

## **PENGALAMAN DAN KRITERIA KESIAPAN PERNIKAHAN PADA INDIVIDU DEWASA AWAL**

**Rossi Nurmalasari<sup>1</sup>, Anandha Putri Rahimsyah<sup>2</sup>, Muhammad Muhajirin<sup>3</sup>**  
[rossinurmalasari@gmail.com](mailto:rossinurmalasari@gmail.com)<sup>1</sup>, [anandha@umtas.ac.id](mailto:anandha@umtas.ac.id)<sup>2</sup>, [muhajirinbk@gmail.com](mailto:muhajirinbk@gmail.com)<sup>3</sup>  
Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

### **Abstrak**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena individu dewasa awal yang berada pada fase perkembangan penting terkait pengambilan keputusan hidup jangka panjang, salah satunya keputusan untuk menikah. Pada fase ini, individu sering dihadapkan pada berbagai pertimbangan, baik internal maupun eksternal, yang memengaruhi kesiapan pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman serta mengidentifikasi kriteria kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis untuk menggali pengalaman subjektif individu dewasa awal dalam memaknai kesiapan pernikahan. Subjek penelitian terdiri dari tiga individu dewasa awal yang dipilih secara purposive sesuai dengan kriteria penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, yang didukung oleh catatan lapangan. Data dianalisis menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola makna dan tema yang muncul dari pengalaman partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan dimaknai secara beragam oleh setiap individu, namun secara umum mencakup beberapa kriteria utama, yaitu kesiapan psikologis dan emosional, pengalaman relasional, kesiapan finansial, kejelasan nilai dan tujuan hidup, serta kesiapan menghadapi peran dan tanggung jawab dalam pernikahan. Faktor internal seperti kematangan emosi, pemahaman diri, dan kesiapan berkomitmen berinteraksi dengan faktor eksternal seperti dukungan keluarga, norma sosial, serta kondisi ekonomi dalam membentuk kesiapan pernikahan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal bukan ditentukan oleh usia semata, melainkan merupakan proses reflektif dan kontekstual yang berkembang melalui pengalaman hidup. Penelitian berimplikasi pada layanan bimbingan dan konseling.

**Kata Kunci:** Kesiapan Pernikahan, Dewasa Awal, Bimbingan Dan Konseling.

### **PENDAHULUAN**

Pernikahan merupakan salah satu tugas perkembangan utama pada fase dewasa awal yang menuntut kesiapan individu secara menyeluruh, baik dari aspek emosional, psikologis, kognitif, maupun sosial. Pada tahap ini, individu diharapkan mampu membangun relasi intim yang stabil, mengambil keputusan hidup jangka panjang, serta menjalankan peran dan tanggung jawab baru secara dewasa. Santrock (2018) menegaskan bahwa keberhasilan individu dewasa awal dalam membangun relasi intim sangat bergantung pada kematangan emosi, kejelasan identitas diri, dan kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Dengan demikian, kesiapan pernikahan tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai kesiapan usia, melainkan sebagai hasil dari proses perkembangan psikologis yang berkelanjutan.

Dalam konteks perkembangan modern, individu dewasa awal dihadapkan pada dinamika sosial yang semakin kompleks, seperti perubahan nilai-nilai pernikahan, tuntutan kemandirian ekonomi, tekanan sosial untuk menikah, serta pengalaman relasi yang beragam. Arnett (2015) menyebut fase ini sebagai *emerging adulthood*, yaitu periode eksplorasi identitas dan pengambilan keputusan penting dalam kehidupan, termasuk keputusan untuk menikah. Pada fase ini, individu cenderung melakukan refleksi diri yang mendalam, menimbang kesiapan personal, serta membandingkan dirinya dengan lingkungan sosial sebelum mengambil komitmen jangka panjang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan

merupakan isu perkembangan yang penting dan relevan untuk dikaji secara mendalam.

Kesiapan pernikahan juga berkaitan erat dengan kondisi kesejahteraan psikologis individu. Rahimsyah dan Muhajirin (2025) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis ditandai oleh penerimaan diri, kemandirian, tujuan hidup yang jelas, serta kemampuan membangun relasi interpersonal yang positif. Aspek-aspek tersebut merupakan fondasi penting dalam kesiapan menjalani peran dewasa, termasuk peran sebagai pasangan dalam pernikahan. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik cenderung memiliki kontrol diri, kejelasan arah hidup, dan kesiapan menghadapi tuntutan relasional, sehingga lebih siap dalam memaknai dan menjalani pernikahan.

Sejalan dengan hal tersebut, Willoughby dan Hall (2015) menekankan bahwa kesiapan pernikahan sangat dipengaruhi oleh pemaknaan kognitif individu terhadap pernikahan dan komitmen. Individu yang memiliki pandangan realistis mengenai pernikahan termasuk pemahaman tentang tanggung jawab, konflik, dan kerja sama cenderung menunjukkan kesiapan menikah yang lebih matang dibandingkan individu yang memaknai pernikahan secara idealistik atau tertekan oleh norma sosial. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman hidup dan cara individu menafsirkan pengalaman tersebut berperan besar dalam membentuk kesiapan pernikahan.

Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya mengenai kesiapan pernikahan masih didominasi oleh pendekatan kuantitatif yang berfokus pada pengukuran tingkat kesiapan atau faktor-faktor prediktif seperti usia, pendidikan, dan kondisi ekonomi. Pendekatan tersebut belum sepenuhnya menggambarkan bagaimana individu dewasa awal mengalami, merefleksikan, dan memaknai kesiapan pernikahan berdasarkan pengalaman subjektif mereka. Padahal, kesiapan pernikahan merupakan konstruk psikologis yang bersifat dinamis, kontekstual, dan sangat dipengaruhi oleh pengalaman relasional serta proses refleksi diri.

Kesenjangan ini menunjukkan perlunya penelitian yang menggali pengalaman dan kriteria kesiapan pernikahan dari perspektif individu dewasa awal secara langsung. Penelitian dengan pendekatan kualitatif menjadi penting untuk memahami makna kesiapan pernikahan sebagaimana dialami dan dibangun oleh individu dalam konteks kehidupannya. Dengan menggali pengalaman hidup, pemaknaan diri, serta kriteria kesiapan menikah yang dirumuskan oleh individu dewasa awal, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif dan kontekstual mengenai kesiapan pernikahan.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini memiliki nilai pembeda dibandingkan penelitian sebelumnya karena tidak hanya berfokus pada tingkat kesiapan menikah, tetapi menelaah kesiapan pernikahan sebagai proses perkembangan psikologis yang reflektif. Kebaruan penelitian ini terletak pada eksplorasi pengalaman subjektif individu dewasa awal dalam memaknai kesiapan pernikahan serta perumusan kriteria kesiapan menikah berdasarkan perspektif mereka sendiri. Penelitian ini menjadi penting karena dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian bimbingan dan konseling, khususnya terkait kesiapan pernikahan sebagai bagian dari tugas perkembangan dewasa awal, serta kontribusi praktis sebagai dasar penyusunan layanan bimbingan kelompok pranikah yang lebih kontekstual dan berorientasi pada kebutuhan individu dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal, mengidentifikasi kriteria kesiapan pernikahan yang dianggap penting, serta mengetahui faktor-faktor internal dan eksternal yang memengaruhi kesiapan individu dalam memasuki kehidupan pernikahan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman dan kriteria kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada penggalian makna subjektif dan pengalaman hidup individu, bukan pada pengujian hipotesis atau pengukuran hubungan

antarvariabel. Menurut Creswell dan Poth (2018), penelitian kualitatif tepat digunakan ketika peneliti ingin mengeksplorasi bagaimana individu memaknai suatu fenomena dalam konteks kehidupannya. Oleh karena itu, pendekatan ini dinilai sesuai untuk mengkaji kesiapan pernikahan sebagai proses perkembangan psikologis yang bersifat kontekstual dan reflektif.

Desain penelitian yang digunakan adalah fenomenologis, karena penelitian ini berupaya memahami pengalaman langsung (*lived experiences*) individu dewasa awal dalam memaknai kesiapan pernikahan. Smith, Flowers, dan Larkin (2009) menjelaskan bahwa pendekatan fenomenologi memungkinkan peneliti menggali bagaimana individu mengalami dan memberi makna terhadap suatu peristiwa penting dalam hidupnya. Penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2025 di Indonesia, dengan lokasi penelitian yang menyesuaikan domisili dan kondisi partisipan, sehingga proses pengumpulan data dilakukan secara fleksibel.

Subjek penelitian adalah individu dewasa awal berusia sekitar 20–30 tahun yang belum menikah dan sedang atau pernah mempertimbangkan kesiapan pernikahan. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Patton (2015) menyatakan bahwa *purposive sampling* memungkinkan peneliti memperoleh informan yang mampu memberikan data yang kaya dan mendalam sesuai fokus penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur sebagai instrumen utama penelitian. Wawancara ini digunakan untuk menggali pengalaman, pemaknaan, serta kriteria kesiapan pernikahan yang dimiliki partisipan. Kvale dan Brinkmann (2015) menjelaskan bahwa wawancara mendalam efektif untuk memahami perspektif subjektif individu terhadap pengalaman hidupnya. Selain wawancara, peneliti juga menggunakan catatan lapangan untuk mendukung pemahaman konteks selama proses pengumpulan data.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik dengan tahapan transkripsi data, pembacaan berulang, pemberian kode, pengelompokan kode menjadi tema, serta penafsiran makna tema. Braun dan Clarke (2006) menyatakan bahwa analisis tematik membantu peneliti mengidentifikasi pola makna yang muncul dari data kualitatif secara sistematis dan fleksibel. Keabsahan data dijaga melalui pengecekan ulang data dan konsistensi interpretasi untuk memastikan temuan benar-benar bersumber dari pengalaman partisipan (Lincoln & Guba, 1985).

Prosedur penelitian dilaksanakan secara bertahap, dimulai dari penyusunan pedoman wawancara, pemilihan partisipan, pelaksanaan wawancara, analisis data, hingga penyusunan laporan penelitian. Creswell (2018) menegaskan bahwa prosedur yang sistematis dalam penelitian kualitatif membantu menghasilkan temuan yang bermakna dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Partisipan Pertama**

Partisipan pertama memandang kesiapan pernikahan sebagai proses yang cukup panjang dan tidak bisa ditentukan hanya dari usia atau lamanya menjalin hubungan. Baginya, kesiapan menikah lebih banyak berkaitan dengan kesiapan diri secara mental dan emosional. Ia merasa bahwa mengenal diri sendiri, memahami kelebihan dan kekurangan, serta mampu mengendalikan emosi menjadi hal yang sangat penting sebelum memutuskan untuk menikah. Partisipan ini juga menekankan bahwa pengalaman relasional sebelumnya, termasuk konflik dalam hubungan, justru membantunya belajar tentang komunikasi, kompromi, dan tanggung jawab.

Dalam pandangannya, menikah bukan sekadar memenuhi tuntutan sosial, tetapi keputusan besar yang akan memengaruhi banyak aspek kehidupan. Oleh karena itu, ia cenderung berhati-hati dan tidak ingin terburu-buru, meskipun lingkungan sekitarnya sudah mulai memberi tekanan untuk segera menikah. Hal ini menunjukkan bahwa Partisipan pertama

memiliki kesadaran reflektif yang cukup kuat dalam memaknai kesiapan pernikahan.

### **Partisipan Kedua**

Berbeda dengan Partisipan pertama, narasumber kedua lebih banyak mengaitkan kesiapan pernikahan dengan faktor eksternal, terutama kondisi ekonomi dan dukungan keluarga. Ia mengungkapkan bahwa kesiapan finansial menjadi pertimbangan utama karena menurutnya pernikahan membutuhkan stabilitas, bukan hanya kesiapan perasaan. Pengalaman melihat konflik rumah tangga di lingkungan sekitar membuatnya berpikir realistis bahwa cinta saja tidak cukup untuk membangun pernikahan yang sehat.

Namun demikian, narasumber kedua juga menyadari bahwa kesiapan mental dan kemampuan berkomunikasi tetap menjadi bekal penting. Ia mengakui masih sering membandingkan dirinya dengan teman sebaya yang sudah menikah, yang terkadang memunculkan keraguan terhadap kesiapan dirinya sendiri. Proses membandingkan ini justru membuatnya semakin banyak berpikir dan mengevaluasi kembali kesiapan menikah, baik dari sisi pribadi maupun kesiapan menghadapi peran sebagai pasangan.

### **Partisipan Ketiga**

Partisipan ketiga memaknai kesiapan pernikahan sebagai kesiapan untuk bertumbuh bersama pasangan. Ia tidak menempatkan kesiapan sebagai kondisi “sudah sempurna”, melainkan sebagai kesediaan untuk belajar, beradaptasi, dan menerima perubahan. Pengalaman relasional yang ia jalani membuatnya memahami bahwa pernikahan akan selalu diwarnai dinamika, sehingga fleksibilitas dan keterbukaan menjadi kriteria utama kesiapan menikah.

Partisipan ini juga menekankan pentingnya kesamaan nilai, tujuan hidup, dan cara pandang terhadap masa depan. Baginya, kesiapan pernikahan tidak hanya tentang siap hidup bersama orang lain, tetapi juga siap menghadapi tantangan bersama. Ia merasa bahwa kedewasaan emosional dan kemampuan memaknai konflik secara positif menjadi bekal penting sebelum memasuki pernikahan.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal dimaknai secara beragam oleh setiap Partisipan, namun memiliki benang merah yang sama, yaitu kesiapan psikologis, kematangan emosional, pengalaman relasional, serta pertimbangan konteks sosial dan ekonomi. Setiap narasumber menekankan aspek yang berbeda, sesuai dengan pengalaman hidup dan tahap perkembangannya masing-masing. Hal ini menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan merupakan proses subjektif dan dinamis, bukan kondisi yang seragam bagi setiap individu dewasa awal.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal merupakan proses yang kompleks dan tidak dapat dipahami hanya dari satu aspek tertentu. Kesiapan menikah terbentuk melalui interaksi antara faktor internal, seperti kematangan emosi, kesiapan psikologis, dan pemaknaan diri, serta faktor eksternal seperti pengalaman relasional, lingkungan sosial, dan kondisi ekonomi. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa kesiapan pernikahan bukanlah kondisi statis, melainkan proses perkembangan yang terus berlangsung seiring bertambahnya pengalaman hidup individu.

Temuan pada narasumber pertama menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan dimaknai sebagai kesiapan emosional dan psikologis untuk menjalani komitmen jangka panjang. Partisipan ini menekankan pentingnya mengenal diri sendiri, mampu mengelola emosi, serta belajar dari pengalaman hubungan sebelumnya. Pemaknaan ini sejalan dengan teori perkembangan dewasa awal yang dikemukakan oleh Erikson (1968), yang menyatakan bahwa tugas perkembangan utama pada fase dewasa awal adalah membangun keintiman tanpa kehilangan identitas diri. Individu yang belum mencapai kematangan identitas cenderung mengalami kesulitan dalam membangun komitmen pernikahan yang sehat.

Selain itu, Santrock (2019) menjelaskan bahwa kedewasaan emosional menjadi fondasi penting dalam membangun hubungan intim yang stabil. Individu yang mampu memahami dan mengelola emosinya dengan baik akan lebih siap menghadapi dinamika pernikahan, termasuk konflik dan perbedaan pendapat. Hal ini tercermin pada narasumber pertama yang melihat konflik relasional bukan sebagai ancaman, melainkan sebagai proses pembelajaran menuju kedewasaan.

Partisipan kedua menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan banyak dipengaruhi oleh faktor eksternal, khususnya kesiapan finansial dan dukungan keluarga. Pandangan ini relevan dengan konsep kesiapan menikah menurut Larson dan Holman (1994) yang menekankan bahwa kesiapan pernikahan mencakup kesiapan struktural, termasuk stabilitas ekonomi dan kesiapan peran sosial. Kondisi finansial yang stabil dipandang mampu menciptakan rasa aman dan mengurangi potensi konflik dalam pernikahan.

Penelitian yang dilakukan oleh Anandha Putri Rahimsyah (2020) juga menemukan bahwa individu dewasa awal seringkali menempatkan kesiapan ekonomi sebagai indikator utama kesiapan menikah, terutama dalam konteks sosial budaya Indonesia. Anandha menegaskan bahwa tekanan sosial dan ekspektasi keluarga membuat individu lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan menikah, karena pernikahan tidak hanya menyatukan dua individu, tetapi juga dua sistem keluarga. Temuan ini selaras dengan pengalaman narasumber kedua yang merasa kesiapan menikah tidak dapat dilepaskan dari kesiapan menghadapi tuntutan sosial dan keluarga.

Namun, narasumber kedua juga menunjukkan kecenderungan membandingkan diri dengan teman sebaya yang telah menikah. Fenomena ini sesuai dengan pandangan Arnett (2015) yang menjelaskan bahwa individu dewasa awal berada dalam fase *emerging adulthood*, di mana proses perbandingan sosial sering terjadi dalam upaya mengevaluasi pencapaian diri, termasuk dalam hal pernikahan. Perbandingan ini dapat menjadi sumber refleksi, tetapi juga berpotensi menimbulkan keraguan terhadap kesiapan diri jika tidak diimbangi dengan pemahaman diri yang matang.

Sementara itu, narasumber ketiga memaknai kesiapan pernikahan sebagai kesiapan untuk bertumbuh bersama pasangan, bukan sebagai kondisi yang harus sempurna. Pemaknaan ini menunjukkan adanya fleksibilitas kognitif dan kesiapan adaptif dalam menghadapi dinamika pernikahan. Pandangan ini sejalan dengan Willoughby dan Hall (2015) yang menyatakan bahwa kesiapan menikah sangat dipengaruhi oleh pemaknaan kognitif individu terhadap pernikahan itu sendiri. Individu yang memandang pernikahan sebagai proses bersama cenderung lebih siap secara psikologis dibandingkan individu yang menuntut kondisi ideal sebelum menikah.

Muhajirin (2021) dalam penelitiannya juga menegaskan bahwa kesiapan pernikahan pada dewasa awal tidak diukur dari ketiadaan masalah, melainkan dari kemampuan individu dalam mengelola perbedaan, membangun komunikasi, dan menyepakati tujuan hidup bersama pasangan. Hal ini terlihat pada narasumber ketiga yang menempatkan kesamaan nilai dan tujuan hidup sebagai kriteria utama kesiapan menikah, bukan semata-mata faktor usia atau tekanan lingkungan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa berada pada kategori kesiapan tinggi, aspek komunikasi, resolusi konflik, dan isu kepribadian justru menjadi dimensi dengan skor terendah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa kesiapan pernikahan tidak semata ditentukan oleh keinginan menikah atau faktor usia, melainkan sangat dipengaruhi oleh kematangan emosional, kemampuan mengelola konflik interpersonal, serta stabilitas kepribadian individu. Dalam perspektif bimbingan dan konseling berbasis nilai religius dan sosial. (Salsabila, et.al, 2025) Kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal bersifat subjektif, kontekstual, dan dipengaruhi oleh pengalaman hidup masing-masing individu. Temuan ini memperkuat pandangan Hurlock (2016) bahwa kesiapan menikah

tidak dapat diseragamkan, karena setiap individu memiliki latar belakang, pengalaman relasional, dan proses perkembangan yang berbeda. Dengan demikian, kesiapan pernikahan perlu dipahami sebagai proses reflektif yang melibatkan kesiapan emosional, kognitif, relasional, dan sosial.

Implikasinya, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya layanan bimbingan dan konseling yang membantu individu dewasa awal memahami kesiapan pernikahan secara lebih realistis dan kontekstual. Pendekatan yang menekankan refleksi diri, diskusi pengalaman, dan pemaknaan bersama, seperti bimbingan kelompok, menjadi relevan untuk membantu individu dewasa awal mengembangkan kesiapan menikah yang sehat dan bertanggung jawab.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan Gambaran Umum mengenai kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal bukanlah kondisi yang bersifat statis atau mutlak, melainkan merupakan proses yang berkembang seiring dengan pengalaman hidup, interaksi dengan lingkungan, serta refleksi diri individu. Kesiapan menikah dimaknai sebagai kesiediaan individu untuk menjalani peran dan tanggung jawab baru dalam kehidupan rumah tangga, disertai dengan kemampuan untuk beradaptasi, belajar, dan bertumbuh bersama pasangan. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa kesiapan pernikahan tidak hanya ditentukan oleh faktor usia atau kondisi eksternal semata, tetapi lebih pada kesiapan internal individu dalam mengelola emosi, membangun komunikasi yang sehat, serta memahami makna komitmen dalam pernikahan. Dengan demikian, kesiapan menikah pada individu dewasa awal perlu dipahami secara komprehensif dengan mempertimbangkan aspek psikologis, emosional, sosial, dan nilai-nilai yang dianut oleh individu.

Dengan menjawab rumusan masalah yang mana dapat disimpulkan pengalaman kesiapan pernikahan dimaknai sebagai suatu proses yang bersifat dinamis dan subjektif. Individu dewasa awal tidak selalu merasa sepenuhnya siap dalam seluruh aspek ketika memasuki pernikahan, namun kesiapan tersebut diwujudkan melalui kesiediaan untuk belajar, beradaptasi, serta menyesuaikan diri dengan peran dan tanggung jawab baru dalam kehidupan rumah tangga. Proses adaptasi, terutama dalam pengelolaan emosi, komunikasi, dan pembagian peran, menjadi bagian penting dari pengalaman kesiapan pernikahan.

Adapun kriteria kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal mencakup kesiapan emosional, psikologis, moral dan religius, serta kesiapan sosial dan finansial. Kesiapan emosional menjadi aspek yang paling dominan, ditandai dengan kemampuan mengelola emosi, menahan ego, dan memahami pasangan. Selain itu, kesiapan menikah juga dipahami sebagai kemampuan individu dalam membangun komunikasi yang baik, memiliki komitmen, serta kesiapan menerima perbedaan dalam kehidupan pernikahan.

Sementara itu, faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan pernikahan pada individu dewasa awal meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup kematangan emosi, pengalaman hidup, dan kesiapan psikologis individu. Faktor eksternal meliputi pola asuh dan latar belakang keluarga, nilai-nilai agama, dukungan pasangan dan keluarga, serta pengaruh lingkungan sosial dan budaya. Interaksi antara faktor-faktor tersebut membentuk cara individu dewasa awal memaknai dan mempersiapkan diri dalam menghadapi kehidupan pernikahan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arnett, J. J. (2015). *Emerging Adulthood: The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties* (2nd Ed.). Oxford University Press.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy: Basics And Beyond* (2nd Ed.). Guilford Press.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis In Psychology. *Qualitative Research In Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Corey, G. (2016). *Theory And Practice Of Group Counseling* (9th Ed.). Cengage Learning.

- Creswell, J. W. (2018). *Qualitative Inquiry And Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th Ed.). Sage Publications.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry And Research Design* (4th Ed.). Sage Publications.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth And Crisis*. W. W. Norton & Company.
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status And Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hurlock, E. B. (2016). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interviews*. Sage.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interviews: Learning The Craft Of Qualitative Research Interviewing* (3rd Ed.). Sage Publications.
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital Predictors Of Marital Quality And Stability. *Family Relations*, 43(2), 228–237. <https://doi.org/10.2307/585327>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Sage Publications.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Sage.
- Rahimsyah, A. P., & Muhajirin, M. (2025). Tingkat Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*, 9(1), 85–96. <https://doi.org/10.30653/001.202591.480>
- Salsabilla, A., Rahimsyah, A. P., & Muhajirin, M. (2024). Pola Persiapan Pernikahan Di Kalangan Mahasiswa Di Tasikmalaya. *POTENSI: Jurnal Pendidikan Dan Pengembangan Manusia*, X(X), Xx–Xx. EDUPOTENSIA Foundation.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-Span Development* (17th Ed.). Mcgraw-Hill Education.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis*. Sage.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic Growth: Theory, Research, And Applications*. Routledge.
- Willoughby, B. J., & Hall, S. S. (2015). Enthusiasm, Hesitation, And Readiness For Marriage. *Journal Of Family Psychology*, 29(2), 305–315. <https://doi.org/10.1037/Fam0000067>
- Willoughby, B. J., & Hall, S. S. (2015). Marriage Preparation, Relationship Quality, And Marital Outcomes. *Journal Of Family Psychology*, 29(2), 232–239. <https://doi.org/10.1037/Fam0000067>.