e-ISSN: 2715-7792
p-ISSN: 2715-8985
Volume 6 No. 2 Desember 2024

Pengaruh Psikoedukasi BERSIAGA (Berani dan Siap Berkeluarga) untuk Menumbuhkan Ekspektasi Pernikahan yang Positif pada Dewasa Awal

Pradiptya Septyanti Putri, Nida Muthi Anisa, Salsabilla D. Putri, Anggun Zachra J. S., Sendi S. Hartadi
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Informatika dan Bisnis Indoesia
Email: pradiptya@unibi.ac.id; nidamuthiannisa@unibi.ac.id.

Diterima:	Diterima Setelah Revisi:	Dipublikasikan:
4 Desember 2024	12 Desember 2024	20 Desember 2024

Abstrak

Banyak fenomena takut menikah yang terjadi saat ini, berkaitan dengan bagaimana ekspektasi terhadap pernikahan yang mereka miliki. Salah satu cara untuk dapat menumbuhkan ekspektasi pernikahan yang positif agar individu dewasa awal tidak takut akan pernikahan adalah dengan memberi sebuah psikoedukasi yang bertema BERSIAGA. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi BERSIAGA terhadap ekspektasi pernikahan pada dewasa awal. Subjek penelitian ini berjumlah 30 orang. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan menggunakan *one group pretest-posttest design*. Pengumpulan data menggunakan *marital expectation questionnaire* (MEQ). Teknik analisis data yang digunakan adalah uji beda *paired sample T-test* dengan bantuan SPSS 29. Sebelum melakukan uji analisis data utama, peneliti melakukan uji normalitas dan uji homogenitas sebagai syarat pengolahan dengan uji beda *paired siample T-test.* Hasil uji normalitas dengan *saphiro wilk* menunjukkan skor signifikansi sebesar 0.334 untuk data *pretest* dan 0.106 untuk data *posttest* ($p>0.05$) sehingga distribusi data pada penelitian ini tergolong normal. Uji homogenitas menunjukkan skor signifikansi sebesar 0.052 (sig >0.05), artinya variasi data antara *pretest* dan *posttest* bersifat homogen. Hasil uji hipotesis pada penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.043 ($p<0.05$), artinya bahwa psikoedukasi BERSIAGA berpengaruh secara signifikan terhadap ekspektasi pernikahan pada individu dewasa awal. Hal tersebut mengindikasikan adanya perbedaan skor pada individu dewasa awal sebelum diberi psikoedukasi dan setelah diberikan. Pemberian psikoedukasi BERSIAGA dapat membuat ekspektasi pernikahan individu dewasa awal menjadi lebih positif.

Kata Kunci: Dewasa Awal, Ekspektasi Pernikahan, Psikoedukasi.

Abstract

Many of the fear of marriage phenomena that occur today are related to their expectations of marriage. One way to foster positive marital expectations so that early adults are not afraid of marriage is to provide psychoeducation with the theme BERSIAGA. The purpose of this study was to determine the effect of BERSIAGA psychoeducation on Marital Expectations in early adulthood. The subjects of this study were 30 people. The type of research used was a quasi-experimental study using a one group pretest-posttest design. Data collection used a Marital Expectation Questionnaire (MEQ). The data analysis technique used was a paired simple T-test with the help of SPSS 29. Before conducting the main data analysis test, the researcher conducted a normality test and a homogeneity test as a requirement for processing with a paired sample T-test. The results of

the normality test with Saphiro Wilk showed a significance score of 0.334 for pretest data and 0.106 for posttest data (p>0.05) so that the data distribution in this study was classified as normal. Homogeneity test shows a significance score of 0.052 (sig >0.05), meaning that the variation of data between pretest and posttest is homogeneous. The results of the hypothesis test in this study showed a significance value of 0.043 (p <0.05), meaning that BERSIAGA psychoeducation has a significant effect on marriage expectations in early adult individuals. This indicates a difference in scores in early adult individuals before being given Psychoeducation and after being given. Providing BERSIAGA psychoeducation can make early adult individuals' marriage expectations more positive.

Keywords: *Early Adulthood, Marital Expectations, Psychoeducation,*

1 PENDAHULUAN

Memasuki usia dewasa awal, individu berada pada tahap perkembangan untuk membangun hubungan yang lebih intim dengan lawan jenis dan membentuk keluarga melalui pernikahan (Hurlock, 2002). Tak sedikit, individu dewasa awal yang sudah mulai mencari pasangan atau bahkan mulai merencanakan untuk melakukan pernikahan. Namun, kehidupan individu dewasa awal yang sudah mulai kompleks seringkali menjadi sebuah tantangan ketika akan mulai merencanakan pernikahan. Berbagai alasan seperti mengejar pendidikan, karier saat ini, pendapatan bulanan, hingga adanya pengalaman tidak menyenangkan dari lingkungan tentang kehidupan pernikahan juga menimbulkan sebuah ketakutan pada dewasa awal untuk menikah (Pratama, 2024; Fajri, 2024). Fenomena perceraian yang terus meningkat, juga menjadi salah satu alasan individu dewasa awal di Indonesia merasa takut akan pernikahan. Seperti yang disampaikan oleh Pratama & Suryani, 2020) bahwa kekhawatiran akan perceraian ini menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penundaan pernikahan. Berdasarkan data, dari tahun 2021 hingga tahun 2022 kasus perceraian di indonesia menginjak angka 15,31% (Rahmah, 2023), dan pada tahun 2023, 68,29% individu dewasa awal di usia 16-30 di Indonesia memilih untuk menunda pernikahan. Ditunjang dengan data dari BPS yang mencatat bahwa terjadi penurunan angka pernikahan di Indonesia pada 10 tahun terkahir sekitar 28,63% (Pratama, 2024). Dalam jangka waktu satu tahun, angka pernikahan dari tahun 2022 ke tahun 2023 turun sebanyak 128.000 (Pratama, 2024).

Selain kekhawatiran akan perceraian, harapan atau ekspektasi terhadap pernikahan juga berdampak pada kasus penundaan pernikahan pada individu. Ketika individu memiliki ekspektasi pernikahan yang negatif (terlalu tinggi atau terlalu rendah) dapat menurunkan minat untuk menikah dan lebih memilih untuk memperpanjang waktu pacaran. Selain itu ekspektasi pernikahan yang tidak realistis dan idealis, seperti memiliki ekspektasi tentang cinta tanpa konflik juga dapat meningkatkan ketakutan terhadap komitmen dan mendorong individu untuk melakukan penundaan untuk menikah (Pratama & Suryani, 2020; Rusli, 2018). Ekspektasi pernikahan didefinisikan sebagai prediksi masa depan dari seorang individu mengenai pernikahannya (Jones & Nelson, 1997). Ekspektasi pernikahan juga didefinisikan sebagai hal yang telah ditanamkan sebagai hasil sosial budaya berdasarkan pengalaman keluarga, ipar, termasik hal lain yang terdapat pada pasangan seperti persahabatan, seksual, dan konsep pasangan ideal. Ekspektasi pernikahan merupakan gambaran individu tentang pernikahannya di masa depan berdasarkan pengalaman dari orang tua, keluarga maupun pasangan (Juvva & Bhatti, 2006). Pengalaman yang diperoleh di masa lalu pada setiap pasangan dapat mempengaruhi kehidupan pernikahan. Pengalaman-pengalaman itu menunjukkan bentuk dari ekspektasi. Individu dengan ekspektasi pernikahan yang positif akan berdampak pada kualitas pernikahan nya kelak. Individu akan lebih cenderung untuk memiliki

e-ISSN: 2715-7792
p-ISSN: 2715-8985
Volume 6 No. 2 Desember 2024

hubungan yang bahagia dan puas. Sementara bagi individu yang memiliki ekspektasi pernikahan negatif, tidak realistis lebih cenderung mengalami kecemasan dan depresi, memiliki hubungan yang kurang stabil dan cenderung untuk menghindari pernikahan (Dew & Luo, 2018; Brown, dkk, 2017). Oleh sebab itu, penting untuk memiliki ekspektasi pernikahan yang positif pada individu dewasa awal untuk melangkah menuju ke pernikahan.

Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk membangun ekspektasi pernikahan yang positif adalah dengan memberikan psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan suatu bentuk intervensi dengan tujuan untuk mengembalikan kondisi individu atau kelompok agar dapat kembali menghadapi permasalahan atau dapat mencegah individu atau kelompok agar tidak mengalami gangguan (Nurmansyah, 2017). Psikoedukasi memiliki beberapa manfaat, diantaranya adalah untuk meningkatkan kualitas hidup, meningkatkan fungsi sosial, meningkatkan kemampuan memecahkan masalah serta meningkatkan perilaku self management dan *self care* (Xia, dkk, 2011; Lyman, D, 2014). Psikoedukasi pernikahan yang diberikan bertema "Bersiaga: Berani dan Siap Berkeluarga". Sesuai dengan tema psikoedukasi yang diberikan, dalam psikoedukasi ini mencakup materi yang diambil dari aspek-aspek ekspektasi pernikahan yaitu harapan dari pasangan, harapan dari pernikahan, harapan keluarga, harapan dari institusi pernikahan dan konsep pasangan ideal. Dengan materi psikoedukasi yang diberikan dirasa dapat menumbuhkan ekspektasi pernikahan yang positif pada dewasa awal agar nantinya menjadi siap untuk membangun sebuah keluarga.

Pada dasarnya, psikoedukasi telah banyak digunakan untuk mengatasi berbagai permasalahan psikologi pada individu dewasa. Salah satunya adalah yang digunakan pada permasalahan yang berkaitan dengan pernikahan. Kebanyakan psikoedukasi dalam pernikahan, diberikan bagi pasangan yang telah menikah dimana salah satunya berkaitan dengan kepuasan pernikahan (Tahan, dkk, 2020). Pada individu yang belum menikah, variabel penelitian mengenai psikoedukasi pernikahan pada dewasa awal adalah terkait *marriage attitude* (Annisa, dkk, 2024) dan *parenting sense of competence* (Putri, dkk, 2023). Selain itu, penelitian-penelitian tentang ekspektasi pernikahan biasanya menggunakan metode penelitian kuantitatif non eksperimen ataupun kualitatif. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, maka peneliti melihat jika pemberian psikoedukasi untuk menumbuhkan ekspektasi pernikahan yang positif perlu dilakukan agar dapat menambah sumbangan keilmuan terkait dengan ekspektasi pernikahan pada individu terutama pada usia dewasa awal. Selain itu juga agar dapat melihat seberapa efektif psikoedukasi yang dilakukan untuk menumbuhkan espektasi pernikahan yang positif pada dewasa awal. Sehingga diharapkan nantinya dapat mengatasi kekhawatiran individu dewasa awal saat menghadapi dan menyiapkan pernikahan. Penelitian tentang ekspektasi pernikahan menarik untuk diteliti, namun penelitian tentang ekspektasi pernikahan masih cukup terbatas jika berkaitan dengan bagaimana cara untuk dapat mengatasi penundaan perencanaan pernikahan pada individu dewasa awal. Dengan kata lain masih sedikit penelitian yang meniliti tentang pengaruh pemberian psikoedukasi terhadap ekspektasi pernikahan pada dewasa awal. Beberapa penelitian sebelumnya lebih banyak membahas tentang keterkaitan antara ekspektasi pernikahan dengan variabel psikologis lain, namun masih sangat sedikit yang meneliti tentang upaya yang bisa dilakukan oleh individu dewasa awal memiliki agar memiliki ekspektasi pernikahan yang positif. Sehingga rumusan masalah dalam penelitian adalah apakah terdapat pengaruh pemberian psikoedukasi untuk menumbuhkan ekspektasi pernikahan yang positif pada dewasa awal?

2 KAJIAN PUSTAKA

Ekspektasi pernikahan merupakan gambaran individu tentang pernikahannya di masa depan berdasarkan pengalaman dari orang tua, keluarga maupun pasangan (Juvva & Bhatti, 2006).

e-ISSN: 2715-7792
p-ISSN: 2715-8985
Volume 6 No. 2 Desember 2024

Adapun aspek-aspek dari ekspektasi pernikahan yang mencakup berbagai perspektif individu dan sosial dalam konteks pernikahan adalah:

1. Harapan dari pasangan, yaitu harapan individu terhadap pasangan mereka dalam konteks peran perilaku dan dukungan dalam pernikahan.
2. Harapan dari pernikahan yaitu tujuan dan harapan yang besar terhadap pernikahan itu sendiri.
3. Harapan dari keluarga yaitu pengaruh dari keluarga terhadap pernikahan.
4. Harapan dari institusi pernikahan, yaitu pandangan dalam konteks sosial dan budaya terhadap sebuah pernikahan.
5. Konsep pasangan ideal yaitu mengenai gambaran atau pandangan individu terhadap pasangan yang menurut mereka ideal.

Faktor-faktor yang mempengaruhi ekspektasi pernikahan menurut Gottman (2014) yaitu :

1. Ekspektasi tentang komunikasi yaitu komunikasi yang efektif dan penuh perhatian adalah kunci untuk memenuhi ekspektasi satu sama lain dalam hubungan.
2. Ekspektasi tentang dukungan emosional yaitu harapan dukungan emosional yang diberikan oleh pasangan.
3. Ekspektasi tentang kehidupan seksual yaitu harapat terhadap pemenuhan kebutuhan seksual dari pasangan.
4. Ekspektasi tentang pembagian peran dan tanggung jawab yaitu bagaimana harapan terhadap pembagian tugas-tugas rumah tangga dan pengasuhan anak.
5. Ekspektasi tentang kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahan yaitu lebih mengakui kenyataan bahwa pernikahan membutuhkan kerja keras, kompromi, dan kesabaran.
6. Perubahan dalam ekspektasi seiring waktu yaitu perubahan dalam situasi kehidupan seiring berjalannya waktu seperti kelahiran anak, perubahan pekerjaan, atau perubahan fisik dan emosional seiring usia.
7. Harapan untuk tumbuh Bersama yaitu berfokus pada komitmen untuk berkembang Bersama, saling mendukung dan beradaptasi dengan perubahan yag terjadidalam keluarga.

Menurut Nurmansyah (2017), psikoedukasi merupakan suatu bentuk intervensi dengan tujuan untuk mengembalikan kondisi individu atau kelompok agar dapat kembali menghadapi permasalahan atau dapat mencegah individu atau kelompok agar tidak mengalami gangguan (Nurmansyah, 2017). Prinsip psikoedukasi adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengatasi masalah. Dalam Psikoedukasi, tidak hanya diberi pemahaman, namun juga diberikan keterampilan untuk dapat mengelola masalah sevara efektif. Dalam psikoedukasi juga dapat memberikan dukungan kepada individua tau kelompok untuk membantu menghadapi kesulitan.

3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen, dengan psikoedukasi “BERSIAGA: Berani dan Siap Berkeluarga” sebagai variabel bebas dan *marriage expectation* sebagai variabel terikat. Variabel psikoedukasi BERSIAGA menjadi *treatment* yang diberikan dalam penelitian ini. Desain eksperimen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest postest.* Menurut Sugiyono (2014) *one group pretest posttest design* adalah desain penelitian yang sebelum perlakuan diberikan *pretest* terlebih dahulu sehingga hasil perlakuan dapat diketahui secara lebih akurat. Hal ini dikarenakan dapat membandingkan keadaan sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi perlakuan secara langsung. Untuk gambaran proses eksperimen yang akan dilakukan dapat dilihat sebagai berikut:

e-ISSN: 2715-7792
p-ISSN: 2715-8985
Volume 6 No. 2 Desember 2024

Y1	X	Y2

Gambar 1. Desain Eksperimen

Keterangan:
Y1 **:** *pretest*
X **:** psikoedukasi BERSIAGA
Y2 **:** *posttest*

3.2 Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* dengan kriteria sampel adalah individu yang berusia 20-25 tahun dan belum menikah. Kriteria tersebut diambil dengan pertimbangan dimana pada masa dewasa awal di usia 20-25 tahun mulai melakukan eksplorasi terutama tentang percintaan mereka (Arnett, 2015). Subjek pada penelitian ini berjumlah 30 orang yang terdiri dari 29 orang perempuan dan 1 orang laki-laki. Penelitian dilakukan di Kota Bandung.

3.3 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *Marital Expectation Questionnaire* (Ngazimbi, & Daire, 2017) yang diadaptasi dan dialih Bahasa sebelumnya oleh peneliti. Tahapan yang peneliti gunakan selama proses adaptasi alat ukur ini adalah pertama memahami terlebih dahulu indicator keperilakuan. Kedua melakukan translasi Bahasa dengan bantuan ahli Bahasa Inggris. Setelah selesai proses penerjemahan, selanjutnya peneliti melakukan proses sintesis untuk menghasilkan simpulan aitem yang kemudian akan digunakan. Simpulan aitem lalu diberikan kepada seorang ahli untuk dilakukan *expert judgement* untuk menilai kesesuaian aitem hasil sitesis dengan teori dan aspek-aspeknya. Ketiga menguji keterbacaan dengan melibatkan individu dengan kriteria yang serupa dengan responden. Lalu tahap keempat dengan menguji daya beda aitem dan keenam adalah melakukan estimasi validitas serta reliabilitas (Azwar, 2017). Hasil analisis reliabilitas dilihat dengan nilai *cornbach alpha* sebesar 0.672 sehingga dapat diartikan bahwa alat ukur yang digunakan reliabel.

3.4 Tahap Penelitian

Penelitian ini terdiri dari tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap analisis data. **Pada tahap persiapan** peneliti mempersiapkan berbagai hal yang seperti melakukan studi pustaka dan studi pendahuluan, melakukan identifikasi masalah dan penetapan metode penelitian. Selain itu, pada tahap ini peneliti juga mempersiapkan tempat pelaksanaan psikoedukasi, dan mengumpulkan materi psikoedukasi. Materi yang diberikan berupa video yang membahas tentang kondisi-kondisi pernikahan serta pembahasan dari beberapa ahli. Selain itu terdapat pandangan tentang pernikahan yang diberikan oleh pasangan-pasangan yang telah melalui pernikahan dalam jangka waktu yang lama. Peneliti juga memberikan pembahasan dan ulasan terkait video yang berkaitan dengan teori ekspektasi pernikahan. Selanjutnya pada **tahapan pelaksanaan** dilakukan dengan memberikan psikoedukasi "Bersiaga: Berani dan siap Berkeluarga" pada responden yang telah terkumpul. Pada seluruh responden, diberikan *pretest* terlebih dahulu sebelum pemberian materi, setelah selesai responden kemudian diberi materi psikoedukasi untuk selanjutnya diberikan *posttest* di akhir sesi psikoedukasi. *Pretest* dan *posttest* yang diberikan merupakan skala *Marital Expectation Questionnaire*. **Tahap analisis data** dilakukan dengan

e-ISSN: 2715-7792
p-ISSN: 2715-8985
Volume 6 No. 2 Desember 2024

pengujian data yang telah dikumpulkan dengan terlebih dahulu melakukan analisis uji asumsi. Tujuannya adalah agar dapat menentukan apakah akan menggunakan analisis parametrik atau nonparametrik. Pada penelitian ini, karena data berdistribusi normal, sehingga pengujian data menggunakan *paired sample T-Test.*

4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum peneliti melakukan analisis data utama, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan homogenitas dengan dibantu program SPSS 29. Berikut ini hasil analisis uji normalitas dan homogenitas data penelitian:

Tabel 1. Uji Normalitas Ekspektasi Pernikahan

	Pretest	***Postest***
Ekspektasi Pernikahan	0.334	0.106

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui hasil uji normalitas dengan *saphiro wilk* menunjukkan skor signifikansi sebesar 0.334 untuk data *pretest* dan 0.106 untuk data *posttest* (p>0.05). Artinya, data eskpektasi pernikahan baik pada saat pretest maupun posttest berdistribusi normal.

Tabel 2. Uji Homogenitas Ekspektasi Pernikahan

	Sig.
Ekspektasi Pernikahan	0.052

Uji Homogenitas yang telah dilakukan, menunjukkan skor signifikansi sebesar 0.052 (sig >0.05), artinya variasi data antara *pretes* dan *posttest* bersifat homogen. Berdasarkan pengujian Asumsi yang telah dilakukan yang menunjukkan bahwa distribusi data normal dan variasi data besifat homogen, maka dari itu selanjutnya untuk pengkategorisasian ekspektasi pernikahan dibagi berdasarkan nilai *mean.* Adapun hasil analisis deskriptif yang dilakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Analisis Deskriptif

Ekspektasi Pernikahan	**Positif**	**Negatif**
Pretest	17	13
Postest	21	9

Tabel 3 menunjukkan pembagian kategorisasi yang telah dilakukan. Pada saat *pretest* subjek yang memiliki ekspektasi pernikahan yang positif sebanyak 17 orang dan sisanya tergolong negatif. Sedangkan pada saat *posttest* subjek dengan ekspektasi pernikahan yang positif meningkat sebanyak 21 orang dan sisanya masih tergolong negatif. Sehingga berdasarkan hasil analisis deskriptif yang dilakukan terlihat terdapat peningkatan pada jumlah subjek yang memiliki ekspektasi pernikahan yang positif setelah diberikan Psikoedukasi BERSIAGA.

Selanjutnya, peneliti melakukan uji beda untuk melihat dampak dari Psikoedukasi Bersiaga yang diberikan terhadap ekspektasi pernikahan subjek penelitian. Uji beda dilakukan dengan menggunakan uji *paired sample t-test* dengan pertimbangan dari hasil uji normalitas diketahui bahwa data berdistribusi normal. Hasil analisis ditampilkan pada tabel berikut:

e-ISSN: 2715-7792
p-ISSN: 2715-8985
Volume 6 No. 2 Desember 2024

Tabel 4. Hasil Uji *Paired Sample T-Test*

Ekspektasi Pernikahan	df	p
	29	0.043

Berdasarkan tabel 4, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.043 ($p<0.05$), artinya psikoedukasi Bersiaga berpengaruh terhadap ekspektasi pernikahan yang dimiliki oleh para subjek penelitian. Psikoedukasi Bersiaga dapat berpengaruh terhadap ekspektasi pernikahan karena menurut Festinger (1957) Psikoedukasi dapat meberikan informasi dan pemahaman baru dan dapat mengarahkan individu untuk membangun keyakinan dan sikap yang berbeda dari sebelumnya. Seperti pada penelitain Annisa, dkk (2024) yang menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi berdampak pada peningkatan keyakinan individu untuk menghadapi pernikahan. Psikoedukasi dapat memberikan pemahaman bahwa pernikahan bukanlah hubungan yang akan selalu sempurna, namun suatu hubungan bersifat dinamis, sehingga membutuhkan komunikasi yang efektif dengan pasangan, harus mampu untuk melakukan penyelesaian konflik dan setiap pasangan harus memiliki komitmen yang kuat. Dengan adanya pemahaman ini, individu akan lebih realistis dalam memandang pernikahan (Stanley, & Markman, 1997; Halford, & Bouma, 2007).

Dalam Psikoedukasi Bersiaga ini, salah satu materi yang diberikan kepada subjek penelitian adalah tentang pentingnya komunikasi yang efektif selama pernikahan, terutama untuk penyelesaian masalah. Pada dasarnya setiap pernikahan tidak akan lepas dari konflik. Jika individu memandang konflik yang terjadi merupakan sebuah indikator kegagalan, maka akan membuat individu mengalami kesulitan untuk mengelola harapan mereka dengan baik sehingga ekspektasi yang dimiliki cenderung idealis (McCarthy & McGill, 2018; Stanley & Markman, 1997). Untuk menghadapi kemungkinan munculnya konflik maka diperlukan keterampilan bagi setiap individu dewasa awal untuk dapat berkomunikasi secara terbuka. Menurut Halford & Bouma (2007) dengan memahami pentingnya komunikasi dan tidak memandang konflik sebagai sebuah ancaman, akan membuat individu mengembangkan ekspektasi pernikahan yang positif dan realistis. Individu tentu akan menjadi lebih siap dalam menghadapi hubungan dan percaya bahwa konflik yang mungkin akan terjadi didepan dapat diselesaikan dengan cara yang sehat.

Selanjutnya, ekspektasi pada diri individu dewasa awal bisa menjadi lebih positif karena para individu dewasa awal juga diberi pandangan tentang bagaimana peran dan tanggung jawab yang akan dilalui selama masa pernikahan. Menurut Gottman, J. M. (2014) ketika para individu dewasa awal belajar jika pernikahan membutuhkan kontribusi dari kedua belah pihak dalam pemberian dukungan secara emosional, dan peran dalam rumah tangga, akan mengurangi kemungkinan harapan yang tidak realistis dan tentunya akan mendorong munculnya ekspektasi yang lebih positif. Tidak lupa dalam Psikoedukasi Bersiaga juga digugah bagaimana individu dewasa awal memaknai dirinya, nilai-nilai yang dimiliki, tujuan hidup dan apa yang mereka harapkan dari pasangan mereka. Dengan memahami kondisi diri, individu dewasa awal akan lebih jelas dan realistis dalam menetapkan harapan tentang pernikahan yang akan dimilikinya kelak (Wachtel & van der Klooster, 2015; Finkel & Vohs, 2018).

Faktor lain yang membuat ekspektasi pernikahan pada individu dewasa awal di penelitian ini menjadi positif juga karena sebagain besar responden adalah Wanita. Menurut Tanner & Fitzpatrick (2016) wanita seringkali memiliki ekspektasi pernikahan yang lebih positif. Wanita seringkali lebih mengharapkan hubungan berdasarkan kesetaraan dan kerjasama. Wanita cenderung lebih memiliki ekspektasi yang lebih positif berkaitan dengan pembagian peran dalam pernikahan jika dibanding dengan laki-laki. Dengan munculnya ekspektasi pernikahan yang positif di diri individu dewasa awal yang belum menikah, akan berdampak baik pada aspek hubungan maupun pada aspek kesejahteraan pribadi. Dengan ekspektasi yang positif, individu dewasa awal akan cenderung mengalami kepuasan dalam menjalin hubungan dan pada akhirnya akan memiliki kesiapan untuk memiliki komitmen untuk melangkah ke jenjang pernikahan. Dalam jangka panjang ketika telah memasuki pernikahan, para individu dengan ekspektasi pernikahan yang positif juga

akan lebih mampu mengatasi konflik secara efektif dan memiliki pola komunikasi yang sehat sehingga akan mengurangi resiko perceraian (Finkel & Vohs, 2018; McCarthy & McGill, 2018; Lammers *et al*, 2015; Stanley & Markman, 2006).

5 SIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa Psikoedukasi BERSIAGA berpengaruh terhadap ekspektasi pernikahan yang positif pada dewasa awal. Hal tersebut mengindikasikan adanya perbedaan skor pada individu dewasa awal sebelum diberi Psikoedukasi dan setelah diberikan. Pemberian Psikoedukasi BERSIAGA dapat membuat ekspektasi pernikahan individu dewasa awal menjadi lebih positif.

Bagi peneliti lain yang akan meneliti dengan tema serupa, dapat mempertimbangkan variabel lain yang dapat ditingkatkan dengan psikoedikasi BERSIAGA. Selain itu bisa menambah jumlah responden yang berjenis kelamin laki-laki agar bisa diperoleh data pembanding yang akurat untuk melihat faktor dari ekspektasi pernikahan jika ditinjau dari jenis kelaminnya.

DAFTAR PUSTAKA

Annisa N M, Putri P S, Putra A E, & Amos A. (2024) Efektivitas Pemberian Psikoedukasi Marriage Education Terhadap Marriage Attitude Pada Dewasa Awal. Psycho Idea; 22(1); 34-46.

Arnett, J. J. (2015. Emerging Adulthood Second Edition. New York: Oxford University Press.

Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi (ed 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Brown, J. L., Holman, T. L., & Replońskі, A. (2017). Unrealistic expectations and mental health outcomes in emerging adults. Journal of Family Psychology, 31(2), 222-230.

Dew, J. N., & Luo, Y. (2018). Unrealistic expectations and marital avoidance: The role of gender and cultural values. Journal of Marriage and Family, 80(3), 545-559.

Fajri M. (2024). Orang Indonesia Jadi Enggan Buru-buru Menikah, Apa Penyebabnya?. [cited 2024 Maret 26]. Available from: https://kumparan.com/kumparanbisnis/orang-indonesia-jadi-enggan-buru-buru-menikah-apa-penyebabnya-22JYSC4AwTX/full.

Festinger, L. (1957). A Theory of Cognitive Dissonance. Stanford University Press.

Finkel, E. J., & Vohs, K. D. (2018). *The Influence of Socioeconomic Status on Marital Expectations and Relationship Quality Among Emerging Adults*. *Social Psychological and Personality Science*, 9(3), 355-366.

Gottman, J. M. (2014). The Seven Principles for Making Marriage Work. New York: Vrown Publisher.

Halford, W. K., & Bouma, R. (2007). *Couple Education and Relationship Enhancement: The Role of Relationship Education Programs in Promoting Healthy Marriages*. *Australian & New Zealand Journal of Family Therapy*, 28(4), 226-235.

Hurlock, E. (2002).Psikologi perkembangan, 5th edition. Jakarta : Erlangga.

Jones G. D & Nelson E. S. (1997). Expectations of Marriage Among College Students From Intact and Non-Intact Homes, Journal of Divorce & Remarriage, 26:1-2, 171-189, DOI: 10.1300/ J087v26n01_09.

Juvva, S., & Bhatti, R. S. (2006). Epigenetic model of marital expectation. Contemporary Family Therapy 28 DOI: 10.1007/s10591-006-9695-2,4.

Lammers, J., Stoker, J. I., Jordan, J., Pollmann, M., & Fischer, K. (2015). *Expectations of Marriage and Relationship Satisfaction in Emerging Adulthood*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(7), 938–952.

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). *The Longitudinal Course of Marital Quality and Stability: A Review of Theory, Methods, and Research*. Psychological Bulletin, 118(1), 3-34.

Lyman D R, Braude L, George P, Dougherty R H, Daniels A S, Ghose S S & Delphin-Rittmon M E. (2014). Consumer and family psychoeducation: Assessing the evidence. Psychiatric Services; 65(4); 416-428.

McCarthy, J. F., & McGill, M. R. (2018). *Expectations and Relationship Satisfaction Among Emerging Adults: The Role of Family Background and Education*. *Family Relations*, 67(2), 271–284.

Ngazimbi, E., & Daire, A. (2017). Analysis of marital expectations in African immigrant and United States-born married couples. Journal of African American Studies, 11(2), 142-159.

Nurmansyah R D. (2017). Pengaruh psikoedukasi tentang pendewasaan usia perkawinan terhadap sikap tentang pernikahan dini pada remaja kelas VII di MTs. Wahid Hasim 02 Kucur Dau. Universitas Muhammadiyah Malang.

Pratama, A. A., & Suryani, R. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penundaan Pernikahan pada Generasi Milenial di Kota Surakarta. Jurnal Psikologi Dinamis, 13(2), 147-158.

Pratama R B. (2024). Angka Pernikahan di Indonesia Capai Titik Terendah dalam Satu Dekade Terakhir. [cited 2024 Maret 26]. Available from: https://kumparan.com/kumparannews/angka-pernikahan-di-indonesia-capai-titik-terendah-dalam-satu-dekade-terakhir-22ImwceW9RH/full.

Putri P S, Widhyastuti, C, Destia A & Stiffany L. (2023). Dampak Parenting Education terhadap Parenting Sense of Competence dalam Mempersiapkan Dewasa Awal Menjadi Orangtua sebagai Upaya Peningkatan Kemandirian dan Kesehatan Mental Keluarga. JIPSI; 5(2); 104-112.

Rahmah, N A. (2023). Menyoal Kenaikan Angka Perceraian di Indonesia. [cited 2024 Maret 26]. Available from: https://www.kompas.com/konsultasihukum/read/2023/12/31/070435480/menyoal-kenaikan-angka-perceraian-di-indonesia?page=all.

Rusli, A. (2018). Hubungan antara ekspektasi pernikahan dengan penundaan pernikahan pada usia dewasa muda di Kota Makassar. Jurnal Psikologi, 23(2), 221-232.

Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1997). *Preventing Divorce: A Research-Based Approach to Premarital Education*. *Journal of Marriage and the Family*, 59(3), 769-778.

Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2006). *Marriage in the Twenty-First Century: Are Emerging Adults Ready for Marriage?*. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(6), 1027-1050.

Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Tahan M, Saleem T, Moshtagh M, Fattahi P, & Rahimi R. (2020). Psychoeducational Group Therapy for sexual function and marital satisfaction in Iranian couples with sexual dysfunction disorder. Heliyon; 6(7).

Tanner, A. L., & Fitzpatrick, L. M. (2016). *Marital Expectations and Attitudes Toward Marriage in Emerging Adults*. *Journal of Family Issues*, 37(5), 729–747.

Wachtel, E. F., & van der Klooster, K. M. (2015). *Premarital Education: Implications for Marital Satisfaction in Emerging Adults*. *Journal of Family Psychology*, 29(2), 210–218.

Xia J, Merinder L B, Belgamwar M R. (2011). Psychoeducation for Schizophrenia, Schizophrenia Bulletin; 37(1); 21–22. https://doi.org/10.1093/schbul/sbq138.