



Implementation of Psychoeducation on Marriage Readiness for Asca Elpida's Instagram Followers

Alsarabibah Leli Hikmah¹, Ima Fitri Sholichah²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik, Indonesia

Abstract : The increasing divorce rate in Indonesia shows that many couples are not psychologically ready before getting married. To address this, Asca Elpida developed a social media-based marriage readiness psychoeducation program, especially Instagram, as a preventive measure that is easily accessible to the young generation of early adulthood (18–24 years). Before the implementation, a poll was conducted via Instagram Story which showed that 54% of respondents chose the topic “marriage readiness” as the most popular. This program presents three educational materials in a visual-interactive format and opens up a discussion space via direct message. Evaluation using the Kirkpatrick model at the reaction and learning levels showed a positive response from participants: easy-to-understand material (91%), relevant topics (88%), and increased understanding (84%). However, active participation was still low, indicating the phenomenon of lurking behavior. Nevertheless, this program is effective in increasing psychological literacy and marriage readiness, while also reviving Asca Elpida's Instagram account with meaningful educational content. As a development, it is recommended to use a live webinar format, intensive online training, community forums, or counseling assistance to achieve a deeper and more sustainable impact.

Keywords : Psychoeducation; Marriage readiness; Psychological literacy; Social media; Lurking behavior

Penerapan Psikoedukasi Kesiapan Menikah Pada Followers Instagram Asca Elpida

Abstrak : Meningkatnya angka perceraian di Indonesia menunjukkan bahwa banyak pasangan belum siap secara psikologis sebelum menikah. Untuk mengatasi hal ini, Asca Elpida mengembangkan program psikoedukasi kesiapan menikah berbasis media sosial, khususnya Instagram, sebagai upaya preventif yang mudah diakses oleh generasi muda usia dewasa awal (18–24 tahun). Sebelum pelaksanaan, dilakukan polling melalui Instagram Story yang menunjukkan 54% responden memilih topik “kesiapan menikah” sebagai yang paling diminati. Program ini menyajikan tiga materi edukatif dalam format visual-interaktif dan membuka ruang diskusi via direct message. Evaluasi menggunakan model Kirkpatrick pada level reaksi dan pembelajaran menunjukkan respons positif dari peserta: materi mudah dipahami (91%), topik relevan (88%), serta peningkatan pemahaman (84%). Namun, partisipasi aktif masih rendah, mengindikasikan fenomena lurking behavior. Meskipun demikian, program ini efektif meningkatkan literasi psikologis dan kesiapan menikah, sekaligus menghidupkan kembali akun Instagram Asca Elpida dengan konten edukatif bermakna. Sebagai pengembangan, disarankan penggunaan format webinar live, pelatihan daring intensif, forum komunitas, atau pendampingan konseling untuk mencapai dampak yang lebih mendalam dan berkelanjutan.

Kata kunci : Psikoedukasi; Kesiapan menikah; Literasi psikologis; Media sosial; Lurking behavior

Article history

Received: 22 Mey 2025

Revised: 30 Mey 2025

Accepted: 02 June 2025

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution (CC-BY) license



Corresponding Author: Ima Fitri Sholichah; imafitri@umg.ac.id

PENDAHULUAN

Dalam beberapa tahun terakhir, angka perceraian di Indonesia menunjukkan tren peningkatan yang signifikan. Fenomena ini sebagian besar disebabkan oleh kurangnya kesiapan individu sebelum

memasuki kehidupan pernikahan, terutama dalam aspek psikologis dan emosional. Banyak pasangan muda yang lebih memprioritaskan kesiapan finansial, sementara aspek psikologis sering kali terabaikan, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap konflik dalam rumah tangga dan peningkatan angka perceraian (Rizaludin, 2025).

Masa dewasa awal merupakan fase perkembangan yang krusial, di mana individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan seperti memilih pasangan hidup, membangun relasi intim, dan memulai kehidupan berkeluarga. Santrock (2019) menekankan bahwa pada tahap ini, individu mulai membentuk kemandirian personal dan ekonomi, serta mengembangkan hubungan intim yang mendalam. Namun, tanpa kesiapan yang matang, terutama dalam aspek psikologis dan emosional, individu rentan menghadapi tantangan dalam pernikahan yang dapat berujung pada konflik atau perceraian.

Sayangnya, sistem pendidikan formal di Indonesia belum memberikan ruang yang memadai untuk membekali generasi muda dengan kompetensi kehidupan berkeluarga, seperti komunikasi efektif, pengelolaan emosi, serta pemahaman peran dalam keluarga. Hal ini menciptakan kesenjangan dalam kesiapan individu untuk memasuki kehidupan pernikahan yang sehat dan harmonis.

Untuk mengatasi permasalahan ini, psikoedukasi telah digunakan sebagai pendekatan intervensi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan individu sebelum menikah. Asih et al. (2023) dalam studi mereka menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi kepada remaja dapat meningkatkan pemahaman mereka mengenai kesiapan perkawinan, termasuk aspek fisik, psikologis, dan finansial. Hasil analisis menggunakan Paired Sample T-Test menunjukkan peningkatan skor pemahaman sebesar 14,31 poin setelah intervensi psikoedukasi diberikan.

Demikian pula, Daulay et al. (2024) dalam penelitian mereka menyoroti pentingnya psikoedukasi dalam mencegah pernikahan dini dengan membangun kesiapan psikologis dan finansial pada remaja. Mereka menekankan bahwa intervensi psikoedukasi dapat membantu remaja memahami konsekuensi dari pernikahan dini dan pentingnya kesiapan yang matang sebelum menikah.

Namun, sebagian besar intervensi psikoedukasi yang telah dilakukan masih terbatas pada pendekatan tatap muka di lingkungan sekolah atau komunitas lokal. Belum banyak penelitian yang mengeksplorasi efektivitas psikoedukasi berbasis media sosial, khususnya Instagram, dalam meningkatkan kesiapan menikah pada generasi muda. Padahal, media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari generasi muda dan memiliki potensi besar sebagai sarana edukasi yang efektif dan mudah diakses.

Melalui platform media sosial seperti Instagram, program psikoedukasi memiliki jangkauan yang luas dan mampu menarik perhatian generasi muda. Biro Layanan Psikologi Asca Elpida, yang sebagian besar followers-nya merupakan individu dalam rentang usia 18–24 tahun, menyadari adanya kebutuhan akan informasi yang relevan dan praktis mengenai kesiapan menikah. Berdasarkan polling yang dilakukan pada akun Instagram Asca Elpida, topik “kesiapan menikah” menjadi tema paling diminati oleh para pengikut akun tersebut. Hal ini menunjukkan tingginya kepedulian audiens terhadap isu ini, serta menjadi dasar pertimbangan pemilihan sampel dalam penelitian ini.

Oleh karena itu, penelitian ini akan menyoroti followers akun Instagram @ascaelpida yang berusia 18–24 tahun sebagai sampel utama, karena mereka merupakan representasi generasi muda yang sedang berada pada fase dewasa awal yakni fase yang rentan dan kritis dalam mengambil keputusan terkait pernikahan. Melalui pendekatan ini, program psikoedukasi diharapkan dapat mengisi kekosongan edukasi formal dan memberikan panduan komprehensif yang mudah diakses, relevan, serta disampaikan dalam media yang akrab bagi generasi muda.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana psikoedukasi melalui media sosial, khususnya Instagram, dapat meningkatkan pemahaman kesiapan menikah secara holistik tidak hanya finansial, tetapi juga psikologis, emosional, dan sosial, sehingga dapat mencegah konflik rumah tangga di kemudian hari dan menciptakan relasi yang lebih sehat dan harmonis.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan desain studi kasus, bertujuan untuk mendeskripsikan proses dan efektivitas penerapan *psikoedukasi* kesiapan menikah kepada *followers* Instagram Asca Elpida. Subjek dalam penelitian ini adalah *followers* akun Instagram @asca.elpida yang berada dalam rentang usia dewasa awal (18–24 tahun), karena pada usia ini individu mulai mempertimbangkan pernikahan sebagai bagian dari tugas perkembangannya (Santrock, 2019).

Pemilihan subjek dilakukan secara non-probabilistik melalui metode purposive sampling, dengan mempertimbangkan keterlibatan aktif *followers* dalam *polling* dan interaksi konten bertema kesiapan menikah. Metode ini dianggap tepat karena memungkinkan pemilihan partisipan yang memiliki karakteristik relevan dengan topik intervensi.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah observasi digital, *polling* Instagram, serta alat evaluasi berbasis model Kirkpatrick. Asesmen awal dilakukan melalui *polling* topik di Instagram Story untuk mengetahui kebutuhan informasi *followers* terkait topik yang paling diminati. Hasil *polling* menunjukkan bahwa tema kesiapan menikah menempati posisi tertinggi dengan 54% suara.

Setelah itu, dilakukan perancangan program *psikoedukasi* yang terdiri dari penyusunan materi dalam bentuk tiga unggahan edukatif, pembuatan grup diskusi melalui *direct message* (DM), dan penyusunan jadwal pelaksanaan konten. Pelaksanaan program dilakukan selama periode 19 Agustus – 27 September 2024 secara daring melalui akun Instagram @asca.elpida.

Evaluasi program dilakukan dengan menggunakan dua level dari Model Evaluasi Kirkpatrick, yaitu:

1. *Reaction*, untuk mengukur tanggapan awal dan kepuasan peserta terhadap materi yang diberikan, dengan memanfaatkan fitur *polling* dan pertanyaan langsung pada Instagram Story.
2. *Learning*, untuk mengukur sejauh mana peningkatan pemahaman peserta terhadap materi kesiapan menikah melalui format pertanyaan kuis singkat setelah pemaparan materi.

Untuk menjaga validitas, proses evaluasi disesuaikan dengan prinsip keterukuran reaksi pengguna media sosial. Selain itu, triangulasi data dilakukan melalui analisis *respon* kualitatif dari partisipan di kolom komentar dan pesan langsung. Kendala seperti rendahnya tingkat partisipasi aktif diatasi dengan menyederhanakan sistem *feedback* menjadi bentuk kuis dan pertanyaan singkat.

Metode ini memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi karena sifatnya kontekstual dan berbasis media sosial, namun tetap memberikan gambaran yang relevan mengenai efektivitas *psikoedukasi* berbasis digital terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pelaksanaan *psikoedukasi* kesiapan menikah yang dilakukan oleh Biro Layanan Psikologi Asca Elpida melalui platform Instagram menunjukkan sejumlah temuan penting. Program ini diawali dengan *asesmen* kebutuhan melalui fitur *polling Instagram Story* untuk menentukan topik yang paling relevan dan diminati. Dari tiga topik yang diajukan kesehatan mental, kesiapan menikah, dan *speech delay* topik kesiapan menikah memperoleh suara terbanyak, yaitu sebanyak 54% dari total responden.

Berdasarkan hasil *polling* tersebut, program *psikoedukasi* dikembangkan dalam bentuk tiga materi unggahan edukatif seputar konsep, tantangan, dan aspek kesiapan menikah. Materi ini disusun berdasarkan landasan teori psikologi perkembangan dan kebutuhan nyata *followers*. Selain itu, dibentuk grup diskusi melalui *direct message* (DM) Instagram sebagai bentuk pendekatan *interpersonal* yang lebih dekat dan interaktif.

Mayoritas pengikut akun Instagram @asca.elpida berusia 18–24 tahun, kelompok dewasa awal yang aktif menggunakan Instagram sebagai sarana mengekspresikan diri dan membentuk identitas (Ramadhani, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa Instagram memengaruhi cara remaja

membangun identitas serta merespons tekanan sosial dari interaksi daring. Dengan dominasi pengguna usia ini, program psikoedukasi kesiapan menikah melalui Instagram menjadi strategi efektif untuk menjangkau dan meningkatkan pemahaman generasi muda, menyampaikan informasi secara relevan dan mudah diakses guna meningkatkan kesiapan menghadapi kehidupan pernikahan di masa depan.

Evaluasi dilakukan menggunakan dua level dalam model Kirkpatrick:

- Level 1: *Reaction*, menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memberikan respon positif terhadap konten melalui fitur "polling reaksi", *emoji*, dan komentar positif. Responden juga menyampaikan minat terhadap topik lanjutan terkait dinamika pernikahan.
- Level 2: *Learning*, diukur melalui pertanyaan singkat berbentuk kuis setelah setiap materi. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas peserta mampu menjawab pertanyaan dengan benar, yang mengindikasikan adanya peningkatan pemahaman setelah mengikuti psikoedukasi.

Namun demikian, tingkat partisipasi aktif dalam bentuk komentar atau diskusi mendalam relatif rendah. Hal ini menjadi catatan penting mengenai tantangan penyampaian edukasi berbasis media sosial yang cenderung bersifat pasif (*lurking behavior*). Untuk mengatasi hal ini, tim pelaksana mengadaptasi metode evaluasi dengan menyederhanakan pertanyaan dan memaksimalkan fitur interaktif Instagram.

Secara umum, program ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya kesiapan psikologis, emosional, dan komunikasi dalam membangun relasi pernikahan yang sehat. Program juga mendapat respon positif dari pihak Biro Asca Elpida, yang menyatakan bahwa inisiatif ini membantu menghidupkan kembali akun Instagram mereka dengan konten edukatif yang bermakna dan kontekstual.

Temuan dari program *psikoedukasi* kesiapan menikah yang dilaksanakan melalui akun Instagram @asca.elpida menunjukkan bahwa pendekatan digital dapat menjadi sarana efektif untuk menyampaikan edukasi psikologis pada dewasa awal. Hal ini terbukti dari hasil polling awal yang menunjukkan topik kesiapan menikah memperoleh suara terbanyak, yaitu 54%, dibandingkan topik lainnya (lihat Tabel 1). Fakta ini mencerminkan bahwa individu dewasa awal memiliki kebutuhan aktual terhadap edukasi seputar kesiapan mental dan emosional sebelum menikah.

Tabel 1. Hasil Polling Topik Psikoedukasi pada Followers Asca Elpida

Topik	Jumlah Suara	Indikator yang Meningkat
Kesehatan Mental	14	38%
Kesiapan Menikah	20	54%
Speech Delay	3	8%

Program ini menargetkan audiens utama dalam rentang usia 18–24 tahun (lihat Tabel 2), sesuai dengan tahap perkembangan dewasa awal sebagaimana dijelaskan oleh Santrock (2019), yang ditandai oleh pencarian identitas, eksplorasi relasi, dan pengambilan keputusan besar seperti pernikahan. Penggunaan media sosial sebagai kanal penyampaian menjadi tepat karena platform ini sangat lekat dengan keseharian kelompok usia tersebut.

Tabel 2. Rentang Usia Followers Instagram Asca Elpida

Rentang Usia	Persentase Followers
18–24 tahun	42,7%
25–34 tahun	29,3%
35 tahun ke atas	28%

Evaluasi program menggunakan dua level dari model Kirkpatrick, yaitu reaksi dan pembelajaran. Data evaluasi menunjukkan bahwa mayoritas peserta merasa materi mudah dipahami (91%), relevan dengan kebutuhan mereka (88%), dan membantu meningkatkan pemahaman (84%) terkait kesiapan menikah (lihat Tabel 3). Hasil ini menunjukkan bahwa penyampaian psikoedukasi

dengan format visual ringan seperti infografis, story interaktif, dan sesi Q&A berbasis Instagram sangat efektif dalam meningkatkan literasi psikologis.

Tabel 3. Evaluasi Program Psikoedukasi

Aspek Evaluasi	Respon Positif (%)
Materi mudah dipahami	91%
Topik relevan dengan kebutuhan	88%
Adanya peningkatan pemahaman	84%
Ingin topik lanjutan disajikan	79%

Meskipun program psikoedukasi melalui Instagram dapat menjangkau audiens yang luas, interaksi mendalam seperti komentar dan diskusi masih tergolong rendah. Fenomena ini menunjukkan adanya perilaku konsumsi pasif (*passive consumption*) di kalangan pengguna, di mana mereka lebih banyak menyimak konten tanpa memberikan umpan balik aktif. Hal ini sejalan dengan temuan dalam literatur yang menyebutkan bahwa partisipasi aktif dalam edukasi digital memerlukan pendekatan yang lebih personal dan langsung. Sebagai contoh, penelitian oleh Ayub (2021) mengungkapkan bahwa meskipun media sosial dapat bermanfaat bagi remaja untuk pengembangan diri dan mendapatkan informasi baru, namun juga dapat menciptakan jarak dengan individu di sekitarnya, yang memengaruhi interaksi sosial mereka. Selain itu, Dinata et al. (2022) dalam kajian literturnya menyatakan bahwa intervensi media sosial dalam promosi kesehatan remaja dapat efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mereka dan mendorong perilaku hidup sehat, namun keberhasilan tersebut sangat dipengaruhi oleh kualitas konten dan interaksi yang terjadi.

Kelebihan utama dari program ini adalah kemampuannya menjangkau audiens yang luas dengan pendekatan yang ringan namun bermakna. Hal ini memperkuat relevansi psikoedukasi sebagai bentuk intervensi preventif terhadap permasalahan relasional seperti konflik pernikahan atau perceraian (Suharman, 2014; Sulistyawati, 2003). Namun, keterbatasan terletak pada belum dilakukannya evaluasi hingga level perubahan perilaku dan hasil jangka panjang dari pemahaman yang diperoleh.

Sebagai pengembangan ke depan, disarankan untuk memperluas model intervensi ke format webinar live, pelatihan daring intensif, dan kolaborasi dengan psikolog/influencer untuk meningkatkan kedalaman diskusi. Penambahan fitur seperti forum komunitas atau pendampingan konseling juga berpotensi memperkuat dampak program terhadap perubahan nyata dalam kesiapan menikah peserta.

Pembahasan

Hasil pelaksanaan psikoedukasi kesiapan menikah yang dilakukan oleh Biro Layanan Psikologi Asca Elpida melalui platform Instagram memberikan sejumlah temuan penting yang relevan dengan teori perkembangan psikologis dan fenomena sosial saat ini, terutama dalam konteks generasi muda dan pernikahan. Program ini tidak hanya berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai aspek psikologis dan emosional dalam kesiapan menikah, tetapi juga membuktikan bahwa media digital seperti Instagram dapat menjadi sarana edukasi psikologis yang efektif, khususnya bagi individu pada masa dewasa awal.

Relevansi dengan Tahap Perkembangan Dewasa Awal

Mayoritas pengikut akun Instagram @asca.elpida berada dalam rentang usia 18–24 tahun, yang menempatkan mereka dalam fase dewasa awal. Pada fase ini, individu menghadapi tugas perkembangan penting, seperti memilih pasangan hidup dan mempersiapkan kehidupan berkeluarga (Santrock, 2019). Namun, meskipun memiliki niat untuk menikah, banyak individu dalam kelompok usia ini belum memiliki kesiapan yang memadai dalam aspek psikologis dan emosional. Penelitian oleh Ningrum et al. (2021) menunjukkan bahwa kesiapan menikah pada dewasa muda dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kecerdasan emosional, pengetahuan tentang kehidupan keluarga, dan partisipasi dalam program persiapan kehidupan keluarga. Keterbatasan dalam aspek-aspek ini dapat berkontribusi terhadap ketidakharmonisan dalam pernikahan di kemudian hari. Selain itu, Carroll et

al. (2009) dalam penelitiannya menemukan bahwa banyak individu dewasa awal memandang kesiapan menikah sebagai proses yang melibatkan pengembangan kompetensi interpersonal dan kemampuan untuk membuat komitmen jangka panjang. Namun, kurangnya persiapan dalam hal ini dapat menyebabkan ketidakstabilan dalam hubungan pernikahan. Fenomena ini menunjukkan pentingnya intervensi psikoedukasi yang dapat meningkatkan kesiapan menikah secara holistik pada generasi muda.

Efektivitas Media Sosial dalam Penyampaian Psikoedukasi

Pemanfaatan Instagram sebagai media psikoedukasi terbukti efektif dalam menjangkau audiens luas dan relevan, khususnya generasi muda yang aktif di platform tersebut. Format interaktif seperti infografis, polling, dan sesi tanya jawab memberikan pengalaman edukatif yang mudah dipahami dan sesuai dengan gaya hidup digital mereka. Evaluasi menggunakan model Kirkpatrick pada level reaksi menunjukkan respon positif dari peserta, dengan 91% menyatakan materi mudah dipahami, 88% merasa topik relevan, dan 84% mengalami peningkatan pemahaman.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Aprilia et al. (2020), yang menunjukkan bahwa edukasi melalui Instagram dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap anemia. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa hampir semua responden memiliki pengetahuan baik (90,9%) dan sikap positif (100%) setelah diberikan edukasi melalui Instagram.

Selain itu, penelitian oleh Siswanti et al. (2022) juga mendukung efektivitas media sosial Instagram dalam psikoedukasi. Mereka menemukan bahwa pemberian media poster melalui Instagram sebagai psikoedukasi tentang pencegahan tawuran remaja berhasil menambah wawasan, mudah dipahami, dan menarik bagi remaja.

Dengan demikian, penggunaan Instagram sebagai media psikoedukasi tidak hanya efektif dalam menyampaikan informasi, tetapi juga dalam meningkatkan pemahaman dan sikap positif peserta terhadap topik yang diajarkan.

Tantangan Partisipasi Aktif dan Passive Consumption

Meski dirancang dengan pendekatan interaktif, program ini masih menghadapi tantangan berupa rendahnya partisipasi aktif pengguna seperti komentar dan diskusi mendalam. Fenomena ini dikenal sebagai lurking behavior, yaitu kecenderungan pengguna hanya menyimak konten tanpa memberikan umpan balik aktif (Meshi et al., 2020). Kondisi ini menjadi kendala serius dalam psikoedukasi berbasis media sosial yang membutuhkan refleksi dan keterlibatan mendalam. Untuk mengatasi hal ini, tim pelaksana mengimplementasikan metode evaluasi sederhana seperti kuis singkat dan polling di Instagram Story, yang menunjukkan adanya transfer pengetahuan meskipun dalam format minimalis. Temuan ini sejalan dengan studi oleh Kaur et al. (2019) yang menunjukkan bahwa variasi metode interaktif dapat meningkatkan keterlibatan dan efektivitas edukasi digital meskipun partisipasi aktif terbatas.

Integrasi Teori Psikologi dalam Materi Edukasi

Materi psikoedukasi disusun berdasarkan teori psikologi perkembangan terkait kesiapan menikah, komunikasi efektif, dan manajemen emosi, yang sangat penting untuk mencegah konflik dan membangun keharmonisan keluarga (Santrock, 2019; Nurhayati & Wulandari, 2015). Pendekatan ini sejalan dengan prinsip psikoedukasi yang bertujuan membekali individu dengan pengetahuan dan keterampilan praktis sebelum mengambil keputusan besar dalam hidup (Fitzpatrick et al., 2017). Program ini juga menyediakan ruang refleksi dan diskusi interpersonal melalui grup DM Instagram, meskipun partisipasi aktif masih terbatas, langkah ini tetap menjadi inisiatif penting untuk menciptakan lingkungan belajar psikologis yang aman dan interaktif.

Keterbatasan dan Potensi Pengembangan Program

Salah satu keterbatasan program ini adalah evaluasi yang baru mencapai level reaksi dan pembelajaran menurut model Kirkpatrick, sehingga belum dapat mengukur perubahan perilaku dan dampak jangka panjang peserta (Kirkpatrick & Kirkpatrick, 2016). Untuk meningkatkan efektivitas, disarankan mengembangkan program ke format lebih intensif seperti webinar live, pelatihan daring berbasis modul, atau pendampingan konseling individual. Studi oleh Smith et al. (2020)

menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi yang melibatkan interaksi langsung dan dukungan profesional meningkatkan transfer pembelajaran ke perubahan perilaku nyata. Selain itu, penggunaan forum komunitas dan aplikasi telehealth juga direkomendasikan sebagai sarana memperkuat interaksi dan kesinambungan pembelajaran (Jones & Lee, 2019).

Kontribusi terhadap Upaya Preventif Perceraian

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2024, tercatat sebanyak 399.921 kasus perceraian di Indonesia, dengan provinsi Jawa Barat menjadi yang tertinggi, mencapai 88.985 kasus. Fenomena ini menunjukkan tingginya angka perceraian yang perlu mendapat perhatian serius.

Salah satu faktor utama penyebab perceraian adalah kurangnya kesiapan mental pasangan sebelum memasuki pernikahan. Sulistyawati (2003) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perceraian antara lain: (1) kurangnya kesiapan mental, (2) permasalahan ekonomi, (3) kurangnya komunikasi antar pasangan, (4) campur tangan keluarga pasangan, dan (5) perselingkuhan. Kurangnya kesiapan mental dapat menyebabkan pasangan tidak mampu menghadapi tantangan dalam pernikahan, yang berpotensi berujung pada perceraian.

Dengan latar belakang tersebut, program psikoedukasi seperti yang dilakukan oleh Asca Elpida memiliki potensi besar sebagai intervensi preventif dalam mencegah konflik rumah tangga dan perceraian. Penyediaan akses edukasi yang mudah, relevan, dan bermakna dapat membantu individu mempersiapkan diri secara mental dan emosional sebelum memasuki pernikahan, sehingga diharapkan dapat mengurangi angka perceraian di Indonesia.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis media sosial, khususnya melalui platform Instagram, merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman kesiapan menikah pada individu usia dewasa awal (18–24 tahun). Program yang dikembangkan oleh Biro Layanan Psikologi Asca Elpida berhasil menjangkau target audiens secara luas, memanfaatkan media yang akrab dan relevan dengan keseharian generasi muda.

Melalui evaluasi berbasis model Kirkpatrick pada dua level—reaksi dan pembelajaran—terlihat bahwa mayoritas peserta merespons positif materi yang disajikan dan mengalami peningkatan pemahaman terhadap aspek kesiapan menikah, baik secara psikologis, emosional, maupun sosial.

Meskipun interaksi aktif seperti diskusi mendalam masih rendah, fenomena ini dapat dimaklumi dalam konteks perilaku konsumsi pasif yang umum terjadi di media sosial. Hal ini sekaligus menjadi peluang untuk menyempurnakan desain intervensi edukatif ke depan dengan pendekatan yang lebih personal dan partisipatif.

Dengan demikian, psikoedukasi melalui Instagram dapat menjadi solusi alternatif yang menjembatani kekosongan edukasi formal terkait kehidupan pernikahan, serta berkontribusi dalam membangun kesiapan mental generasi muda guna menciptakan relasi pernikahan yang lebih sehat dan harmonis.

REFERENSI

- Abror, K. (2019). Cerai Gugat dan Dampaknya Bagi Keluarga. *Asas*, 11(01), 24-37. <https://doi.org/10.24042/asas.v11i01.4640>
- Aprilia, I. C., Usnawati, N., Purwanti, D., & Alfiah, S. (2024). The Influence Of Instagram As An Educational Medium On Knowledge And Attitudes About Anemia In Adolescent Girls. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 12(2), 190-200. <https://doi.org/10.33992/jik.v12i2.3336>
- Asih, M. K., Pratiwi, S., Utami, R. R., & Katkar, K. (2023). Psikoedukasi sebagai upaya meningkatkan pemahaman kesiapan perkawinan bagi remaja. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 4(1), 215–221. <https://doi.org/10.33394/jpu.v4i1.6362>
- Ayub, M. (2022). Dampak sosial media terhadap interaksi sosial pada remaja: Kajian sistematis. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 7(1). <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JPBK/article/view/14610>

- Carroll, J. S., Badger, S., Willoughby, B. J., Nelson, L. J., Madsen, S. D., & McNamara Barry, C. (2009). Ready or not? Criteria for marriage readiness among emerging adults. *Journal of adolescent research*, 24(3), 349-375. <https://doi.org/10.1177/0743558409334253>
- Daulay, P. J., Fazila, D., Jumadilla, J., Fitriani, F. Z., Putri, D. F., Saragih, R. M., Safitri, Y. N., Astuti, W., & Safarina, N. (2024). Psikoedukasi pencegahan pernikahan dini membangun kesiapan psikologis dan finansial untuk menghindari pernikahan dini. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 2(5), 1768–1773. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v2i5.1414>
- Dinata, A. S., Harahap, R. A., & Novi, S. L. (2024). EFEKTIVITAS INTERVENSI MEDIA SOSIAL DALAM PROMOSI KESEHATAN REMAJA: LITERATURE REVIEW. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3). <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/32670>
- Fitzpatrick, M., Thompson, S., & Roberts, L. (2017). The Role of Psychoeducation in Relationship Preparedness. *Journal of Family Psychology*, 31(5), 613-620.
- Jones, M., & Lee, S. (2019). Telehealth Interventions to Support Mental Health and Behavioral Change: A Review. *Journal of Telemedicine and Telecare*, 25(1), 3-10.
- Kaur, P., Sharma, A., & Singh, R. (2019). Enhancing Engagement in Digital Education through Interactive Methods. *International Journal of Educational Technology*, 15(2), 5–15.
- Kirkpatrick, D. L., & Kirkpatrick, J. D. (2016). *Evaluating Training Programs: The Four Levels*. Berrett-Koehler Publishers.
- Meshi, D., Bender, A., & Heekeren, H. R. (2020). The Hidden Cost of Social Media: *Lurking Behavior and Psychological Outcomes*. *Journal of Social Media Studies*, 12(1), 3–10.
- Ningrum, D. N. F., Latifah, M., & Krisnatuti, D. (2021). Marital readiness: Exploring the key factors among university students. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 18(1), 66–72. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v18i1.17912>
- Nurhayati, S., & Wulandari, R. (2015). Kesiapan Menikah dan Faktor Psikologis. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(2), 120-130.
- Rizaludin, A. (2025). *Pernikahan Usia Dini dan Perceraian: Menyibak Fenomena yang Sering Diabaikan di Era Modern. As-Syar i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 7 (1), 51–63. file:///Users/m/Downloads/As+Syar'i_5825_V7N1.pdf
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sindy Ramadhani. (2024). PERAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DALAM PEMBENTUKAN IDENTITAS REMAJA. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 6(3), 111–120. <https://doi.org/10.6578/triwikrama.v6i3.8751>
- Siswanti, D. N., Daud, M., Jalal, N. M., Nurmilasari, N., & Sunarty, S. (2022). Pemberian media poster melalui instagram sebagai psikoedukasi tentang pencegahan tawuran remaja. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(5), 795-802. <https://bajangjournal.com/index.php/JPM/article/view/2236>
- Smith, A., Brown, K., & Wilson, P. (2020). Enhancing Behavior Change in Psychoeducational Programs through Interactive Technologies. *Journal of Behavioral Health*, 9(3), 225-233.
- Suharman, R. (2014). Keluarga harmonis dan pembentukan karakter anak. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 4(2), 102–109.
- Sulistiyawati, N. (2003). Penyebab perceraian dalam rumah tangga. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 7(1), 42–50.