indrawati and Fauziah, "Attachment Dan Penyesuaian Diri Dalam Perkawinan."

³² A.E.P. Azeez, "Employed Women and Marital Satisfaction: A Study among Female Nurses," *Journal of Management and Social Sciences Research* 2(11), no. 17–23 (2013).

³³ Debora Eflina and Ali Nina Purba, *Pengaruh Kepribadian Dan Komitmen Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior*, Makara: Sosial Humaniora., 2014.

³⁴ Dyah Astorini Wulandari, "Kajian Tentang Faktor-Faktor Komitmen Dalam Perkawinan," *Psycho Idea* 7, no. 1 (2009): 1–10.

³⁵ Wulandari.

³⁶ Sofa Raihana Harahap and Yuliana Intan Lestari, "Peranan Komitmen Dan Komunikasi Interpersonal Dalam Meningkatkan Kepuasan Pernikahan Pada Suami Yang Memiliki Istri Bekerja," *Jurnal Psikologi* 14, no. 2 (2018): 120, <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.5603>.

³⁷ Melok Roro Kinanthi, "Faktor Penentu Komitmen Pernikahan Pada Kelompok Populasi Tahap Pernikahan Transition to Parenthood Hingga Family with Teenagers," *Psikodimensia* 17, no. 1 (2018): 63, <https://doi.org/10.24167/psidim.v17i1.1504>.

Dari 5 pasangan pranikah yang lebih dulu menelpon adalah PA dan DB yang mengucapkan terima kasih, sekarang mereka hidup tenang dan bahagia, dan pasangan yang lain juga mengucapkan terima kasih. Beberapa hal pokok manfaat konseling bagi catin adalah; dapat melatih keberanian pasangan pranikah untuk melangkah dengan penuh tanggung jawab, yakin bahwa setiap masalah bisa diselesaikan secara bersama dengan penuh tanggung jawab, melihat pasangan dari kelebihan bukan kelemahan dan mengoptimalkan kelebihan tersebut untuk menutupi kelemahannya

Penutup

Kesimpulan

Pernikahan dengan kesadaran akan tanggung jawab akan melihat setiap persoalan yang dihadapi dan akan dihadapi lebih realistis, serta visi membangun rumah tangga dalam mencari ridho Allah SWT, tidak melakukan mekanisme pertahanan diri, dibanding mereka yang menikah secara terpaksa. Konseling realitas lebih efektif membangun tanggung jawab bagi pasangan pranikah, karena permasalahannya adalah persiapan untuk bertanggung jawab sebagai istri dan suami. Bahkan syarat utuhnya suatu keluarga dikenal dengan rumus 3S + 1 R. maksud dari 3 S yaitu; Saling pengertian, Seks dan Sarana, sedangkan 1 R adalah Ridho Allah dan Ridho orang tua.

Saran

Untuk membentuk keluarga yang berkualitas (sakinah, mawaddah dan warahmah) perlu persiapan yang matang, terutama agama, karena dengan semua akan lebih mudah, disamping kesiapan fisik, sosioemosional dan juga materi. Untuk materi ada pepatah bahwa uang bukan segala-galanya, tapi tanpa tidak banyak yang bisa dilakukan.

Daftar Pustaka

- Akhsania, Khayatun Nufus. "Pendidikan Karakter Prosocial Di Era Milenial Dengan Pendekatan Konseling Realitas." *Prosiding SNBK* 2, no. 1 (2018): 228–33.
- Anwar, Shabri Shaleh. "Tanggung Jawab Pendidikan Dalam Perspektif Psikologi Agama." *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 1, no. 1 (2014): 11–21. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i1.463>.
- Azeez, A.E.P. "Employed Women and Marital Satisfaction: A Study among Female Nurses." *Journal of Management and Social Sciences Research* 2(11), no. 17–23 (2013).
- Badjarad, Risqa Sabrina. "Konseling Untuk Mengatasi Permasalahan Afeksi Antara Anak Keterbatasan Intelektual Dengan Significant Others." *Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 1 (2021): 26–32. <https://doi.org/10.24239/nosipakabelo.v2i1.762>.
- Corey, Gerald. *Teori Dan Praktik Konseling*. Jakarta: Refika Aditama, 2007.
- Dewi1, E., and B. Basti. "Konflik Perkawinan Dan Model Penyelesaian Konflik Pada Pasangan Suami Istri." *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma* 2, no. 1 (2008): 98377.
- Eflina, Debora, and Ali Nina Purba. *Pengaruh Kepribadian Dan Komitmen Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior*. Makara: Sosial Humaniora, 2014.
- Glasser, W. *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*. New York: Harper & Row Publishers., 1965.
- Hapsa, Kholistiani Puspadina, Uud Wahyudin, and Duddy Zein. "Perilaku Komunikasi Dan Makna Samawa Pada Pasangan Menikah Melalui Ta'Aruf." *Jurnal Riset Komunikasi* 2, no. 1 (2019): 1–12. <https://doi.org/10.24329/jurkom.v2i1.48>.
- Harahap, Sofa Raihana, and Yuliana Intan Lestari. "Peranan Komitmen Dan Komunikasi Interpersonal Dalam Meningkatkan Kepuasan Pernikahan Pada Suami Yang Memiliki Istri Bekerja." *Jurnal Psikologi* 14, no. 2 (2018): 120. <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.5603>.
- Hidayatulloh, Haris. "Hak Dan Kewajiban Suami Istri Dalam Al-Qur'an." *Jurnal Hukum Keluarga Islam* 4, no. 2 (2020): 143–65.
- Hill, C. E., & Knox, S. *Helping Skills: Facilitating Exploration, Insight, and Action*. American Psychological Association., 2019.
- Indrawati, Endang Sri, and Nailul Fauziah. "Attachment Dan Penyesuaian Diri Dalam Perkawinan." *Jurnal Psikologi Undip* 11 (2012): 40–49.
- Ivey, A. E., D'Andrea, M., & Ivey, M. B. *Theories of Counseling and Psychotherapy: A Multicultural Perspective*. SAGE Publications, Thousand Oaks, CA, USA, 2017.
- Julianda, Ogi, Rahma Wira Nita, and Wira Solina. "Profil Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Peserta Didik Dalam Pelaksanaan Konseling Perorangan Di Kelas XI SMK 3 Negeri Kota Padang" 1, no. 2 (2021): 1–10.
- Kim, D. S., & Rice, M. L. "Couples Therapy for Premarital Clients: Applying the Leading Marriage Preparation Program to Couples Therapy." *The Family Journal*, 15, no. 3 (2007): 286–90.
- Kinanthi, Melok Roro. "Faktor Penentu Komitmen Pernikahan Pada Kelompok Populasi Tahap Pernikahan Transition to Parenthood Hingga Family with

- Teenagers.” *Psikodimensia* 17, no. 1 (2018): 63.
<https://doi.org/10.24167/psidim.v17i1.1504>.
- Mubasyaroh. “Pendekatan Konseling Realitas Dan Terapi Agama Article Information.” *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 13, no. 1 (2019): 81–96.
- Nelson, M. L., Barnes, M. D., Evans, R., & Triggiano, P. J. “The Importance of Counseling Follow-up in the College Mental Health Setting: A Literature Review.” *Journal of College Counseling*, 20, no. 1 (2017): 36–49.
- O’Connell, B., & Dowling, M. “A Scoping Review of What Is Known of the Physical and Mental Health of Young Adults with Developmental Disabilities during Their Transition to Adulthood.” *Journal of Intellectual Disabilities*, 19, no. 1 (2015): 69–89.
- Padillah, Raup. “Implementasi Konseling Realitas Dalam Menangani Krisis Identitas Pada Remaja.” *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 3, no. 3 (2020): 120–25. <http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/biblio/article/view/5295>.
- Perempuan, Komnas. “Angka KDRT Di Indonesia Meningkatkan Sejak Pandemi Covid-19: Penyebab Dan Cara Mengatasinya,” 2020.
- Prianto, Budhy, Nawang Warsi Wulandari, and Agustin Rahmawati. “Rendahnya Komitmen Dalam Perkawinan Sebagai Sebab Perceraian.” *KOMUNITAS: International Journal of Indonesian Society and Culture* 5, no. 2 (2014).
<https://doi.org/10.15294/komunitas.v5i2.2739>.
- Saidiyah, Satih, and Very Julianto. “Problem Pernikahan Dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus Pada Pasangan Suamii Istri Dengan Usia Perkawinan Di Bawah Sepuluh Tahun.” *Jurnal Psikologi Undip* Vol.15 No. (2016): 124–33.
- Schneiders, A.A. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Reinhart and Winston Inc, 1999.
- Sholeh, M. *Terapi Shalat Tabajud: Menyembuhkan Berbagai Penyakit*. Jakarta: Noura Books, 2006.
- Sihite, R. *Perempuan, Kesetaraan Dan Keadilan “Suatu Tinjauan Berwawasan Gender.”* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007.
- Susanti, Reni. “Efektifitas Konseling Realitas Untuk Peningkatan Regulasi Diri Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi.” *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 2015.
- Theresia Aitta Gradianti, Veronika Suprapti. “Gaya Penyelesaian Konflik Perkawinan Pada Pasangan Dual Earner (Marital Conflict Resolution Style In Dual Earner Couples).” *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan, Universitas Airlangga* Volume 3, (2014): 201.
- Wampold, B. E., Imel, Z. E., & Miller, S. D. *The Great Psychotherapy Debate: The Evidence for What Makes Psychotherapy Work*. Routledge., 2011.
- Wardhani, Nidya Ayu Kusuma. “Self Disclosure Dan Kepuasan Perkawinan Pada Istri Di Usia Awal Perkawinan.” *Calyptra* 1, no. 1 (2013): 1–9.
- Wulandari, Dyah Astorini. “Kajian Tentang Faktor-Faktor Komitmen Dalam Perkawinan.” *Psycho Idea* 7, no. 1 (2009): 1–10.