

## Optimalisasi *Peer Counseling* dalam Program *Bestie Talks* untuk Meningkatkan Kesiapan Menikah

Nida Muthi Annisa<sup>1</sup>, Albin Prayoga<sup>2</sup>, Devanan Mangaratua Sagala<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Psikologi, Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia, Indonesia

nidamtuhiannisa@unibi.ac.id

---

*Received : Mar' 2026 Revised : Apr' 2026 Accepted : May' 2026 Published : May' 2026*

---

### ABSTRACT

*Marriage readiness is a crucial aspect in building a harmonious and sustainable family life. Lack of psychological and emotional readiness, as well as communication skills, often triggers conflict in households. Therefore, preventive measures are needed through educational activities and community empowerment. This community service program aims to improve understanding and marriage readiness through a peer counseling approach for young adults. The peer counseling approach was chosen because peer interactions tend to create a more open and supportive communication atmosphere. This activity was attended by 12 young adult women, with one counseling session. The results showed an increase in participants' understanding of marriage readiness. These findings suggest that peer counseling programs can be an effective educational strategy in increasing marriage readiness in the community, particularly among young adults.*

**Keywords :** *Adulthood; Counseling; Marriage Readiness; Peer Counseling.*

### ABSTRAK

Kesiapan menikah merupakan aspek penting dalam membangun kehidupan keluarga yang harmonis dan berkelanjutan. Kurangnya kesiapan psikologis, emosional, serta keterampilan komunikasi sering menjadi faktor pemicu konflik dalam rumah tangga. Oleh karena itu, diperlukan upaya preventif melalui kegiatan edukatif dan pemberdayaan masyarakat. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesiapan menikah melalui pendekatan *peer counseling* individu dewasa awal. Pendekatan *peer counseling* dipilih karena interaksi antar sebaya cenderung menciptakan suasana komunikasi yang lebih terbuka dan suportif. Kegiatan ini diikuti oleh 12 orang wanita dewasa awal dengan pelaksanaan konseling sebanyak satu sesi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait kesiapan menikah. Temuan ini menunjukkan bahwa program *peer counseling* dapat menjadi strategi edukatif yang efektif dalam meningkatkan kesiapan menikah pada masyarakat, khususnya pada kelompok usia muda.

**Kata Kunci :** Kesiapan Menikah; Konseling Dewasa; Konseling Teman Sebaya; Peer Counseling.

---

### PENDAHULUAN

Manusia memiliki beberapa fase penting dalam kehidupannya. Salah satu fase penting tersebut adalah pernikahan. Karena pernikahan merupakan fase yang penting, maka diperlukan adanya kesiapan dari berbagai aspek, baik psikologis, sosial, maupun ekonomi. Kondisi siap untuk menikah, berkaitan dengan berbagai kemampuan individu seperti kemampuan mengelola konflik, komunikasi interpersonal, tanggung jawab dalam berkeluarga, membangun hubungan yang

---

---

romantis dan berkomitmen dalam jangka panjang [1]. Tanpa kesiapan yang memadai, pasangan cenderung menghadapi berbagai permasalahan dalam kehidupan rumah tangga yang berpotensi memicu konflik hingga perceraian seperti munculnya konflik dengan pasangan berkepanjangan, munculnya ketidakpuasan hubungan, hingga perceraian [2]. Fenomena peningkatan perceraian di Indonesia menjadi indikator yang cukup penting dan menjadi indikasi adanya persoalan dalam kesiapan menikah pada individu dewasa. Data memperlihatkan bahwa jumlah perceraian mencapai sekitar 394.608 pada tahun 2024 di Indonesia dengan permasalahan terbanyak adanya perselisihan dan pertengkaran secara terus menerus [3]. Masalah ekonomi juga menjadi faktor signifikan yang dalam memicu perceraian dengan sebanyak 100.000 kasus perceraian dipicu kesulitan finansial dan ekonomi [4]. Sehingga data-data yang disebutkan menunjukkan adanya konflik dalam relasi pasangan berkaitan dengan keterampilan komunikasi, pengelolaan emosi dan kesiapan dalam menghadapi konflik kehidupan pernikahan.

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa rendahnya kesiapan menikah pada individu usia dewasa awal sering berkaitan dengan kurangnya pemahaman mengenai dinamika hubungan, keterampilan komunikasi pasangan, serta pengelolaan peran dan tanggung jawab dalam keluarga [5], [6]. Penelitian lain memperkuat dugaan bahwa ada faktor lain juga yang memiliki pengaruh pada kesiapan menikah seperti kecerdasan emosional, pengetahuan tentang kehidupan keluarga, serta keterlibatan dalam program persiapan keluarga pada dewasa muda [7]. Penjelasan ini menunjukkan bahwa kesiapan menikah tidak dapat timbul begitu saja pada diri individu, melainkan perlu dibentuk melalui proses pembelajaran ataupun pembekalan.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk dapat meningkatkan kesiapan menikah dapat dilakukan melalui layanan konseling. Konseling pranikah memiliki tujuan untuk bisa membantu individu memahami berbagai komponen penting dalam hubungan pernikahan seperti pengelolaan konflik, komunikasi pasangan, pembagian peran, serta perencanaan keluarga [7]. Konseling dan intervensi lain sebagai salah satu edukasi untuk pernikahan akan sangat membantu individu meningkatkan kualitas hubungannya dan bahkan meningkatkan stabilitas hubungan itu sendiri [8][9]. Namun kondisi di lapangan memperlihatkan bawah masih terbatasnya akses terhadap layanan konseling formal bagi sebagian masyarakat, khususnya pada kelompok remaja akhir dan dewasa awal. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan alternatif yang lebih adaptif dan mudah diterima oleh kelompok usia muda [10]. Salah satu pendekatan dalam konseling dan dinilai lebih mudah untuk dilakukan adalah *peer counseling* atau konseling sebaya. *Peer counseling* merupakan bentuk layanan bantuan yang dilakukan oleh individu sebaya yang telah memperoleh pelatihan dasar konseling untuk membantu teman sebayanya dalam mengatasi permasalahan psikososial [11]. Pendekatan dengan teman sebaya sebagai konselor ini dianggap lebih efektif karena individu cenderung akan lebih terbuka untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, pengalaman dan juga permasalahan yang dihadapi kepada teman

---

---

sebayanya dibandingkan keada individu atau pihak tertentu yang dianggap memiliki otoritas yang lebih formal.

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa program *peer counseling* pada dasarnya memiliki efektivitas untuk bisa meningkatkan dukungan sosial, ketahanan psikologis, serta kemampuan pemecahan masalah pada remaja dan dewasa muda [12], [13]. Intervensi berbasis peer juga terbukti mampu meningkatkan literasi kesehatan mental dan keterampilan komunikasi interpersonal pada kelompok usia muda [14]. Hasil dari beberapa penelitian tersebut menunjukan bahwa dengan pendekatan *peer counseling* dapat membantu atau menjadi suatu strategi khusus dan edukatif yang dapat mengembangka kapasitas individu termasuk dalam hal ini adalah meningkatkan kapasitas individu dalam konteks persiapan kehidupan pernikahan.

Bila dikaji lebih lanjut untuk konteks kesiapan menikah, intervensi berbasis konseling dan juga edukasi berperan penting dalam membantu individu memahami realitas kehidupan keluarga secara lebih komperhensif. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang memperlihatkan bahwa program pendidikan pranikah yang terstruktur memberikan dampak yang besar untuk bisa membantu calon pasangan mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih efektif, peningkatan kemampuan untuk mengelola konflik yang muncul dalam hubungan, serta membangun ekspektasi yang lebih realistis terhadap kehidupan pernikahan [15] [16]. Dengan demikian, pendekatan edukatif yang dikombinasikan dengan metode konseling, termasuk *peer counseling*, dapat menjadi strategi preventif untuk meningkatkan kesiapan individu sebelum memasuki kehidupan pernikahan.

Berdasarkan uraian yang telah diapaprkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa kesiapan menikah adalah suatu aspek yang cukup penting dalam mempersiapkan hubungan pernikahan. Kurangnya kesiapan menikah dapat berdampak pada munculnya permasalahan dalam hubungan rumah tangga dan diperlukan suatu upaya preventif dengan kegiatan edukasi atau konseling dan lebih mudah dilakukan serta lebih nyaman bagi individu dewasa awal. Program yang paling potensial untuk diterapkan dalam hal ini adalah *peer counseling* yang berkaitan dengan kesiapan menikah. Hal ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman, keterampilan komunikasi, serta kesiapan psikologis individu dalam membangun kehidupan keluarga yang sehat dan harmonis.

Urgensi dari kegiatan pengabdian masyarakat ini berkaitan dengan kebutuhan mendesak untuk menekan tingginya risiko konflik dalam hubungan bersumber dari rendahnya kematangan psikologis sebelum menikah. Ketidaksiapan dalam memasuki jenjang rumah tangga sering kali menjadi pemicu utama munculnya ketidakharmonisan yang berujung pada perceraian, sehingga diperlukan langkah preventif yang strategis di awal sebelum menjalin atau membangun sebuah hubungan. Dalam hal ini, intervensi melalui metode *peer counseling* menjadi sangat krusial karena menawarkan pendekatan yang lebih inklusif dan rendah hambatan komunikasi bagi individu dewasa awal. Selain itu, program ini mendesak untuk diimplementasikan sebagai upaya sistematis dalam membangun ketahanan keluarga melalui penguatan aspek kognitif dan afektif.

---

---

Secara lebih luas, keberhasilan edukasi preventif ini tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis personal, tetapi juga berkontribusi pada terciptanya tatanan masyarakat yang lebih stabil melalui unit keluarga yang sehat dan harmonis. Implementasi program ini menjadi jembatan yang menghubungkan kebutuhan edukasi formal dengan realitas sosial dewasa awal yang memerlukan dukungan suportif dalam menghadapi transisi kehidupan yang signifikan.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan menggunakan pendekatan *Community Based Research* (CBR). CBR merupakan suatu pendekatan yang menempatkan masyarakat sebagai mitra dalam proses intervensi yang bertujuan agar dapat menghasilkan pengetahuan sekaligus memberikan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi masyarakat. Pendekatan ini menekankan kolaborasi antara peneliti dan komunitas dalam mengidentifikasi kebutuhan, merancang program intervensi, serta mengevaluasi dampak kegiatan terhadap kelompok sasaran [17], [18]. Pendekatan ini juga memberikan kelebihan agar kegiatan pengabdian tidak hanya berfokus pada pemberian layanan kepada masyarakat, tetapi juga menghasilkan temuan empiris yang dapat digunakan untuk pengembangan program pemberdayaan masyarakat di masa mendatang [18]. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kuantitatif sederhana dengan desain *one group pretest-posttest*. Desain ini digunakan untuk mengukur perubahan tingkat pemahaman atau kesiapan menikah sebelum dan setelah mengikuti kegiatan *peer counseling*. Melalui desain tersebut, efektivitas intervensi edukatif dapat diketahui dengan membandingkan skor hasil pengukuran sebelum dan sesudah kegiatan dilaksanakan.

Partisipan dalam kegiatan ini berjumlah 12 orang yang berada pada rentang usia dewasa awal. Peserta kemudian dibagi ke dalam tiga kelompok kecil, masing-masing terdiri dari tiga orang. Pembagian kelompok kecil dilakukan untuk menciptakan suasana diskusi yang lebih kondusif serta mendorong interaksi yang lebih intensif antar peserta selama proses *peer counseling* berlangsung. Pengukuran kondisi kesiapan menikah sebelum dan setelah pelaksanaan *peer counseling* dengan menggunakan *Sukoon Marital Readiness Scale* yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia [19].

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dalam satu sesi konseling dengan durasi sekitar 90 menit. Pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahapan sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan koordinasi pelaksanaan kegiatan, penyusunan materi konseling mengenai kesiapan menikah, melakukan pelatihan untuk konselor serta persiapan instrumen evaluasi berupa kuesioner *pretest* dan *posttest*.

2. Tahap *Pretest*

Sebelum kegiatan konseling dimulai, seluruh peserta diminta mengisi kuesioner pretest untuk mengetahui tingkat pemahaman awal terkait kesiapan menikah. Proses pengisian pretest berlangsung selama sekitar 10 menit.

### 3. Tahap Pelaksanaan *Peer Counseling*

Setelah pengisian pretest, peserta dibagi menjadi tiga kelompok kecil yang masing-masing terdiri dari tiga orang. Kegiatan *peer counseling* dilakukan melalui diskusi kelompok sebaya yang difasilitasi oleh fasilitator. Sesi konseling berlangsung selama sekitar 70 menit, dengan tahapan kegiatan sebagai berikut:

- a. Pembukaan dan pengenalan topik (10 menit); Fasilitator menyampaikan tujuan kegiatan serta memperkenalkan konsep dasar mengenai kesiapan menikah.
- b. Diskusi dan eksplorasi pengalaman peserta (30 menit); Peserta diajak untuk berbagi pandangan, pengalaman, serta persepsi mereka mengenai pernikahan dan kesiapan membangun keluarga.
- c. Pemberian materi dan refleksi (20 menit); Fasilitator memberikan penjelasan mengenai aspek-aspek penting dalam kesiapan menikah, seperti komunikasi pasangan, pengelolaan konflik, komitmen, serta kesiapan dalam menjalankan tanggung jawab keluarga.
- d. Diskusi kelompok dan penyimpulan (10 menit); Peserta bersama fasilitator melakukan refleksi terhadap materi yang telah disampaikan serta menyimpulkan pemahaman mengenai pentingnya kesiapan sebelum memasuki kehidupan pernikahan.

### 4. Tahap *Posttest*

Setelah sesi konseling selesai, peserta diminta untuk mengisi kuesioner posttest selama sekitar 10 menit. Tahap ini bertujuan untuk mengetahui perubahan tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan *peer counseling*. Data yang diperoleh dari hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif komparatif dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui adanya peningkatan pemahaman peserta terkait kesiapan menikah setelah mengikuti kegiatan *peer counseling*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM ini diawali dengan fase persiapan yang berkaitan dengan penguatan persiapan pelaksanaan kegiatan dan juga persiapan materi. Pada tahap ini, tim pelaksana melakukan koordinasi teknis terkait pelaksanaan kegiatan seperti jadwal dan tempat pelaksanaan kegiatan. Selain itu, dilakukan penyusunan modul materi kesiapan menikah serta pelatihan khusus bagi para konselor sebaya guna menyamakan persepsi dan teknik pendampingan. Tim pelaksana juga menyiapkan instrumen evaluasi berupa kuesioner pretest dan posttest yang telah divalidasi untuk mengukur sejauh mana efektivitas kegiatan. Ketika hari pelaksanaan kegiatan PKM dan sebelum intervensi dimulai, dilakukan pengambilan data awal melalui pengisian kuesioner *pretest* oleh seluruh peserta. Tahap ini berlangsung

selama 10 menit dengan tujuan untuk memetakan sejauh mana tingkat pemahaman dan kesiapan awal peserta mengenai konsep pernikahan.

Setelah data awal terkumpul, kegiatan inti dilakukan dengan membagi peserta ke dalam tiga kelompok kecil, di mana setiap kelompok terdiri dari tiga orang. Pengelompokan ini bertujuan untuk menciptakan suasana diskusi yang lebih terbuka. Sesi konseling berlangsung selama 70 menit dengan rincian prosedur yaitu, fasilitator membuka sesi dengan memperkenalkan konsep urgensi kesiapan menikah dan tujuan besar dari kegiatan. Pada tahap selanjutnya, menitikberatkan pada diskusi dua arah, di mana peserta didorong untuk berbagi pandangan subjektif dan pengalaman pribadi mengenai tantangan dalam membangun keluarga. Tahap ketiga adalah fasilitator memberikan pendalaman materi mengenai pilar-pilar kesiapan menikah sesuai dengan modul. Pada sesi akhir fasilitator merangkum poin-poin krusial yang telah didiskusikan serta melakukan refleksi bersama mengenai kesiapan psikologis peserta. Pada tahap akhir, peserta diminta untuk mengisi *posttest*. Tahap ini cukup penting untuk mengevaluasi dampak dari metode *peer counseling* yang telah diterapkan. Hasil dari proses *peer counseling* yang dilakukan terlihat dalam tabel 1 baik untuk nilai pre-test dan posttestnya.

**Tabel 1. *Pretest dan Posttest Peer Counseling***

Pretest	Posttest
81	87
80	79
95	102
79	78
73	78
83	86
68	70
85	83
88	87
89	90
86	90
79	82

Data pada tabel tersebut dianalisis secara deskriptif untuk melihat nilai mean dan juga gain score dari data yang telah didapatkan. Adapun hasil analisis deskriptif dari data tersebut ditampilkan pada tabel 2.

**Tabel 2. Mean dan Gain Score**

Mean Pretest	Mean Posttest	Gain score
82,17	84,33	2,17

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor kesiapan menikah peserta setelah mengikuti intervensi *peer counseling*. Nilai mean pretest yang didapatkan sebesar 82,17 meningkat menjadi 84,33 pada bagian posttest, dengan gain score sebesar 2,17. Hasil tersebut memberikan arti bahwa intervensi *peer counseling* yang diberikan memiliki

---

kontribusi positif untuk meningkatkan pemahaman dan kesiapan menikah walaupun masih dalam taraf yang relatif terbatas ataupun kecil. Peningkatan skor rata-rata dari pretest ke posttest tersebut menunjukkan bahwa proses *peer counseling* mampu memfasilitasi terjadinya pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*), di mana peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga aktif terlibat dalam diskusi, refleksi, dan pertukaran pengalaman dengan sesama peserta [11][20]. Bila dilihat kaitannya dengan konteks kesiapan menikah maka proses ini menjadi suatu proses yang cukup penting karena tidak hanya bersifat kognisi namun juga melibatkan sumber afektif, interpersonal, kematangan emosi, komunikasi hingga kesiapan menghadapi konflik [19]. Dengan demikian, interaksi dalam kelompok sebaya memberikan ruang bagi peserta untuk menginternalisasi nilai dan pemahaman yang berkaitan dengan kehidupan pernikahan. Individu yang memiliki kesiapan secara emosional, fisik, finansial, dan sosial dalam menghadapi pernikahan cenderung menunjukkan keyakinan dalam menjalani kehidupan bersama pasangan, termasuk dalam berbagi peran dan tanggung jawab. Selain itu, pernikahan dipersepsikan sebagai sarana untuk berkembang, sehingga individu tidak lagi didominasi oleh kekhawatiran terhadap kemungkinan kegagalan dalam menjalani kehidupan rumah tangga [21].

Meskipun hasil yang didapat memperlihatkan adanya peningkatan, akan tetapi nilai *gain score* yang relatif kecil menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi belum optimal. Hal tersebut dapat terjadi salah satunya karena intervensi yang dilakukan hanya berlangsung dalam satu sesi dengan durasi sekitar 90 menit. Perubahan pada aspek psikososial yang dalam hal ini termasuk kesiapan menikah, umumnya membutuhkan proses yang berkelanjutan dan tidak dapat dicapai secara instan melalui intervensi jangka pendek terutama pada *peer counseling* yang sebaiknya dilakukan selama 1-6 bulan [22] [23]. Program pendidikan pranikah bila dilakukan secara berulang dan bertahap akan lebih efektif dalam peningkatan kualitas dan juga kesiapan individu dalam menghadapi dinamika pernikahan.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi juga adalah tingkat kesiapan awal peserta yang sudah relatif tinggi juga dapat memengaruhi kecilnya peningkatan skor. Bila dilihat dari nilai pretest yang berada pada kategori cukup tinggi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah memiliki pemahaman dasar mengenai kesiapan menikah sebelum mengikuti intervensi. Hal tersebut mengakibatkan ruang untuk peningkatan kapasitas menjadi lebih terbatas. Fenomena ini dalam evaluasi program sering disebut sebagai *ceiling effect*, di mana skor awal yang tinggi membatasi kemungkinan peningkatan yang signifikan [24]. *Peer counseling* dalam kegiatan ini menunjukkan potensi yang cukup baik karena pada dasarnya memungkinkan terciptanya suasana komunikasi yang lebih setara dan tidak formal, sehingga peserta cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan pandangan dan pengalaman pribadi. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa pendekatan berbasis teman sebaya dapat meningkatkan keterbukaan, dukungan sosial, serta kemampuan individu dalam memahami dan menyelesaikan permasalahan interpersonal [11].

## PENUTUP

Kegiatan *peer counseling* menunjukkan dapat menjadi salah satu alternatif metode edukasi yang efektif dalam meningkatkan kesiapan menikah. Kegiatan ini cukup efektif dilakukan khususnya dalam konteks pengabdian kepada masyarakat dengan sumber daya yang terbatas. Meskipun peningkatan yang diperoleh belum signifikan secara kuantitatif, secara kualitatif kegiatan ini memberikan kontribusi dalam meningkatkan kesadaran, pemahaman, serta refleksi diri peserta terkait kesiapan memasuki kehidupan pernikahan. Dengan pengembangan program yang lebih intensif dan berkelanjutan, pendekatan ini berpotensi menjadi strategi preventif dalam meminimalkan permasalahan rumah tangga di masa depan. Namun tentunya kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, jumlah partisipan yang relatif kecil ( $n=12$ ) membuat generalisasi hasil menjadi terbatas. Kedua, tidak adanya kelompok kontrol yang dapat menyebabkan sulitnya memastikan bahwa peningkatan yang terjadi sepenuhnya disebabkan oleh intervensi *peer counseling* yang diberikan. Oleh karena kegiatan selanjutnya disarankan untuk menggunakan tahapan dan proses yang lebih kuat, serta menambahkan sesi intervensi yang lebih dari satu kali.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. M. Duvall and B. C. Miller, *Marriage and Family Development*, 6th ed. New York, NY, USA: Harper & Row, 1985.
- [2] N. L. Septiasari and K. S. Dewi, "Defining Marriage Readiness: A Narrative Review of Influencing Factors and Perspectives," in *Proceedings of the 2nd International Conference on Social Science (ICSS)*, vol. 4, no. 1, pp. 282-293, Sep. 2025, doi: 10.59188/icss.v4i1.245.
- [3] N. Muhamad, "Banyak Suami-Istri Cerai karena Pertengkaran pada 2024," *Databoks Katadata*, Mar. 3, 2025. [Online]. Available: [https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/67c530aeb6791/banyak-suami-istri-cerai-karena-pertengkaran-pada-2024?utm\\_source=chatgpt.com](https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/67c530aeb6791/banyak-suami-istri-cerai-karena-pertengkaran-pada-2024?utm_source=chatgpt.com). [Accessed: Mar. 11, 2026].
- [4] ANTARA News, "Apa penyebab utama perceraian di Indonesia?," *Antara News*, Apr. 10, 2025. [Online]. Available: <https://www.antaranews.com/berita/4760945/apa-penyebab-utama-perceraian-di-indonesia>. [Accessed: Mar. 11, 2026].
- [5] N. Adira, "Perceived marriage readiness: A cross-cultural exploration," *Jurnal Psikologi*, 2024.
- [6] E. N. Hopipah, "The significance of pre-marital education and post-marital counseling in minimizing divorce," *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Science*, 2025.
- [7] A. Rahman et al., "Marital readiness: Exploring the key factors among university students," *Journal of Family Studies*, 2024.
- [8] S. Fatimah and R. P. Y. Siwi, "Effect of premarital education on attitudes towards preventing high-risk pregnancies," *Journal of Health Science and Care*, 2025.
- [9] G. Williamson et al., "Premarital education and later relationship help-seeking,"

- Journal of Family Psychology*, 2018.
- [10] S. Garrido et al., "Young People's Help-Seeking and Access to Mental Health Care," *Frontiers in Psychiatry*, vol. 10, art. no. 612, Sep. 2019, doi: <https://doi.org/10.2196/13873>.
- [11] T. Tindall and H. Gray, *Peer Counseling: In-Depth Look at Training Peer Helpers*. New York: Routledge, 2019.
- [12] G. Nisrina, "Effectiveness of peer counseling as a strengthening effort for adolescents," *Psychology Today Journal*, 2023.
- [13] H. N. Aqillah, K. Suhaemi, and M. Monalisa, "The effectiveness of peer counseling in addressing cyberbullying among students," *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, vol. 7, no. 1, 2025.
- [14] D. Chow et al., "A scoping review on peer-led interventions to improve youth mental health," *BMC Public Health*, 2024.
- [15] A. Handayani, "Family life preparation and marital readiness: A qualitative study," *KnE Social Sciences*, 2025.
- [16] E. B. Fawcett, A. J. Hawkins, V. L. Blanchard, and M. S. J. Carroll, "Do premarital education programs really work? A meta-analytic study of examined outcomes," *Journal of Family Psychology*, vol. 24, no. 5, pp. 602–613, Oct. 2010, doi: 10.1037/a0020988.
- [17] Y. Zhang, J. Li, and X. Wang, "Community-based participatory research approaches for improving public health interventions," *International Journal for Equity in Health*, vol. 23, no. 1, pp. 1–12, 2024.
- [18] W. E. Rosa et al., "Community-based participatory research: A lifeline to achieve health equity," *Journal of Pain and Symptom Management*, vol. 69, no. 2, pp. 1–8, 2025.
- [19] W. Husain and A. Nadeem, "Measurement of marital readiness to avoid possible divorce," *Journal of Divorce & Remarriage*, vol. 63, no. 4, pp. 262–276, 2022, doi: 10.1080/10502556.2022.2033656.
- [20] D. Chow et al., "A scoping review of peer-led interventions to improve youth mental health," *BMC Public Health*, vol. 24, 2024.
- [21] N. M. Annisa, C. Widhyastuti, C. F. Hermawan, A. Amos, and M. N. R. Nahrudin, "Marriage Readiness dan Fear of Commitment pada Dewasa Awal yang Belum Menikah," *JIPSI Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 6, no. 2, pp. 134–140, 2024.
- [22] H. C. Williamson et al., "Premarital education and later relationship help-seeking," *Journal of Family Psychology*, vol. 32, no. 2, pp. 185–193, 2018.
- [22] L. Shah et al., "Effectiveness of peer support interventions in improving psychosocial well-being: A systematic review and meta-analysis," *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, vol. 21, no. 6, pp. 652–664, 2024.
- [23] L. Wang, Z. Zhang, J. J. McArdle, and T. A. Salthouse, "Investigating ceiling effects in longitudinal data analysis," *Multivariate Behavioral Research*, vol. 43, no. 3, pp. 476–496, 2009, doi: 10.1080/00273170802285941.