

Membangun Ketahanan Psikologis Pasangan Muda Melalui Konseling Berbasis ABS-SBK Mengantisipasi Perceraian

Irman

**Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, Indonesia
e-Mail: irman@uinmybatusangkar.ac.id**

Silvianetri

**Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, Indonesia
e-Mail: silvianetri@uinmybatusangkar.ac.id**

Zubaidah

**Universitas Jambi, Indonesia
e-Mail: zubaidah89@unja.ac.id**

Putri Yeni

**Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, Indonesia
e-Mail: putriyeni@uinmybatusangkar.ac.id**

Hertasmaldi

**Sekolah Tinggi Agama Islam Balai Salasa Pesisir Selatan, Indonesia
e-Mail: azkabulek@gmail.com**

Mardianto

**Sekolah Tinggi Agama Islam Balai Salasa Pesisir Selatan, Indonesia
e-Mail: mardianton@stai-bls.ac.id**

DOI: 10.15548/turast.v11i2.6979

Accepted: Desember 25th 2023. Approved: Desember 30th 2023.

Published: October 31th 2023

(Diterima: 25 Desember 2023. Disetujui: 30 Desember 2023. Diterbitkan: 31 Desember 2023)

Abstract

The dynamics of early divorce are a social problem that has an impact on the destruction of family life. This phenomenon requires empowerment from various elements, especially in the field of family counseling, so that married couples can live happily in building a *sakinah mawadah* family. The aim of this service is to build the psychological resilience of young couples through ABS-SBK based counseling. The approach used is participatory action research, with the research process carried out systematically, collaboratively and sustainably for social transformation. The service setting is in Lintau Buo, Tanah Datar Regency, with the target of service being young couples. The results of service change

include; (1) opening up the insight of young couples regarding the purpose of marriage, namely to create a *sakinah mawadah wa rohmah* family, (2) increasing awareness of young couples about the nature of marriage to seek Allah's pleasure through obedience in carrying out religious guidance, (3) increasing psychological resilience of young couples in responding to problems in married life, (4) there is an increase in positive emotions and a decrease in negative emotions. It is recommended that regional governments, especially in Tanah Datar, require couples to attend premarital counseling before getting married.

Keywords: psychological resilience; young couples; counseling.

Abstrak

Dinamika perceraian dini menjadi persoalan sosial yang berefek pada rusaknya tataran kehidupan keluarga. Fenomena ini membutuhkan suatu pemberdayaan dari berbagai elemen khususnya bidang konseling keluarga, agar pasangan yang menikah dapat hidup bahagia dalam membangun keluarga *sakinah mawadah*. Tujuan pengabdian ini yaitu membangun ketahanan psikologis pasangan muda melalui konseling berbasis ABS-SBK. Pendekatan yang digunakan *participatory action research*, dengan proses riset dilaksanakan secara sistematis, kolaboratif, dan berkelanjutan untuk transformasi sosial. Adapun latar pengabdian di Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar dengan target pengabdian adalah pasangan muda. Hasil pengabdian terjadinya perubahan di antaranya; (1) terbukanya wawasan para pasangan muda terkait dengan tujuan pernikahan yaitu untuk mewujudkan keluarga *sakinah mawadah wa rohmah*, (2) meningkatnya kesadaran pasangan muda tentang hakikat pernikahan untuk mencari keridhoan Allah melalui ketaatan dalam menjalankan tuntunan agama, (3) meningkatnya ketahanan psikologis pasangan muda dalam merespon persoalan kehidupan berumah tangga, (4) terjadinya peningkatan emosi positif dan penurunan emosi negatif. Direkomendasikan kepada pemerintahan daerah khususnya di Tanah Datar untuk mewajibkan para pasangan mengikuti konseling pranikah sebelum dilakukan pernikahan.

Kata Kunci: ketahanan psikologis; pasangan muda; konseling.

PENDAHULUAN

Angka perceraian di Indonesia menepati angka tertinggi di Asia Afrika, yaitu sekitar 28 persen dari angka perkawinan (Adminrina, 2022). Di Sumatera Barat, tingkat perceraian juga sangat mengkhawatirkan, begitu juga di Kabupaten Tanah Datar angka perceraian tergolong tinggi (Liputankini.com, 2021). Artinya perceraian menjadi masalah yang perlu disikapi karena berefek pada tataran kehidupan sosial. Penyebab utama perceraian di Lintau Buo Utara Tanah Datar adalah banyaknya pernikahan di bawah umur, nikah dibawah tangan (nikah siri), dan rendahnya pemahaman tentang konsep pernikahan yang ideal (Fadhli, 2018). Kasus pernikahan dini terjadi di Lintau Buo disebabkan faktor budaya, rendahnya pendidikan dan pengaruh teman sebaya (Shantika, 2019). Factor lain munculnya pernikahan dini karena kesederhanaan pola pikir, rendahnya pendidikan, ekonomi, sosial dan budaya (Wowor, 2021). Efek yang ditimbulkan dari pernikahan dini yaitu rentan terjadinya perceraian. Hal ini di sebabkan karena ketidaksiapan masing-masing pasangan untuk memasuki hidup berumah tangga.

Secara psikologis pernikahan dini berdampak buruk, karena emosional pasangan ini masih labil. Tentu saja hal ini akan berdampak pada pertengkaran dan

dikhawatirkan berujung dengan perceraian dalam rumah tangga (Octaviani & Nurwati, 2020). Ketidaksiapan pasangan nikah dini juga disebabkan rendahnya ketahanan psikologis dalam menghadapi masalah keluarga. Daya tahan psikologis mendorong individu untuk dapat bangkit dari kesulitan (Amir & Standen, 2019). Daya tahan psikologis dapat diukur melalui empat komponen yaitu ketekunan, emosi positif, menemukan makna kesulitan, dan komitmen untuk bertumbuh (Connor & Davidson, 2003, Näswall et al., 2019). Artinya kesiapan pasangan dalam menjalani hidup berumah tangga sangat ditentukan oleh ketahanan psikologis yang dimilikinya. Kematangan psikologis juga sejalan dengan perkembangan individu.

Berdasarkan hasil wawancara munculnya perceraian di lintau buo disebabkan rendahnya ketahanan psikologis para pasangan, terutama pasangan pernikahan dini. Bupati Tanah Datar menyatakan bahwa ketahanan psikologis keluarga perlu menjadi perhatian bersama, tidak hanya tugas Pemerintahan dan pengadilan agama semata, namun seluruh komponen yang terlibat. Sehingga angka perceraian bisa ditekan (Harian Singgalang, 16 Juli 2021). Hal ini mengindikasikan bahwa pemberdayaan sangat dibutuhkan untuk mengantisipasi terjadinya perceraian. Pemberdayaan yang dibutuhkan yaitu melalui pelayanan konseling. Jika dikaitkan dengan budaya setempat, semestinya pelayanan konseling yang diberikan berbasis falsafah adat Minangkabau, yaitu adat bersendi sarak sarak bersendi kitabullah (ABS-SBK). Falsafah yang dianut masyarakat Minangkabau akan membentuk alam pikiran dan pandangan hidup (Nasroen, 1971) (Navis, 1984).

Pelayanan konseling yang sesuai dengan ABS-SBK yaitu konseling berbasis Islam. Adapun yang dimaksud dengan layanan konseling Islam yaitu bantuan yang diberikan kepada individu yang bertujuan agar menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah, dengan pengembangan potensi akal, qolbu, iman dan kemauan agar hidupnya sejalan dengan petunjuk Allah sehingga tercapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Musnamar, 1992) (Lubis, 2007) (Sutoyo, 2007).

Konseling ABS-SBK dibangun dari nilai-nilai budaya Minang, dengan prinsip sarak mangato adat mamakai artinya yariat Islam mengatakan maka adat mempraktikkan. Praktik konseling ABS-SBK berpedoman dengan nilai-nilai Islam dan diterapkan melalui tata laku dalam kehidupan berkeluarga untuk membangun keluarga sakinah mawadah wa rohmah.

Proses konseling ABS-SBK untuk membangun ketahanan psikologis pasangan muda dengan menghidupkan nilai-nilai falsafah minang, prinsip hidup berkeluarga berbasis adat minang, bagaimana mengelola pikiran dan perasaan dengan mengkedepankan adat magato sarak mamakai. Melalui penerapan konseling berbasis ABS-SBK diharapkan dapat membangun ketahanan psikologis pasangan muda, agar terhindar dari perceraian dini. Untuk mewujudkan ketahanan psikologis tersebut sangat diperlukan pemberdayaan, untuk membangun ketahanan psikologis pasangan muda. Pemberdayaan tersebut melalui konseling berbasis ABS-SBK untukantisipasi perceraian.

METODE

Metode yang digunakan dalam program ini yaitu PAR dalam bentuk pengabdian berbasis riset yang diimplementasikan dalam sebuah aksi secara

partisipatif oleh peneliti bersama masyarakat dalam lingkup sosial untuk mencapai suatu perubahan kondisi sosial ke arah yang lebih baik (Creswell, 1994; Denzin & Lincoln, 1994; Creswell, 1998). Tujuan dari pengabdian berbasis riset yaitu membangun ketahanan psikologis pasangan muda untukantisipasi perceraian dini. Kegiatan mengacu pada empat arah pemberdayaan, yaitu pertama, partisipasi aktif masyarakat Lintau Buo Utara sebagai objek dampingan sejak identifikasi masalah, perencanaan program, pelaksanaan, monitoring, evaluasi, dan penyusunan rencana tindak lanjut. Kedua, menempatkan masyarakat Lintau Buo Utara sebagai subyek program. Ketiga, penguatan potensi-potensi yang ada di Lintau Buo Utara terkait dengan ketahanan psikologis berbasis budaya ABS-SBK. Keempat, keberlangsungan pasca berakhirnya program membangun ketahanan psikologis berbasis budaya ABS-SBK untukantisipasi perceraian dini pasangan muda. Adapun arah pemberdayaan di atas, sesuai dengan prinsip-prinsip dalam *Participatory Action Research* (PAR) yaitu: (1) belajar dari realitas (2), tidak menggurui, dan (3) menggunakan prinsip dialogis.

Adapun jabaran dari strategi yang dilakukan, (1) studi pendahuluan terkait dengan fenomena perceraian dini pasangan muda, (2) merumuskan program melalui kegiatan *focus group discussion* menghadirkan tokoh masyarakat, Kemenag Tanah Datar, Majelis Ulama Indonesia Tanah Datar, Lembaga Kerapatan Adat Alam Minangkabau Tanah Datar, Pemda Tanah Datar, (3) melakukan program membangun ketahanan psikologis pasangan muda untukantisipasi perceraian dini (Kemmis & Weeks, 2021). Kegiatan dilakukan pasangan muda melalui: (1) menumbukan kesadaran kolektif masyarakat akan pentingnyaantisipasi perceraian dini pasangan muda, melalui kegiatan FGD, (2) menumbukan kesadaran pasangan muda, pentingnya membangun ketahanan psikologis berbasis budaya ABS-SBK untuk menghadapi masalah yang terjadi dalam hidup berumah tangga, melalui kegiatan FGD, (3) membangun ketahanan psikologis berbasis budaya ABS-SBK pasangan muda untukantisipasi perceraian dini melalui kegiatan pelayanan psikologis dengan model; konseling kelompok berbasis ABS-SBK dan konseling individual berbasis ABS-SBK.

Adapun pelaksanaan konseling kelompok ABS-BK, pertama tahapan pengawalan yang berisi membangun hubungan psikologis dan penjelasan kegiatan layanan, kedua tahap kegiatan melakukan penggalian permasalahan kehidupan berumah tangga, melakukan pengecekan tingkat ketahanan psikologis pasangan, melakukan pembahasan untuk pemecahan masalah dan resolusi konflik melalui nilai-nilai ABS-SBK, melahirkan komitmen untuk mengimplementasikan hasil konseling, tahap ketiga pengakhiran dengan kegiatan evaluasi dan tindak lanjut. Sedangkan pelaksanaan layanan konseling individual berbasis ABS-SBK, tahap pertama menjalin keakraban dan penstrukturan kegiatan layanan, tahap kedua melakukan kegiatan inti dengan penggalian masalah dalam rumah tangga, membahas kemungkinan solusi yang tepat dan harapan terhadap masa depan keluarga yang dilandasi falsafah ABS-SBK, serta membangun komitmen untuk menjalankan hasil layanan, tahap ketiga melakukan pengakhiran dengan melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Selanjutnya dilakukan analisis data untuk melihat kemajuan yang diperoleh oleh target penelitian dalam bentuk analisis kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian yang telah dilakukan terhadap para pasangan muda di Lintau Buo dengan focus membangun ketahanan psikologis pasangan muda melalui konseling berbasis ABS-SBK untukantisipasi perceraian dini. Adapun gambaran awal sebelum dilakukan pengabdian ditemukan, para pasangan muda sangat rentan dengan berbagai masalah, bahkan masalah yang kecil pun bisa mejadi sesuatu yang besar. Ketidakmampuan memenuhi kebutuhan rumah tangga terkadang para pasangan menjadi pemicu munculnya pertengkaran. Komunikasi yang terjadi antara pasangan terkadang disalah pahammi sehingga munculnya pertengkaran. Aktivitas interaksi social yang tidak terjaga menjadi bagian konflik yang diawali cemburu satu dengan yang lainnya. Setelah dilakukan pendalaman terhadap fenomena yang ada ditemukan bahwa pasangan yang menikah belum siap secara psikologis sehingga daya tahan terhadap persoalan yang ada sangat rapuh dan lemah. Resolusi konflik ditempuh dengan cara yang tidak tepat dan tidak baik. Makna dari persolan ini adalah rendahnya daya tahan psikologis pasangan muda tersebut.

Pengabdian diawali dengan FGD untuk menyamakan persepsi, melahirkan kedarasan kolektif dan dukungan terkait dengan fenomena yang terjadi. Selanjutnya dilakukan pendekatan persuasive kepada target pengabdian dan melakukan intervensi konseling berbasis ABS-SBK dalam bentuk konseling kelompok dan konseling individual. Pelaksanaan konseling kelompok terhadap para pasangan diawali dengan pendekatan secara perorangan sehingga mereka menyadari pentingnya mengikuti kegiatan konseling kelompok untuk kehidupan rumah tangga yang lebih baik. Selanjutnya dilakukan komitmen terhadap pasangan keluarga bahwa akan dilakukan konseling kelompok sesuai dengan waktu yang telah disepakati. Selanjutnya para pasangan terlibat dalam kegiatan konseling kelompok berbasis ABS-SBK. Kemudian tim pengabdian melakukan pembahasan proses dan hasil pelaksanaan konseling kelompok untuk menentukan tindakan selanjutnya. Kemudian tim pengabdian menetapkan target para pasangan yang akan diberikan layanan konseling individual berbasis ABS-SBK. Proses konseling individual dilakukan di tempat kediaman para pasangan dengan memperhatikan azaz konseling yaitu azaz kerahasiaan, keterbukaan, kegiatan dan kenormatifan serta azaz lainnya. Konseling individual dimaksudkan agar pasangan mendapatkan layanan secara intensif untuk membangun ketahanan psikologis sehingga terwujud rumah tangga sakinah mawadah.

Adapun hasil yang diperoleh dari target pengabdian dapat digambarkan sebagai berikut; pertama, para pasangan muda sangat senang mengikuti kegiatan konseling berbasis ABS-SBK, karena proses yang dilalui sangat sesuai dengan budaya yang dimilikinya dan proses konseling sangat menyenangkan sehingga target pengabdian mengikuti kegiatan dengan baik. Temuan kedua, target pengabdian menyadari bahwa banyak kekeliruan yang selama ini dilakukan dalam menghadapi masalah keluarga terkait dengan cara menanggapi persoalan, emosi yang tidak terkontrol dan kemaun yang tidak realistis. Temuan ketiga, target

pengabdian menemukan cara mengelola pikiran yang baik dan realistis, cara mengelola emosi dan mengontrolnya dengan baik serta cara mengontrol kemauan yang realistis. Adapun temuan yang kelima target pengabdian merasa puas mereka menemukan cara yang tepat dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan rumah tangga, dalam proses konseling target pengabdian menemukan resolusi konflik yang baik dan tepat.

Berdasarkan temuan di atas dapat dimaknai bahwa target pengabdian telah mengalami peningkatan daya tahan psikologis dalam menjalani kehidupan berumah tangga terkait dengan pengelolaan pikiran, perasaan dan kemauan serta resolusi konflik hidup berumah tangga. Artinya Konseling berbasis ABS-SBK sangat tepat diberikan kepada pasangan muda. Pemanfaatan konseling ABS-SBK sangat lebih tepat bagi pasangan yang akan melangsungkan pernikahan yang disebut dengan konseling pranikah. Alasan diberikan konseling pranikah, agar setiap pasangan benar-benar memahami dan mengerti tujuan dari suatu pernikahan (Morib, 2020), dapat meningkatkan empati dan melahirkan harapan yang realistis (Skurtu, 2016), harapan dapat meningkatkan pemahaman konsep keluarga sakinah (Irman & Elvira, 2015), dapat meningkatkan kesiapan hidup berumah tangga (Irman et al., 2021; Nasution, 2021; Angraini et al., 2022), dan konseling pranikah juga dapat menekan angka perceraian dini (Pitrotussaadah, 2022), (Angraini et al., 2022) (Juningsih & Syamsu, 2021). Artinya konseling pranikah sangat penting diberikan kepada pasangan yang akan menikah (Alhuseini et al., 2022; AlOtaiby et al., 2023). Konseling pranikah yang diharapkan harus sejalan dengan nilai-nilai yang dianut pasangan sebagai klien. Khusus di Sumatera Barat konseling pranikah yang diharapkan adalah konseling berbasis ABS-SBK.

Peleksanan konseling pranikah ABS-SBK sangat ditentukan oleh kesiapan konselor dalam memberikan pelayanan yang baik. Kesuksesan konselor pranikah dipengaruhi oleh kinerja yang dimilikinya (Elfira, 2021). Kinerja konselor yang baik dapat memberikan efek yang baik terhadap klien yang dilayani yaitu para pasangan yang akan menikah. Melalui konseling pranikah akan terbentuk kesejahteraan psikologis pasangan yang mengarungi hidup berumah tangga.

Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang sangat penting dalam hidup berkeluarga dan perkembangan hidup individu (Palazzeschi et al., 2018). Kesejahteraan psikologis dapat menyehatkan mental (Legg et al., 2023; Arslan & Genç, 2022), meningkatkan kualitas hidup (Van Niekerk et al., 2022), kepuasan dalam hidup (Hicks et al., 2022) harapan positif dalam hidup (Satici & Okur, 2022), dapat mereduksi rasa kekhawatiran dalam hidup (McBride et al., 2021), hubungan sosial yang baik (Prayag et al., 2021; Atan, 2023), dan dapat mengoptimalkan diri dalam menghadapi berbagai kondisi hidup (Cuvelier & Falzon, 2011). Melalui kesejahteraan psikologis para pasangan akan merasakan keagatan dan kelekatan. Kelekatan merupakan ikatan emosional yang dibentuk individu yang bersifat spesifik dan kekal sepanjang waktu (Goldberg, 2014). Melalui kelekatan akan terbentuk kekuatan hidup berumah tangga dan rumah tangga menjadi harmonis. Lahirnya kelekatan dan kesejahteraan psikologis dibangun melalui ketahanan psikologis para pasangan suami dan istri.

Ketahanan psikologis juga dapat diperkokoh melalui kekuatan spiritualitas pasangan. Spiritualitas memiliki pengaruh yang kuat terhadap ketahanan individu, kepercayaan kepada Tuhan yang terwujud dalam ibadah dan wujud syukur menjadi strategi bertahan dalam menjalani kehidupan (Dewi & Hamzah, 2019). Artinya penggabungan ketahanan psikologis dengan kekuatan spiritualitas menjadi kekuatan baru bagi pasangan untuk menjalani kehidupan yang lebih baik menuju keluarga sakinah mawadah wa rohmah.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling berbasis ABS-SBK sangat tepat diberikan kepada para pasangan muda karena konseling yang dilalui sangat menyenangkan dan sesuai dengan budaya yang dimilikinya. Konseling berbasis ABS-SBK ternyata dapat meningkatkan daya tahan psikologis para pasangan muda yang sangat bermanfaat dalam menjalani kehidupan rumah tangga menuju keluarga sakinah mawadah wa rohmah. Disarankan kepada akademisi dan praktisi untuk dapat menjadikan konseling pernikahan berbasis ABS-SBK sebagai alternative intervensi konseling keluarga dan konseling pranikah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini terlaksana dengan sukses, atas kerjasama dan bantuan berbagai pihak. Ucapan terimakasih kepada Diktis Kemenag dan UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian. Ucapan terima kasih juga tertuju kepada seluruh masyarakat, tokoh masyarakat, tokoh agama, tokoh adat dan aparat pemerintah mawar II Kecamatan Lintau Buo Utara Tanah Datar yang telah turut serta dalam berbagai kegiatan pengabdian .

REFERENSI

- Adminrina. (2022). Angka Perceraian Indonesia Tertinggi di Asia Afrika, Ini Tujuh Problema Penyebabnya. *Kantor Wilayah Kementrian Agama Propinsi Sumatera Barat*. <https://sumbar.kemenag.go.id/v2/post/66642/angka-perceraian-indonesia-tertinggi-di-asia-afrika-ini-tujuh-problema-penyebabnya>
- Alhusseini, N., Farhan, H., Yaseen, L., Abid, S., Imad, S. S., & Ramadan, M. (2022). Premarital mental health screening among the Saudi population. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, S1658361222001226. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2022.06.013>
- AlOtaiby, S., Alqahtani, A., Saleh, R., Mazyad, A., Albohigan, A., & Kutbi, E. (2023). Comprehension of premarital screening and genetic disorders among the population of Riyadh. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 18(4), 822–830. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2023.01.006>
- Amir, M. T., & Standen, P. (2019). Growth-focused resilience: Development and validation of a new scale. *Management Research Review*, 42(6), 681–702. <https://doi.org/10.1108/MRR-04-2018-0151>

- Angraini, D., Nelisma, Y., Silvianetri, S., & Fajri, E. Y. (2022). Konseling Pranikah Dalam Meredukasi Budaya Pernikahan Dini. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 56–65. <https://doi.org/10.33369/consilia.5.1.56-65>
- Arslan, G., & Genç, E. (2022). Psychological maltreatment and college student mental wellbeing: A uni and multi-dimensional effect of positive perception. *Children and Youth Services Review*, 134, 106371. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106371>
- Atan, G. (2023). Examination of the level of tolerance of uncertainty and psychological wellness of patients with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 147, 109401. <https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2023.109401>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Creswell J. W. (1994). *Research Design Qualitative & Quantitative Approaches*. London. New Delhi: Sage.
- Cresswell, J. W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cuvelier, L., & Falzon, P. (2011). Resilience As Resource-based Design Of Anticipated Situations. In E. Hollnagel, É. Rigaud, & D. Besnard (Eds.), *Proceedings of the fourth Resilience Engineering Symposium* (pp. 72–78). Presses des Mines. <https://doi.org/10.4000/books.pressesmines.982>
- Denzin, N. K. S., & Lincoln, Y. S. (1994). *Handbook of Qualitative Approaches*. New Delhi: Sage.
- Dewi, D. S. E., & Hamzah, H. B. (2019). The Relationship between Spirituality, Quality of Life, and Resilience. *Proceedings of the 6th International Conference on Community Development (ICCD 2019)*. Proceedings of the 6th International Conference on Community Development (ICCD 2019), Bandar Seri Begawan, Indonesia. <https://doi.org/10.2991/iccd-19.2019.39>
- Elfira, N. (2021). Kinerja Konselor Pada Konseling Pranikah. *Pamomong: Journal of Islamic Educational Counseling*, 1(1), 14–19. <https://doi.org/10.18326/pamomong.v1i1.14-19>
- Fadhli, A. (2018). Pemahaman Masyarakat Lintau Buo Utara tentang Hukum Perkawinan Sehubungan dengan Terjadinya Perkawinan Anak. *HUMANISMA: Journal of Gender Studies*, 2(2), 100–110.
- Goldberg, S. (2014). Origins of attachment theory. In S. Goldberg, *Attachment and development* (1st ed., pp. 3–15). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203783832-1>
- Hicks, R. E., Kenny, B., Stevenson, S., & Vanstone, D. M. (2022). Risk factors in body image dissatisfaction: Gender, maladaptive perfectionism, and psychological wellbeing. *Heliyon*, 8(6), e09745. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09745>
- Irman, I., & Elvira, N. (2015). Pengaruh Konseling Pranikah Solution Focused Terhadap Peningkatan Konsep Keluarga Sakinah Calon Pengantin. *Proceeding IAIN Batusangkar*, 1(1), 135–157.

- Irman, I., Silvianetri, S., Zubaidah, Z., Yeni, P., Gusria, W., Usman, H., & Siraj, R. (2021). The Effectiveness Of Islamic Premarriage Counseling To Readiness For Household Life. *Alfuad: Jurnal Sosial Keagamaan*, 5(2), 96. <https://doi.org/10.31958/jsk.v5i2.4730>
- Juningisih, H., & Syamsu, K. (2021). Analisis pelaksanaan layanan konseling pranikah dalam meminimalisir perceraian di Kantor Urusan Agama Kambu Kota Kendari. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(2), 95–104. <https://doi.org/10.30998/ocim.v1i2.6057>
- Kemmis, S., & Weeks, P. (1998). *Action Research In Practice*. USA and Canada by Routledge.
- Legg, R., Prior, J., Adams, J., & McIntyre, E. (2023). The relations between mental health and psychological wellbeing and living with environmental contamination: A systematic review and conceptual framework. *Journal of Environmental Psychology*, 87, 101994. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2023.101994>
- Liputankini.com. (2021). Perceraian di Tanah Datar Cukup Tinggi, Ini Penyebabnya. *Liputankini.Com*. <https://www.liputankini.com/2021/07/perceraian-di-tanah-datar-cukup-tinggi-ini-penyebabnya.html>
- Lubis, A. (2007). *Konseling Islami*. Elsaq Press.
- McBride, S. E., Hammond, M. D., Sibley, C. G., & Milfont, T. L. (2021). Longitudinal relations between climate change concern and psychological wellbeing. *Journal of Environmental Psychology*, 78, 101713. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101713>
- Morib, A. M. (2020). Pentingnya Pelayanan Konseling Pranikah. *LOGON ZOES: Jurnal Teologi, Sosial Dan Budaya*, 3(1), 63–84. <https://doi.org/10.53827/lz.v3i1.19>
- Musnamar, T. (1992). *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*. UII Prees.
- Nasroen, N. (1971). *Dasar Falsafah Adat Minangkabau*. Djakarta : Bulan Bintang.
- Nasution. (2021). Efektifitas penggunaan buku saku konseling pranikah bagi mahasiswa (dalam upaya meningkatkan pemahaman tentang pernikahan): Efektifitas penggunaan buku saku konseling pranikah bagi mahasiswa. *El-Ahli : Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 2(1), 46–62. <https://doi.org/10.56874/el-ahli.v2i1.471>
- Näswall, K., Malinen, S., Kuntz, J., & Hodliffe, M. (2019). Employee resilience: Development and validation of a measure. *Journal of Managerial Psychology*, 34(5), 353–367. <https://doi.org/10.1108/JMP-02-2018-0102>
- Navis, A. A. (1984). *Alam Terkembang Jadi Guru; Adat dan Kabudayaan Minangkabau*. Jakarta : Grafiti Pers.
- Octaviani, F., & Nurwati, N. (2020). Dampak Pernikahan Usia Dini Terhadap Perceraian Di Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial HUMANITAS*, 2(2), 33–52.
- Palazzeschi, L., Bucci, O., & Di Fabio, A. (2018). Re-thinking Innovation in Organizations in the Industry 4.0 Scenario: New Challenges in a Primary

- Prevention Perspective. *Frontiers in Psychology*, 9, 30. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00030>
- Pitrotussaadah, P. (2022). Konseling Pranikah untuk Membentuk Keluarga Sakinah dan Menekan Angka Perceraian. *Jurnal Perspektif*, 6(1), 25. <https://doi.org/10.15575/jp.v6i1.164>
- Prayag, G., Ozanne, L. K., & Spector, S. (2021). A psychological wellbeing perspective of long-term disaster recovery following the Canterbury earthquakes. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 63, 102438. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2021.102438>
- Shantika, E. (2019). *Pernikahan Dini (Studi Antropologi di Jorong Mawar II, Nagari Lubuk Jantan, Kecamatan Lintau Buo Utara, Kabupaten Tanah Datar, Provinsi Sumatera Barat)*. Tesis. e-Skripsi Universitas Andalas. <http://scholar.unand.ac.id/47267/>
- Satici, S. A., & Okur, S. (2022). Investigating the link between psychological maltreatment, shyness, hope, and wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 196, 111764. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111764>
- Skurtu, A. (2016). *Pre-marital counseling: A guide for clinicians*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Sutoyo, A. (2007). *Bimbingan dan Konseling Islami*. Semarang Islam. Cipta Prima Nusantara.
- Van Niekerk, L., Steains, E., & Matthewson, M. (2022). Correlates of health-related quality of life: The influence of endometriosis, body image and psychological wellbeing. *Journal of Psychosomatic Research*, 161, 110993. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2022.110993>
- Wowor, J. S. (2021). Perceraian Akibat Pernikahan di Bawah Umur (Usia Dini). *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 2(5), 814-820. <https://doi.org/10.36418/jiss.v2i5.278>