



Al-Usariyah: Jurnal Hukum Keluarga Islam
Volume 3 Nomor 1 Maret 2025
Email Jurnal : al.usariyah.ejurnal@gmail.com
Website Jurnal : ejournal.stdiis.ac.id/index.php/Al-Usariyah



IMPLIKASI EDUKASI PRANIKAH TERHADAP KESEHATAN MENTAL DAN SPIRITUAL: STUDI KASUS PADA PESERTA NASEEHA PROJECT

Luthfiyyah Adani

Hukum Keluarga Islam
Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember
luthfiyyahadani09@gmail.com

Syafiq Riza Hasan

Hukum Keluarga Islam
Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember
seghoqu@gmail.com

ABSTRACT

Marriage is a sacred act of worship, and therefore, it requires a sufficient foundation of knowledge to navigate it successfully. Premarital education provides essential skills and knowledge, both religious and psychological, to adolescents of marriageable age or prospective brides and grooms, helping them to be better prepared for married life. A person who is mentally and spiritually healthy possesses the ability to withstand pressures and tends to remain stable when facing challenges. The Naseeha Project's premarital guidance serves as a platform for premarital education from religious, psychological, financial, and health perspectives, specifically aimed at the Muslim community. The purpose of this research is to examine premarital education from an Islamic perspective, analyze and identify the phenomena among Naseeha Project participants, and explore the implications of premarital education on the mental and spiritual health of those participants. This study employs a qualitative approach using case study methodology. Data collection techniques include interviews, observations, and document analysis. The findings reveal that: (1) premarital education from an Islamic perspective encompasses readiness, choosing a compatible partner, performing nazhar (gazing), istikharah (guidance prayer), and khitbah (proposal) with conviction; (2) participants in the Naseeha Project have various motivations and challenges in engaging with the program; and (3) the implications of premarital education on mental health include reducing doubts about marriage and increasing mental preparedness, while its implications for spiritual health include deepening the spiritual connection with Allah and understanding religious guidelines for family life.

Keywords: education; premarital; mental; spiritual.

ABSTRAK

Pernikahan merupakan ibadah yang sakral, sehingga dalam menjalankannya memerlukan bekal ilmu yang memadai. Edukasi pranikah memberikan pelatihan *skill* dan pengetahuan dasar, baik dari segi agama maupun psikologis, kepada remaja usia nikah atau calon pengantin agar mereka

lebih siap dalam menghadapi kehidupan pernikahan. Seseorang yang sehat secara mental dan spiritual memiliki kemampuan untuk menahan diri dari tekanan yang datang serta cenderung stabil dalam menghadapi masalah yang terjadi. Bimbingan pranikah Naseeha Project hadir menjadi wadah edukasi pranikah dari sudut pandang agama, psikologis, finansial, dan kesehatan, secara khusus untuk umat beragama Islam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji edukasi pranikah dalam perspektif Islam, menganalisis dan menemukan fenomena peserta Naseeha Project, serta implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental dan spiritual peserta Naseeha Project. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, pengamatan, dan pemanfaatan dokumen. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) edukasi pranikah dalam perspektif Islam meliputi kesiapan, pemilihan pasangan sekufu, *nazhar*, istikharah, dan khitbah dengan keyakinan, (2) peserta Naseeha Project memiliki berbagai motivasi dan tantangan dalam mengikuti program tersebut, (3) implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental di antaranya mengurangi keraguan tentang pernikahan dan meningkatkan kesiapan mental, serta implikasinya terhadap kesehatan spiritual di antaranya memperdalam hubungan spiritual dengan Allah dan memahami panduan agama dalam berumah tangga.

Kata kunci: edukasi; pranikah; mental; spiritual.

A. PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan ibadah yang mulia bila diiringi niat yang baik dan merupakan salah satu peristiwa penting dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu, dalam menjalankannya perlu adanya perbekalan ilmu yang memadai. Terlebih lagi, pada era di mana hampir semua aspek kehidupan manusia telah tergantikan dengan dunia virtual yang canggih, sehingga menyebabkan kehidupan keluarga milenial dituntut untuk semakin cermat dalam mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah.⁹¹ Institusi pernikahan tidak hanya melibatkan aspek legal dan sosial, tetapi juga memiliki dimensi psikologis dan spiritual yang mendalam. Demikian halnya, kualitas sebuah perkawinan sangat ditentukan oleh kesiapan dan kematangan mental kedua calon pasangan suami istri.

Namun, kenyataannya banyak pasangan suami istri yang menghadapi berbagai tantangan dalam menjalankan ibadah tersebut, mulai dari masalah komunikasi, kehadiran orang ketiga, ekonomi, hingga KDRT yang sering kali berujung pada perceraian. Menurut Badan Pusat Statistik Indonesia, jumlah kasus perceraian pada tahun 2023 tercatat mencapai 408.828 kasus, dengan penyebab utama perceraian yaitu perselisihan dan pertengkaran yang terus-menerus, sebanyak 251.828 kasus. Sementara itu, pada tahun 2022, tercatat sebanyak 448.126 kasus, yang merupakan jumlah tertinggi dalam enam tahun terakhir.⁹² Oleh karena itu, perlu

⁹¹ Syifa Anita Fauzia, "Mewujudkan Keluarga Sakinah melalui Bimbingan Pra-Nikah," *Oetoesan-Hindia: Telaah Pemikiran Kebangsaan*, Vol. 1, No. 2 (2019).

⁹² <https://www.bps.go.id/id>. Diakses tanggal 15 November 2024.

adanya edukasi pranikah sebagai upaya preventif untuk mencegah masalah yang mungkin terjadi dalam pernikahan, serta untuk mempersiapkan calon pengantin dalam menghadapi tantangan tersebut.

Edukasi pranikah adalah sebuah proses atau upaya memberikan pelatihan keterampilan, pengetahuan dasar, dan nilai-nilai yang lebih baik kepada remaja usia nikah atau calon pengantin. Tujuannya adalah agar mereka lebih siap menghadapi kehidupan pernikahan, baik dari segi agama maupun psikologis, sebelum pernikahan itu sendiri dilangsungkan.⁹³ Edukasi pranikah tidak hanya sebatas pengetahuan tentang hubungan seksual, tetapi juga dapat membantu calon pengantin memahani pentingnya kesiapan mental dalam menghadapi kehidupan pernikahan. Selain itu, edukasi ini dapat memperkuat pondasi spiritual dalam membangun rumah tangga, di mana kesehatan mental dan spiritual memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas hidup seseorang.⁹⁴

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia dan merupakan topik yang menjadi perhatian masyarakat saat ini karena merupakan salah satu kunci dalam menjalani kehidupan yang seimbang.⁹⁵ Kesehatan mental adalah suatu ilmu yang membahas kesejahteraan dan kebahagiaan manusia yang mencakup semua bidang kehidupan dan hubungan manusia, baik dengan dirinya sendiri, orang lain, lingkungan, maupun hubungan manusia dengan *Rabb*-nya. Orang yang sehat secara mental memiliki kemampuan untuk menahan diri dari tekanan yang datang dari dirinya sendiri maupun dari lingkungannya, serta cenderung stabil dalam menghadapi masalah yang terjadi dalam hidupnya.⁹⁶ Adapun spiritualitas adalah suatu keyakinan terhadap *Rabb* Yang Maha Esa yang mencakup beberapa aspek, di antaranya yang berhubungan dengan hal-hal yang tidak diketahui dan ketidakpastian dalam hidup.⁹⁷

⁹³ Mariana Panji Ramadan dan Lisanuddin Ramdani, "Bimbingan Pra Nikah dalam Membangun Kesiapan Menikah secara Agama maupun Psikologis," *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, Vol. 3, No. 1 (2022).

⁹⁴ Baharudin Lutfi S, dkk., "Efektivitas Penerapan Aspek Spiritual terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya," *Indonesian Journal of Health and Medical*, Vol. 2, No. 3 (2022).

⁹⁵ Yudha Hafidh Pratama, dkk., "Kesehatan Mental dalam Islam," *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, Vol. 2, No. 2 (2023).

⁹⁶ Zaenal Arifin, dkk., "Pendidikan dan Kesehatan Mental bagi Remaja dalam Perspektif Islam," *Abdi Moestopo: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, Vol. 5, No. 2 (2022).

⁹⁷ Baharudin Lutfi S, dkk., "Efektivitas Penerapan Aspek Spiritual terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya."

Pada dasarnya, bimbingan pranikah dilaksanakan oleh Kantor Urusan Agama (KUA) kecamatan setempat atau lembaga lain yang mengurus masalah pernikahan, seperti Badan Penasehat Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4). Melalui bimbingan pranikah ini, calon pengantin akan diberikan bekal berupa ilmu pernikahan, keluarga, serta *parenting* agar mereka lebih siap menghadapi kehidupan rumah tangga.⁹⁸ Namun, seiring berjalannya waktu, tidak sedikit komunitas atau organisasi di luar instansi pemerintahan yang bergerak di bidang pernikahan dan *parenting*. Oleh karena itu, praktik bimbingan pranikah juga dapat dilaksanakan melalui media sosial, seperti WhatsApp, Instagram, Youtube, dan lainnya. Bimbingan pranikah secara *online* ini dinilai lebih efektif dari segi waktu dan tempat.⁹⁹

Naseeha Project merupakan wadah bagi muslim dan muslimah untuk mempelajari ilmu seputar pernikahan berdasarkan Al-Quran dan sunah.¹⁰⁰ Kata “Naseeha” sendiri diambil dari kata nasihat yang diredaksi ulang menjadi Naseeha. Naseeha Project didirikan pada tahun 2019 yang dibina oleh Ustaz Rosyid Abu Rosyidah, M.Ag. Naseeha Project memiliki dua pilihan kelas, yakni kelas reguler yang bersifat gratis dan kelas intensif yang bersifat berbayar. Metode yang digunakan dalam pembelajaran adalah metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan memanfaatkan media sosial Youtube dan WhatsApp.¹⁰¹ Jumlah peserta yang tercatat telah mengikuti kelas pranikah Naseeha Project lebih dari 50.000 orang, adapun jumlah pengikut Instagram Naseeha Project sebanyak 182.000 orang dan pelanggan Youtube sebanyak 28.600 orang.¹⁰²

Banyaknya jumlah peserta dan pengikut media sosial Naseeha Project menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat dalam mempelajari edukasi pranikah terbilang cukup besar. Keunikan yang dimiliki oleh Naseeha Project, selain memberikan materi seputar pernikahan yang dapat memperkuat pondasi spiritual peserta, adalah juga memberikan materi tentang kesiapan mental. Dengan demikian, peserta menjadi lebih siap secara mental dalam menghadapi kehidupan rumah tangga.¹⁰³ Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk membuktikan apakah edukasi pranikah ini memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental dan spiritual pada remaja usia nikah atau calon pasangan suami istri.

⁹⁸ Syifa Anita Fauzia, “Mewujudkan Keluarga Sakinah melalui Bimbingan Pra-Nikah.”

⁹⁹ Retna Aulia Cempaka, *Bimbingan Pranikah melalui Media Sosial Naseeha Project*, Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023).

¹⁰⁰ Hanifah, *Wawancara* (Jember, 09 November 2024).

¹⁰¹ Hanifah, *Wawancara* (Jember, 11 November 2024).

¹⁰² Hanifah, *Wawancara* (Jember, 12 November 2024).

¹⁰³ Hanifah, *Wawancara* (Jember, 12 November 2024).

Hasil penelusuran yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap penelitian terdahulu menunjukkan bahwa sejauh ini belum ditemukan adanya penelitian tentang implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental dan spiritual, khususnya pada peserta Naseeha Project. Adapun hasil penelitian terdahulu yang memiliki kedekatan permasalahan dengan penelitian ini di antaranya adalah sebagai berikut:

Pertama, Moch. Muzaiyin Afandi dan Ahmad Faruq meneliti tentang “Efektivitas Bimbingan Pranikah dalam Keharmonisan Rumah Tangga (Studi Kasus KUA Kec. Diwek Kab. Jombang)” yang dilakukan pada tahun 2024.¹⁰⁴ Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa KUA Diwek telah memberikan pelayanan yang baik dalam pelaksanaan bimbingan pranikah dan terbukti efektif, dengan meningkatnya pengetahuan dan kemampuan pasangan dalam mengelola rumah tangga, serta meningkatnya keharmonisan dan kebahagiaan dalam pernikahan mereka.

Kedua, Agripina Nurrahmayani Fradella meneliti tentang “Efektivitas Bimbingan Pra Nikah bagi Calon Pengantin sebagai Bekal Menuju Keluarga Sakinah” yang dilakukan pada tahun 2024.¹⁰⁵ Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan perkawinan yang dilaksanakan di KUA Gudo sudah sesuai dengan petunjuk teknis bimbingan perkawinan dan dapat dikatakan efektif, serta berdampak positif bagi calon pengantin sebagai bekal menuju keluarga sakinah.

Ketiga, Wahyu Gunawan Lubis dan Muktarruddin meneliti tentang “Peran Konseling Pranikah dalam Menurunkan Angka Perceraian di Kota Tanjung Balai” yang dilakukan pada tahun 2023.¹⁰⁶ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses konseling pranikah di Kota Tanjung Balai memegang peranan penting dalam memberikan pemahaman dan persiapan calon pengantin sebelum memasuki kehidupan pernikahan, serta efektif dalam mengurangi tingkat perceraian di seluruh KUA Kota Tanjung Balai.

Keempat, Mariana Panji Ramadan dan M. Lisanuddin Ramdani meneliti tentang “Bimbingan Pra Nikah dalam Membangun Kesiapan Menikah secara Agama maupun

¹⁰⁴ Moch Muzaiyin Afandi dan Ahmad Faruq, “Efektivitas Bimbingan Pranikah dalam Keharmonisan Rumah Tangga,” *Jurnal Sains Student Research*, Vol. 2, No. 4 (2024).

¹⁰⁵ Agripina Nurrahmayani Fradella, “Efektivitas Bimbingan Pra Nikah bagi Calon Pengantin sebagai Bekal Menuju Keluarga sakinah,” *Jurnal Sains Student Research*, Vol. 2, No. 4 (2024).

¹⁰⁶ Wahyu Gunawan Lubis dan Muktarruddin, “Peran Konseling Pranikah dalam Menurunkan Angka Perceraian di Kota Tanjung Balai,” *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, Vol. 9, No. 2 (2023).

Psikologis” yang dilakukan pada tahun 2022.¹⁰⁷ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian berupa bimbingan pranikah membuat peserta mengetahui dan memahami kesiapan remaja dalam menentukan pandangan dan mempersiapkan diri untuk berpikir ulang tentang menikah dini, serta memiliki kesiapan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

Kelima, Rasta Kurniawati Br Pinem, dkk. meneliti tentang “Bimbingan Perkawinan Pranikah bagi Anak Remaja dalam Upaya Mencegah Pernikahan Anak,” yang dilakukan pada tahun 2021.¹⁰⁸ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kasus perkawinan anak di Indonesia masih tinggi dan cenderung meningkat. Oleh karena itu, bimbingan perkawinan pranikah bagi remaja bisa menjadi solusi untuk menurunkan angka perkawinan anak. Agar bimbingan perkawinan dapat terlaksana dengan baik, diperlukan kerja sama dengan pemerintah dalam pelaksanaannya.

Adapun sisi perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian yang telah disebutkan sebelumnya adalah bahwa penelitian ini mengkaji tentang implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental dan spiritual, khususnya pada peserta Naseeha Project. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang implikasi edukasi pranikah, khususnya pada peserta Naseeha Project. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dan menemukan (1) edukasi pranikah dalam perspektif Islam, (2) fenomena peserta Naseeha Project, dan (3) implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental dan spiritual peserta Naseeha Project.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Bogdan dan Taylor menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.¹⁰⁹ Adapun jenis penelitiannya adalah studi kasus. Studi kasus merupakan kegiatan ilmiah yang dilakukan secara

¹⁰⁷ Mariana Panji Ramadan dan Lisanuddin Ramdani, “Bimbingan Pra Nikah dalam Membangun Kesiapan Menikah secara Agama maupun Psikologis.”

¹⁰⁸ Rasta Kurniawati Br Pinem, dkk., “Bimbingan Perkawinan Pranikah bagi Usia Remaja dalam Upaya Mencegah Pernikahan Anak,” *Maslahah: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 2, No. 3 (2021).

¹⁰⁹ Marinu Waruwu, “Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi,” *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 7, No. 1 (2023).

intensif, terperinci, dan mendalam terhadap suatu peristiwa, baik dalam lingkup perorangan atau kelompok untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut.¹¹⁰

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, pengamatan, dan pemanfaatan dokumen. Wawancara adalah kegiatan pertemuan dua individu untuk melakukan pertukaran informasi maupun ide melalui tanya jawab untuk mendapatkan sebuah kesimpulan mengenai topik tertentu.¹¹¹ Wawancara yang dilakukan secara umum adalah wawancara terstruktur yang bertujuan untuk menggali informasi mengenai implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental dan spiritual peserta Naseeha Project. Adapun informan yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah peserta kelas reguler dan intensif Naseeha Project. Teknik dalam menentukan informan adalah *purpose sampling* yaitu penentuan informan dengan pertimbangan tertentu.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Edukasi Pranikah dalam Perspektif Islam

Edukasi pranikah dalam perspektif Islam merupakan aspek penting yang dibutuhkan oleh remaja usia nikah atau calon pasangan suami istri agar dapat menjalankan kehidupan pernikahan sesuai dengan ajaran Islam. Sebagaimana Allah *subhanahu wa taala* memerintahkan hamba-Nya untuk berilmu sebelum beramal:

فَاعْلَمْ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ

*Maka ketahuilah, bahwa sesungguhnya tidak ada Ilah (sesembahan) selain Allah dan mohonlah ampunan bagi dosamu dan bagi (dosa) orang-orang mukmin, laki-laki dan perempuan.*¹¹²

Ayat tersebut “Maka ketahuilah (berilmulah) ...” adalah perintah Allah *subhanahu wa taala* kepada Nabi Muhammad *shallallahu alaihi wasallam* untuk berilmu terlebih dahulu sebelum beramal, yaitu memohon ampun kepada Allah *subhanahu wa taala*.¹¹³ Ilmu adalah pondasi bagi seorang muslim sebelum beramal. Seorang muslim yang beramal tanpa didasarkan ilmu maka amalannya akan tertolak.¹¹⁴ Nabi *shallallahu alaihi wasallam* bersabda:

¹¹⁰ Winning Son Ashari, dkk., “Pola Komunikasi Pasangan dalam Membangun Keharmonisan Keluarga,” *Al-Usariyah: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, Vol. 2, No. 2 (2024).

¹¹¹ Didik Irawan, dkk., “Wawancara sebagai Salah Satu Tahapan dalam Proses Rekrutmen dan Seleksi Karyawan,” *Jurnal Pengabdian Sosial*, Vol. 1, No. 9 (2024).

¹¹² QS. Muhammad (47): 19.

¹¹³ Abdullah ibn Shalih al-Fauzan, *Hushul al-Ma'mul bi Syarh Tsalatsah al-Ushul* (Riyadh: Maktabah Al-Rasyid), hlm. 27.

¹¹⁴ Shalih ibn Fauzan ibn Abdillah al-Fauzan, *Syarh Tsalatsah al-Ushul* (Cet. I; Beirut: Muassasah al-Risalah, 1427 H), hlm. 38.

مَنْ عَمِلَ عَمَلًا لَيْسَ عَلَيْهِ أَمْرُنَا فَهُوَ رَدٌّ

*Barangsiapa melakukan suatu amalan yang bukan ajaran kami, maka amalan tersebut tertolak.*¹¹⁵

Oleh karena itu, diperlukan perbekalan ilmu yang memadai sebelum memasuki fase pernikahan, karena pernikahan adalah ibadah yang panjang. Dengan pernikahan, seorang muslim dapat menyempurnakan separuh agamanya. Sebagaimana sabda Nabi *shallallahu alaihi wasallam*:

إِذَا تَزَوَّجَ الْعَبْدُ فَقَدْ كَمَلَ نِصْفَ الدِّينِ فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي الْبَاقِي

*Jika seseorang menikah, maka ia telah menyempurnakan separuh agamanya. Karenanya, bertakwalah pada Allah pada separuh yang lainnya.*¹¹⁶

Syariat Islam sangat dibutuhkan untuk membimbing remaja usia nikah maupun calon pengantin pada masa pranikah, baik dalam hal memilih pasangan maupun dalam tuntunan lainnya. Jika berbicara tentang syariat, maka sudah seharusnya seorang muslim merujuk pada Al-Qur'an dan sunah. Allah *subhanahu wa taala* berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ
إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ

*Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulil amri di antara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian.*¹¹⁷

Allah *subhanahu wa taala* telah memberikan edukasi seputar pernikahan melalui firman-Nya yang disampaikan melalui lisan Nabi-Nya *shallallahu alaihi wasallam*, begitu juga hadis-hadis Nabi *shallallahu alaihi wasallam* juga telah menjelaskan secara rinci mengenai permasalahan pernikahan, yang mana hendaknya seorang muslim menjadikan keduanya pedoman dalam menjalankan kehidupan pernikahan. Berikut beberapa bentuk edukasi pranikah yang terdapat dalam Al-Qur'an dan hadis:

a) Menikah dengan kesiapan

Menikah hendaknya dilakukan oleh orang yang sudah siap secara mental, fisik, maupun finansial. Rasulullah *shallallahu alaihi wasallam* bersabda:

¹¹⁵ Abu al-Husain Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim al-Qusyairi al-Naisaburi, *Shahih Muslim* (Cet I; Riyadh: Dar Al-Salam, 1424 H), no. 1718.

¹¹⁶ Abu Bakr Ahmad ibn al-Husain al-Baihaqi, *Syuhrah al-Iman*, (Cet. I; Riyadh: Maktabah al-Rusyd, 1423 H), jld. 7, hlm. 341.

¹¹⁷ QS. An-Nisa' (4): 59.

يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ، مَنِ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصَرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ
بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ

Wahai para pemuda, barangsiapa yang memiliki baa-ah (kemampuan untuk menikah), maka menikahlah. Karena itu lebih akan menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan. Barangsiapa yang belum mampu, maka berpuasalah karena puasa itu bagai obat pengekang baginya.¹¹⁸

Ulama berbeda pendapat mengenai makna *baa-ah*. Sebagian ulama berpendapat makna *baa-ah* adalah bersetubuh (jimak). Adapun ulama lainnya berpendapat makna *baa-ah* adalah beban pernikahan, berupa mahar dan nafkah untuk memenuhi kebutuhan keluarga setelah menikah.¹¹⁹ Kedua makna tersebut kembali kepada satu makna, yaitu kemampuan seseorang, baik secara fisik maupun finansial.

b) Memilih pasangan yang sekufu

Ulama empat mazhab berbeda pendapat mengenai aspek-aspek *kafa'ah* (sekufu) dalam pernikahan. Imam Malik dalam riwayatnya mengatakan bahwa sekufu itu dalam tiga perkara, yaitu agama, kemerdekaan, dan selamat dari aib. Adapun Abu Hanifah berpendapat bahwa sekufu itu dalam dua perkara, yaitu nasab dan agama. Imam Ahmad dalam riwayatnya mengatakan bahwa sekufu itu dalam lima perkara, yaitu agama, nasab, kemerdekaan, pekerjaan, dan harta. Pendapat Imam Ahmad tersebut selaras dengan pendapat Imam Syafi'i, kecuali pada aspek kelima, yaitu harta. Imam Syafi'i berpendapat bahwa selamat dari aib adalah aspek *kafa'ah*.¹²⁰ Aib yang dimaksud adalah cacat atau kekurangan fisik yang dianggap serius atau menjijikkan, sehingga memberikan pihak yang terlibat hak untuk menghentikan atau melanjutkan hubungan tersebut, seperti kebutaan, kehilangan bagian tubuh, atau cacat fisik yang mencolok lainnya. Aib yang dimaksud adalah cacat atau kekurangan fisik yang dianggap serius atau menjijikkan sehingga memberikan pihak yang terlibat hak untuk menghentikan atau melanjutkan hubungan tersebut, seperti kebutaan, kehilangan bagian tubuh, atau cacat fisik yang mencolok lainnya.¹²¹ Rasulullah *shallallahu alaihi wasallam* bersabda:

¹¹⁸ Abu Abdillah Muhammad ibn Ismail al-Bukhari al-Ju'fi, *Shahih Al-Bukhari* (Cet: V; Damaskus: Dar ibn Katsir, 1414 H), no. 4779.

¹¹⁹ Ibn Mulqin Siraj al-Din Abu Hafsh Umar ibn Ahmad al-Anshari al-Syafi'i, *Al-Taudhih li Syarh al-Jami' al-Shahih* (Cet: I; Damaskus: Dar al-Nawadir, 1429), jld. 13, hlm. 86-87.

¹²⁰ Abu Abdillah Muhammad ibn Abi Bakr ibn Ayyub ibn Qayyim al-Jauziyah, *Zad Al-Ma'ad Fi Hady Khair al-'Ibad* (Cet: I; Beirut: Dar ibn Hazm, 1440 H), jld. 5, hlm. 222-223.

¹²¹ Abu Zakaria Muhyi al-Din Yahya bin Syaraf al-Nawawi, *Raudhah al-Thalibin a Umdah al-Muftin*, (Cet: III; Beirut: Al-Maktab al-Islami, 1412 H), jld. 7, hlm. 80.

تُنكحُ المرأةُ لأربعٍ: لمالِها ولحَسَبِها وجَمالِها ولدينِها، فأظفَرُ بِذاتِ الدينِ تَرَبُّثُ يَدَاكَ

*Wanita biasanya dinikahi karena empat hal: karena hartanya, karena kedudukannya, karena parasnya dan karena agamanya. Maka hendaklah kamu pilih karena agamanya (keislamannya), sebab kalau tidak demikian, niscaya kamu akan merugi.*¹²²

Adapun dalil dalam Al-Qur'an yang menunjukkan anjuran untuk sekufu adalah firman Allah *subhanahu wa taala* berikut ini:

الْخَبِيثَاتُ لِلْخَبِيثِينَ وَالْخَبِيثُونَ لِلْخَبِيثَاتِ وَالطَّيِّبَاتُ لِلطَّيِّبِينَ وَالطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبَاتِ

*Wanita-wanita yang keji adalah untuk laki-laki yang keji, dan laki-laki yang keji adalah buat wanita-wanita yang keji (pula), dan wanita-wanita yang baik adalah untuk laki-laki yang baik dan laki-laki yang baik adalah untuk wanita-wanita yang baik (pula).*¹²³

Kesetaraan dalam agama dan kedudukan sosial dapat menjadi faktor kelanggengan rumah tangga. Oleh karena itu, hendaknya seseorang yang ingin menikah melakukan taaruf secara *syar'i* agar dapat mengenal calon pasangannya dengan baik.

c) Melihat calon pasangan

Melihat calon pasangan atau yang lebih dikenal dengan istilah *nazhar* adalah hal yang disyariatkan dalam Islam. Rasulullah *shallallahu alaihi wasallam* bersabda:

إِذَا خَطَبَ أَحَدُكُمْ الْمَرْأَةَ، فَإِنْ اسْتَطَاعَ أَنْ يَنْظُرَ إِلَى مَا يَدْعُوهُ إِلَى نِكَاحِهَا فَلْيَفْعَلْ

*Jika salah seorang dari kalian meminjau seorang wanita, maka apabila dia bisa melihatnya hingga memiliki hasrat untuk menikahinya, maka hendaknya dia melakukannya.*¹²⁴

Nazhar dilakukan agar seseorang yang akan menikah dapat mengetahui lebih dalam tentang calon pasangannya, terutama pada paras wajahnya. Hal ini juga akan menimbulkan cinta yang lebih untuk memulai kehidupan rumah tangga. Sebagaimana sabda Nabi *shallallahu alaihi wasallam*:

انظُرْ إِلَيْهَا، فَإِنَّهُ أَحْرَى أَنْ يُؤَدَّمَ بَيْنَكُمَا

*Lihatlah wanita tersebut, sebab hal itu lebih patut untuk melanggengkan (cinta kasih) antara kalian berdua.*¹²⁵

¹²² Muhammad ibn Ismail al-Bukhari al-Ju'fi, *Shahih Al-Bukhari*, no. 4802.

¹²³ QS. An-Nur (24): 26.

¹²⁴ Abu Daud Sulaiman ibn al-Asy'ast al-Azadi al-Sijistani, *Sunan Abi Daud* (Cet: I; Beirut: Dar al-Risalah al-'Alamiyah, 1430 H), no. 2082.

¹²⁵ Abu 'Isa Muhammad ibn 'Isa ibn Surah al-Tirmidzi, *Sunan al-Tirmidzi* (Cet: I; Beirut: Dar al-Risalah al-'Alamiyah, 1430 H), no. 1112.

Hendaknya seseorang yang akan melakukan *nazhar* memperhatikan kaidah-kaidah yang telah ditentukan syariat, sehingga tidak terjerumus kepada hal-hal yang diharamkan.

d) Memohon petunjuk dengan istikharah

Seorang muslim hendaknya senantiasa menyerahkan segala urusannya kepada Allah *subhanahu wa taala*, karena Allah *subhanahu wa taala* Yang Maha Mengetahui apa yang terbaik untuk hamba-Nya. Boleh jadi apa diinginkannya justru dapat memberikan mudarat atas dirinya, dan boleh jadi apa yang tidak diinginkannya justru dapat memberikan maslahat bagi dirinya. Allah *subhanahu wa taala* berfirman:

وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

*Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.*¹²⁶

Demikian halnya dalam memutuskan untuk menikah, hendaknya seorang hamba melibatkan Allah *subhanahu wa taala* dalam memilih pasangan hidupnya, karena pernikahan merupakan ibadah yang panjang, jangan sampai ada penyesalan setelah menjalankannya. Rasulullah *shallallahu alaihi wasallam* bersabda:

إِذَا هَمَّ أَحَدُكُمْ بِالْأَمْرِ فَلْيَرْكَعْ رَكَعَتَيْنِ، ثُمَّ يَقُولُ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ، وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ، فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ، وَتَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ، وَأَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ خَيْرٌ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي - أَوْ قَالَ: فِي عَاجِلِ أَمْرِي وَآجِلِهِ - فَاقْدُرْهُ لِي، وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ شَرٌّ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي - أَوْ قَالَ: فِي عَاجِلِ أَمْرِي وَآجِلِهِ - فَاصْرِفْهُ عَنِّي وَاصْرِفْني عَنْهُ، وَاقْدُرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ، ثُمَّ رَضِّنِي بِهِ، وَيُسَبِّحُ حَاجَتَهُ

Jika salah seorang dari kalian menghendaki suatu perkara, maka salatlah dua rakaat dari selain salat fardu, kemudian hendaklah mengucapkan: 'Ya Allah, aku beristikharah kepada-Mu dengan ilmu-Mu, aku meminta penilaian-Mu dengan kemampuan-Mu dan aku meminta kepada-Mu dari karunia-Mu yang sangat besar. Sesungguhnya Engkau berkuasa sedangkan aku tidak berkuasa, Engkau mengetahui sedangkan aku tidak mengetahui, dan Engkau Maha Mengetahui perkara-perkara yang gaib. Ya Allah, jika Engkau mengetahui perkara ini lebih baik bagiku dalam urusan agamaku, kehidupanku, dan kesudahan urusanku -atau urusan dunia dan akhiratku-, maka putuskanlah dan mudahkanlah urusan ini untukku, kemudian berkahilah untukku di dalamnya. Ya Allah, jika Engkau mengetahui bahwa itu buruk bagiku, baik dalam urusan agamaku, kehidupanku maupun kesudahan urusanku -atau urusan dunia dan akhiratku- maka palingkanlah ia dariku dan palingkanlah aku

¹²⁶ QS. Al-Baqarah (2): 216.

*darinya serta putuskanlah yang terbaik untukku di mana pun berada, kemudian ridailah aku dengannya.' Dan hendaklah ia menyebutkan hajatnya.*¹²⁷

Seseorang yang ingin menikah juga dianjurkan untuk bermusyawarah dengan keluarga atau orang yang dapat dipercaya dalam memilih pasangan hidup. Sebagaimana Nabi *shallallahu alaihi wasallam* pernah menyarankan Fatimah binti Qais *radhiyallahu 'anha* untuk menikah dengan Usamah, daripada menerima lamaran dari Mu'awiyah dan Abu Jahm. Rasulullah *shallallahu alaihi wasallam* berkata pada Fatimah:

أَمَّا أَبُو جَهْمٍ فَلَا يَضَعُ عَصَاهُ عَنْ عَاتِقِهِ، وَأَمَّا مُعَاوِيَةُ فَصُعْلُوكٌ لَا مَالَ لَهُ، انكِحِي أُسَامَةَ بْنَ زَيْدٍ. فَكَرِهْتُهُ، ثُمَّ قَالَ: انكِحِي أُسَامَةَ فَتَكْحُتُهُ، فَجَعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا وَاغْتَبَطْتُ بِهِ

*Abu Jahm itu biasa memukul istri. Sedangkan Mu'awiyah itu miskin (tidak punya banyak harta). Nikahlah saja dengan Usamah bin Zaid." Fatimah berkata, "Aku awalnya enggan." Namun Rasulullah shallallahu alaihi wasallam tetap mengatakan, "Nikahlah dengan Usamah." Akhirnya, aku memilih menikah dengan Usamah, lantas Allah mengaruniakan dengan pernikahan tersebut kebaikan. Aku pun berbahagia dengan pernikahan tersebut.*¹²⁸

e) Meminang dengan keyakinan

Khitbah adalah seorang pria meminta wanita dari walinya dengan tujuan untuk menikahinya.¹²⁹ Khitbah merupakan mukadimah dalam pernikahan. Allah *subhanahu wa taala* mensyariatkan untuk melakukan khitbah sebelum dilakukannya akad nikah. Allah *subhanahu wa taala* berfirman:

وَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيمَا عَرَّضْتُمْ بِهِ مِنْ خِطْبَةِ النِّسَاءِ أَوْ أَكْتَمْتُمْ فِي أَنْفُسِكُمْ ۖ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ سَتَذْكُرُونَهُنَّ وَلَكِنْ لَا تُؤَاعِدُوهُنَّ سِرًّا إِلَّا أَنْ تَقُولُوا قَوْلًا مَعْرُوفًا ۗ

*Dan tidak ada dosa bagi kamu meminang wanita-wanita itu dengan sindiran atau kamu menyembunyikan (keinginan mengawini mereka) dalam hatimu. Allah mengetahui bahwa kamu akan menyebut-nyebut mereka, dalam pada itu janganlah kamu mengadakan janji kawin dengan mereka secara rahasia, kecuali sekedar mengucapkan (kepada mereka) perkataan yang makruf.*¹³⁰

Seseorang yang akan melakukan khitbah, hendaknya sudah merasa yakin untuk menikahi wanita tersebut. Jika sudah merasa yakin, hendaknya segera melakukan khitbah karena dikhawatirkan wanita tersebut sudah dipinang oleh orang lain. Meminang wanita yang sedang dipinang orang lain tidak diperbolehkan dalam Islam,

¹²⁷ Muhammad ibn Ismail al-Bukhari al-Ju'fi, *Shahih al-Bukhari*, no. 6019.

¹²⁸ Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim al-Qusyairi al-Naisaburi, *Shahih Muslim*, no. 1480.

¹²⁹ Abu Muhammad Abdullah ibn Ahmad ibn Muhammad ibn Qudamah al-Maqdisi al-Dimisyqi, *Al-Mughni* (Cet: 3; Riyadh: Dar 'Alim al-Kutub, 1417 H), jld. 9, hlm. 567.

¹³⁰ QS. Al-Baqarah (2): 235.

kecuali peminang pertama mengizinkannya. Rasulullah *shallallahu alaihi wasallam* bersabda:

وَلَا يَخْطُبُ الرَّجُلُ عَلَى خِطْبَةِ أُخِيهِ، حَتَّى يَتْرَكَ الْخَاطِبُ قَبْلَهُ أَوْ يَأْذَنَ لَهُ الْخَاطِبُ

*Janganlah salah seorang dari kalian meminang (wanita) yang telah dilamar oleh saudaranya, hingga peminang sebelumnya meninggalkan si wanita atau memberi izin kepadanya.*¹³¹

Berdasarkan paparan di atas, dapat diketahui bahwa edukasi pranikah dalam perspektif Islam adalah sebagai berikut: (a) menikah dengan kesiapan, (b) memilih pasangan yang sekuflu, (c) melihat calon pasangan, (d) memohon petunjuk dengan istikharah, dan (e) meminang dengan keyakinan.

2. Fenomena Peserta Naseeha Project

Era digital yang berkembang sangat pesat telah mendorong berbagai komunitas atau organisasi di luar instansi pemerintahan yang bergerak di bidang pernikahan dan *parenting* untuk meluncurkan berbagai inisiatif *online* guna meningkatkan aksesibilitas dan kualitas pendidikan. Salah satunya adalah bimbingan pranikah Naseeha Project. Naseeha Project menjadi wadah edukasi pranikah dari sudut pandang agama, psikologis, finansial, dan kesehatan, secara khusus untuk umat beragama Islam.¹³² Peserta Naseeha Project memiliki berbagai motivasi untuk bergabung dan mengikuti berbagai program yang ditawarkan. Namun, tidak sedikit dari mereka yang menghadapi beragam tantangan selama mengikuti program tersebut.

a) Motivasi Peserta Naseeha Project dalam Mengikuti Program

Motivasi memiliki peranan penting dalam memengaruhi aspek belajar. Motivasi dapat menjadi salah satu penentu seseorang dalam mencapai tujuan pembelajaran.¹³³ Demikian halnya dengan peserta Naseeha Project, peserta memiliki berbagai macam motivasi agar senantiasa konsisten dalam mengikuti program-program. Peneliti menemukan bahwa beberapa peserta Naseeha Project memiliki motivasi sebagai berikut:

1) Persiapan bekal pernikahan

¹³¹ Muhammad ibn Ismail al-Bukhari al-Ju'fi, *Shahih al-Bukhari*, no. 4848.

¹³² Hanifah, *Wawancara* (Jember, 11 November 2024).

¹³³ Ahmad Zain Sarnoto dan Almaydza Pratama Abnisa, "Motivasi Belajar dalam Perspektif Al-Qur'an," *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam dan Multikulturalisme*, Vol. 4, No. 2 (2022).

Pernikahan adalah suatu ibadah yang sakral dalam perjalanan kehidupan manusia dan merupakan sunah para nabi utusan Allah *subhanahu wa taala*, yang menyatukan dua insan yang berbeda untuk hidup dalam satu atap yang bernama rumah tangga.¹³⁴ Perbedaan itulah yang perlu disesuaikan untuk meminimalisir perselisihan yang mungkin terjadi di dalam pernikahan, sehingga tidak heran banyak remaja usia nikah atau calon pengantin yang merasa perlu untuk mempersiapkan diri sebaik mungkin dalam menghadapi bahtera rumah tangga tersebut. Umar bin Abdil Aziz *rahimahullah* berkata:

*Barangsiapa yang beribadah kepada Allah tanpa ilmu, maka ia lebih banyak merusak dibandingkan memperbaiki.*¹³⁵

Sebagaimana yang disampaikan oleh Khadijah, seorang peserta kelas reguler Naseeha Project, mengenai motivasinya mengikuti program tersebut: “Membekali diri dengan ilmu *syar’i* sebagai salah satu ikhtiar memantaskan diri dan mematangkan persiapan sebelum memutuskan untuk menikah.”¹³⁶ Khadijah juga menambahkan, “Pembelajaran dari kehidupan pernikahan orang-orang di sekitar tempat tinggal menjadi salah satu alasan yang menyadarkan diri bahwa sangat penting untuk membekali diri dengan ilmu, dalam hal ini ilmu tentang pernikahan.”¹³⁷ Hal serupa juga disampaikan oleh Maryam, seorang peserta kelas intensif Naseeha Project: “Ingin menambah pengetahuan tentang pernikahan, *murajaah* ilmu pernikahan yang sudah dimiliki, agar lebih siap memasuki ranah pernikahan dan tidak takut, *biidznillah*.”¹³⁸

2) Pembahasan yang relevan dengan kebutuhan

Topik pembahasan yang relevan dengan kebutuhan kerap kali menjadi motivasi bagi seseorang untuk mengikuti kelas tertentu. Hal ini sesuai dengan makna motivasi dalam arti luas yang mengacu pada proses internal yang dilalui seseorang untuk mendukung kebutuhannya.¹³⁹ Berdasarkan hasil wawancara, penulis mendapati bahwa

¹³⁴ Ahlun Nazi Siregar, dkk., “Penalaran Istislahi terhadap Pencatatan Perkawinan,” *Jurnal al-Ijtima'iyyah*, Vol. 7, No. 1 (2021).

¹³⁵ Ahmad ibn Taimiyah, *Majmu' al-Fatawa* (Madinah: Majma' al-Malik Fahd, 1425 H), jld. 2, hlm. 382.

¹³⁶ Khadijah, *Wawancara* (Jember, 07 Oktober 2024).

¹³⁷ Khadijah, *Wawancara* (Jember, 07 Oktober 2024).

¹³⁸ Maryam, *Wawancara* (Jember, 20 Oktober 2024).

¹³⁹ Eva Maryati, dkk., “Analisis Strategi Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Kelas,” *Jurnal Inovasi, Evaluasi dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, Vol. 4, No. 2 (2024).

di antara motivasi peserta dalam mengikuti program Naseeha Project adalah karena topik pembahasannya yang relevan dengan kebutuhan peserta.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Narullyta Puspita Dewi, seorang peserta kelas intensif Naseeha Project: “Karena beberapa topik yang akan dibahas di kelas Naseeha Project sangat *relate* dengan apa yang *ana* butuhkan atau alami.”¹⁴⁰ Hal selaras juga disampaikan oleh Ummu Utsman, seorang peserta kelas intensif Naseeha Project: “Materi yang dipaparkan sesuai dengan kebutuhan *ana*, seperti dari sisi psikologi dan fikihnya yang mana di saat itu *ana* sangat minim dan ilmu lebih bagaimana *sih* di dalam pernikahan itu.”¹⁴¹

3) Pemateri yang kompeten di bidangnya

Kemampuan pemateri dalam mengemas proses pembelajaran berperan penting dalam menentukan keberhasilan hasil belajar. Pemateri atau guru dituntut untuk mengikuti perkembangan pembelajaran abad ke-21 agar bisa memberikan bekal pengetahuan, keterampilan, serta sikap yang baik kepada murid. Guru sebagai fasilitator dituntut untuk terus mengembangkan kecakapan-kecakapan tersebut dengan terus meningkatkan kompetensinya.¹⁴² Allah *subhanahu wa taala* berfirman:

فَاسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِنْ كُنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

“Maka bertanyalah kepada orang yang mempunyai pengetahuan jika kamu tidak mengetahui.”¹⁴³

Demikian Allah memerintahkan hamba-Nya untuk bertanya kepada orang yang berilmu jika tidak mengetahui suatu perkara. Oleh karena itu, penting bagi seorang murid untuk mencari guru yang kompeten di bidangnya. Hal ini juga yang menjadi motivasi tersendiri bagi murid agar senantiasa bersemangat mengikuti proses pembelajaran.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Ummu Utsman, peserta kelas intensif Naseeha Project tentang motivasinya mengikuti kelas Naseeha Project: “Karena pematerinya yang kompeten di bidangnya.”¹⁴⁴ Pernyataan selaras juga disampaikan

¹⁴⁰ Narullyta Puspita Dewi, *Wawancara* (Jember, 05 Oktober 2024).

¹⁴¹ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

¹⁴² Nenden Mutiara Sari, dkk., “Pelatihan Pembuatan *Storyboard* dan *Games* Interaktif untuk Guru dan Mahasiswa Magister Pendidikan Matematika,” *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 19, No. 1 (2023).

¹⁴³ QS. An-Nahl (16): 43.

¹⁴⁴ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

oleh Tsurroyya, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Pematerinya kredibel di bidangnya. Pembahasannya simpel tapi *gak* sembarangan, dilengkapi dengan media pembelajaran yang menunjang.” Hal ini sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh Hanifah, seorang staf Naseeha Project: “Untuk materinya disusun langsung oleh pemateri yang ahli di bidangnya.”¹⁴⁵

b) Tantangan yang Dihadapi Peserta Naseeha Project dalam Mengikuti Program Naseeha Project

Naseeha Project adalah wadah bagi muslim dan muslimah untuk mempelajari ilmu pernikahan secara online.¹⁴⁶ Pembelajaran online sendiri memberikan beberapa peluang dan dampak positif. Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa pembelajaran online juga memiliki dampak negatif yang menjadi tantangan tersendiri bagi pesertanya.¹⁴⁷ Sebagai peserta, tantangan yang dihadapi bervariasi, tergantung pada individu dan situasi peserta. Berikut beberapa tantangan yang dihadapi oleh peserta Naseeha Project:

1) Sulit mengatur waktu

Manajemen waktu adalah suatu keputusan yang dapat memengaruhi aktivitas seseorang, jika pengambilan keputusannya salah maka aktivitas sehari-hari bisa berantakan. Manajemen waktu merupakan di antara keterampilan pendukung dalam proses pembelajaran.¹⁴⁸ Namun, tidak sedikit orang yang merasa kesulitan dalam manajemen waktu, sehingga manajemen waktu sering kali menjadi tantangan tersendiri.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Tsurroyya, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Tantangan internal yang lebih banyak seperti bentrok dengan kegiatan lain *karna* pembelajaran yang diikuti *online*.”¹⁴⁹ Pernyataan selaras juga disampaikan oleh Ummu Utsman, peserta kelas intensif Naseeha Project: “*Karna* waktu itu *ana* masih kuliah ya, ya palingan kayak berusaha bagi waktu, paling juga di saat itu sambil *alhamdulillah gitu* ya *kan* dikasi kesempatan *ngajar* juga jadi ya

¹⁴⁵ Hanifah, *Wawancara*, (Jember, 11 November 2024).

¹⁴⁶ Hanifah, *Wawancara*, (Jember, 09 November 2024).

¹⁴⁷ Sa Dea Tullatifah Hartono, dkk., “Pembelajaran Online Pendidikan Agama Islam: Peluang dan Tantangan di Sekolah Dasar,” *Jurnal Pendidikan*, Vol. 10, No. 1 (2022).

¹⁴⁸ Suardin dan Muhammad Yusnan, “Pengaruh Manajemen Waktu Belajar terhadap Efikasi Diri dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar,” *Jurnal Edukasi Cendekia*, Vol. 5, No. 1 (2021).

¹⁴⁹ Tsurroyya, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober 2024).

susah bagi waktu aja *si* untuk *ngikutin* kelas, kadang ada di masa kayak udah capek duluan *gitu*, paling tantangan disitu aja di lebih ke diri sendiri.”¹⁵⁰

Ummu Utsman juga menambahkan bahwa ada solusi di balik tantangan yang dihadapinya selama proses belajar: “Dan yang paling bersyukur *tu* kalau di Naseeha Project itu *tu kan* ada dikasi rekaman, jadi kadang kalau misalnya ada terkendala waktu atau bentrok dengan sesuatu yang lain itu dikasi izin *dengerin* rekamannya lagi *gitu*, jadi bukan hanya sekali Zoom *doang*, jadi *insyaa Allah* masi bisa dapat manfaat, jadi walaupun ada kendala tapi ada solusinya *gitu*.”¹⁵¹

2) Sulit konsisten mengikuti kelas

Konsistensi diri merupakan di antara aspek kepribadian individu. Konsisten terhadap diri sendiri bukan perkara yang mudah, sehingga naik turunnya konsistensi pada individu sering kali menjadi problematika dalam kehidupan, khususnya dalam proses pembelajaran. Tidak konsistennya seseorang dalam belajar kerap kali menyebabkan kesulitan dalam proses pembelajaran.¹⁵²

Sebagaimana yang disampaikan Maryam, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Menjaga *ke-istiqomah-an* untuk mengikuti semua rangkaian kelas, mendengar rekaman materi yang ketinggalan.” Maryam juga menambahkan: “Tantangan dari diri sendiri ketika ada rekaman materi yang harus didengar agar tidak ketinggalan itu rasanya malas sekali.”¹⁵³

Adzikra Nurasih, peserta kelas intensif Naseeha Project menyampaikan: “Malam itu juga waktunya istirahat juga. Cuma ya karena milihnya itu berarti harus dijalanin. Dulu itu jam 8 ya jam 8 *malem*, abis aktivitas *kan* pagi jadi udah capek.”¹⁵⁴ Pernyataan senada juga disampaikan oleh Sadida Pradipta Sari, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Tapi kalau malam itu, sudah banyak aktivitas *kan*, jadi kayak sudah capek *gitu*, jadi agak susah kadang fokus atau gimana.”¹⁵⁵

¹⁵⁰ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

¹⁵¹ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

¹⁵² Muhammad Fadhil Alghi Fari Majid, “Membangun Konsistensi Belajar Melalui *Self Control* dan *Self Conciousness*,” *Jurnal PAI Raden Fatah*, Vol. 3, No. 1 (2021).

¹⁵³ Maryam, *Wawancara* (Jember, 20 Oktober 2024).

¹⁵⁴ Adzikra Nurasih, *Wawancara* (Jember, 18 Oktober 2024).

¹⁵⁵ Sadida Pradipta Sari, *Wawancara* (Jember, 06 Oktober 2024).

3) Sulit menerapkan ilmu yang dipelajari

Pendidikan, terutama ilmu agama, memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan moral peserta didik agar menjadi pribadi yang bertanggung jawab, berakhlak mulia, dan berorientasi pada nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Namun, dalam praktiknya, sering kali terdapat kesenjangan antara pemahaman teoritis yang dipelajari dan aplikasi praktis dalam kehidupan sehari-hari.¹⁵⁶

Sebagaimana yang disampaikan oleh Ummu Utsman, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Kalau penerapan ilmu ya itu pasti tantangan ya, bukan ilmu yang di Naseeha juga tapi ya semua ilmu itu pasti ada tantangannya ya *kan, karna yah* hakikat dari ilmu ya pasti amal, itu pasti yang jadi tantangan bagi semua orang *si insyaa Allah*.”¹⁵⁷ Pernyataan selaras juga disampaikan oleh Tsurroyya, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Setelah dapat ilmunya ternyata benar adanya ilmu itu harus di-*murojaah* dan biasakan karena *gak* segampang itu bisa mempraktekkan apa yang kita tau.”¹⁵⁸

Berdasarkan paparan di atas, dapat diketahui bahwa motivasi peserta Naseeha Project dalam mengikuti program di antaranya: (a) persiapan bekal pernikahan, (b) pembahasan yang relevan dengan kebutuhan, dan (c) pemateri yang kompeten di bidangnya. Adapun tantangan yang dihadapi oleh peserta Naseeha Project dalam mengikuti program di antaranya: (a) sulit mengatur waktu, (b) sulit konsisten mengikuti kelas, dan (c) sulit menerapkan ilmu yang dipelajari.

3. Implikasi Edukasi Pranikah terhadap Kesehatan Mental dan Spiritual

Kehidupan masyarakat modern yang semakin kompleks menyebabkan kebutuhan masyarakat akan edukasi pranikah menjadi sangat penting. Oleh karena itu, kehadiran kelas edukasi pranikah seperti Naseeha Project menjadi sangat dibutuhkan. Naseeha Project memiliki misi untuk mewujudkan masyarakat yang matang secara agama, psikologis, finansial, dan kesehatan sebelum memasuki kehidupan pernikahan, serta memberikan edukasi pranikah secara kontinu kepada masyarakat. Tidak hanya berfokus pada landasan syariat saja, program-

¹⁵⁶ Sika Sartiwi, “Pembelajaran Kontekstual dalam Pendidikan Agama Islam: Memahami Pengalaman Peserta Didik dalam Mengaplikasikan Ajaran Agama dalam Kehidupan Sehari-hari,” *GUAU: Jurnal Pendidikan Profesi Guru Agama Islam*, Vol. 3, No. 3 (2023).

¹⁵⁷ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

¹⁵⁸ Tsurroyya, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober 2024).

program yang diselenggarakan oleh Naseeha Project dilengkapi pula dengan ilmu psikologi, ilmu kesehatan, dan ilmu bermanfaat lainnya.¹⁵⁹

Edukasi pranikah tidak hanya fokus membahas tentang aspek-aspek teknis pernikahan saja. Edukasi pranikah dapat memainkan peran kunci dalam mendukung kesehatan mental dan spiritual calon pasangan suami istri sehingga lebih siap menghadapi berbagai dinamika kehidupan rumah tangga.

a) Implikasi Edukasi Pranikah terhadap Kesehatan Mental

Edukasi pranikah memiliki implikasi signifikan terhadap kesehatan mental calon pasangan suami istri. Kesehatan mental yang baik adalah kondisi dimana batin seseorang berada dalam keadaan tenang dan tentram, sehingga dapat menikmati kehidupan sehari-hari. Seseorang yang sehat secara mental dapat menggunakan potensi dirinya dengan maksimal dalam menghadapi tantangan hidup, serta dapat menjalin hubungan positif dengan orang lain.¹⁶⁰ Berikut di antara implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental:

1) Mengurangi keraguan dan kekhawatiran tentang pernikahan

Pernikahan adalah komitmen yang besar sehingga sering kali mendatangkan keraguan serta kekhawatiran dalam perjalanan menuju atau setelah melalui jenjang pernikahan. Perubahan nilai-nilai sosial yang terjadi di masyarakat kerap kali memengaruhi persepsi seseorang terhadap institusi pernikahan. Demikian halnya dengan trauma perceraian orang tua, lingkungan keluarga atau kerabat yang juga menjadi faktor pemicu seseorang enggan untuk memasuki jenjang pernikahan.¹⁶¹ Oleh karena itu, tidak heran jika didapati beberapa individu yang mengambil langkah bijak dengan mengikuti kelas pranikah seperti Naseeha Project untuk membantu mereka mengurangi keraguan atau kekhawatiran akan pernikahan tersebut.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Narullyta Puspita Dewi, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Ya, ada. Mengurangi rasa keraguan atau kekhawatiran akan kegagalan pernikahan.” Narullyta juga menambahkan: “Lebih bisa berpikir positif saat *overthinking* tentang ketakutan menikah.”¹⁶² Hal senada juga disampaikan oleh Sadida

¹⁵⁹ Hanifah, *Wawancara* (Jember, 11 November 2024)

¹⁶⁰ Nor Izzati Septia, dkk., “Kesehatan Mental dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama,” *JIS: Journal Islamic Studies*, Vol. 1, No. 2 (2023).

¹⁶¹ Azizah Fadhilah Adhani dan Acep Aripudin, “Perspektif Generasi Z di Platform X terhadap Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia,” *J-KIS: Jurnal Komunikasi Islam*, Vol. 5, No. 1 (2024).

¹⁶² Narullyta Puspita Dewi, *Wawancara* (Jember, 05 Oktober 2024).

Pradipta Sari, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Kalau kecemasan itu juga, *ana* juga *alhamdulillah* berkurang banyak *sih* kak.”¹⁶³

Tsuroyya, peserta kelas intensif Naseeha Project juga menyampaikan: “Materi tersebut mengajarkan cara mencari pasangan yang baik, aspek ideal yang seharusnya dimiliki pasangan dan lain-lain, sehingga mengubah *mindset* terkait pernikahan itu sendiri menjadi lebih baik.” Tsuroyya menambahkan: “Membantu dalam memantapkan hati dan memilih bukan *sekedar* karna ego dan aspek duniawi tapi lebih *legowo* dan tidak waswas *karna* sudah percaya takdir dan hakikat walimahan dan persiapan pernikahan itu sendiri bukan seperti yang dilihat di medsos tapi lebih kepada persiapan ilmu, mental, dan ketakwaan.”¹⁶⁴

2) Meningkatkan kesiapan mental untuk tantangan pernikahan

Kehidupan pernikahan menghadirkan berbagai dinamika, tidak hanya sebatas kebahagiaan, tetapi juga berbagai tantangan. Faktor kesiapan mental merupakan salah satu faktor yang mutlak diperlukan. Berbagai masalah dan tantangan yang mengganggu keutuhan rumah tangga dapat diatasi jika memiliki kesiapan mental yang memadai.¹⁶⁵ Mengikuti kelas pranikah menjadi langkah penting dalam memberikan wawasan berharga seputar pernikahan sehingga dapat meningkatkan kesiapan mental calon pasangan suami istri sebelum menghadapi kehidupan pernikahan.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Tsuroyya, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Ya, lebih *legowo*, sabar, menerima dan tenang dengan segala hal yang terjadi dalam pernikahan.”¹⁶⁶ Hal selaras juga disampaikan oleh Maryam, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Lebih merasa tenang untuk memasuki pernikahan karena bekal ilmu sudah bertambah dan lebih matang.”¹⁶⁷

Ummu Utsman, peserta kelas intensif Naseeha Project juga menyampaikan: “*Ana* lebih merasa siap, terutama di dalam Naseeha Project mengajarkan kesiapan mental paling utama melalui penguatan tauhid, sehingga ketika ada masalah, *ana biidznillah* mengedepankan ilmu *ana* untuk menghadapi masalah sehingga bisa bersabar dan tidak

¹⁶³ Sadida Pradipta Sari, *Wawancara* (Jember, 06 Oktober 2024).

¹⁶⁴ Tsuroyya, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober 2024).

¹⁶⁵ Zaenal Mustaqim, dkk., “Strategi Pusaka Sakinah dalam Menjawab Tantangan Ketahanan Keluarga dalam Permasalahan Pernikahan Dini,” *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 4, No. 2 (2021).

¹⁶⁶ Tsuroyya, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober 2024).

¹⁶⁷ Maryam, *Wawancara* (Jember, 20 Oktober 2024).

mengedepankan ego *ana*.”¹⁶⁸ Hal senada juga disampaikan oleh Narullyta Puspita Dewi, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Kalau siap secara 100% belum, namun sudah cukup siap.”¹⁶⁹

b) Implikasi Edukasi Pranikah terhadap Kesehatan Spiritual

Edukasi pranikah memainkan peran penting dalam memperkuat kesehatan spiritual calon pasangan suami istri. Jika pasangan suami istri dapat memahami dan memperkuat nilai-nilai spiritual yang dianut bersama, maka mereka dapat menciptakan ikatan yang lebih kuat dan bermakna dalam menjalin hubungan. Seseorang yang memiliki tingkat spiritualitas tinggi mampu merasakan kedamaian batin, serta dapat menghadapi tekanan hidup dengan lebih baik. Spiritualitas merupakan pengalaman manusia secara umum mengenai suatu pengertian akan makna, tujuan, dan moralitas.¹⁷⁰ Berikut di antara implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan spiritual:

1) Memperdalam hubungan spiritual dengan Allah

Edukasi pranikah memberikan calon pasangan suami istri pengetahuan seputar nilai-nilai spiritual yang mendasari pernikahan serta sebagai wadah refleksi diri yang mendorong pasangan untuk memperkuat iman dan mengandalkan Allah *subhanahu wa taala* sebagai pusat hubungan mereka. Sufyan bin ‘Uyainah berkata:

*Ulama pada zaman dahulu biasa menulis surat pada yang lainnya dengan untaian kalimat berikut: “Barangsiapa yang memperbaiki amalan batinnya, Allah pun akan memperbaiki amalan lahiriyahnya. Barangsiapa yang memperbaiki hubungan antara dirinya dengan Allah, Allah akan memperbaikinya dengan sesama manusia. Barangsiapa yang beramal demi tujuan akhirat, Allah akan mencukupkan urusan dunianya.”*¹⁷¹

Sebagaimana yang disampaikan oleh Adzikra Nurasiah, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Dulu aku berpikir, *oh* pernikahan ya *udah* tentang pernikahan aja. Ternyata setelah aku ikut, ternyata lebih dari itu ya. Ternyata, *oh kok pas* kita belajar pernikahan, *oh* ternyata dari tauhid ya belajarnya, *gitu*. Maksudnya dari dasar ternyata sepenting itu, *gitu*. Itu *sih* yang memengaruhi spiritual. Jadi berarti, kalau intinya, menurut aku *ngambil* kesimpulan, kalau kita mau untuk pernikahan berarti kita harus

¹⁶⁸ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

¹⁶⁹ Narullyta Puspita Dewi, *Wawancara* (Jember, 05 Oktober 2024).

¹⁷⁰ Dewi Tavana Walida, “Al-Qur’an dan Psikologi: Pendekatan Spiritual dalam Kesehatan Mental,” *Ulil Albab: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, Vol. 4, No. 2 (2025).

¹⁷¹ Ibn Taimiyah, *Majmu’ al-Fatawa*, jld. 7, hlm. 9-10.

memperbaiki hubungan kita sama Allah dulu, karena di sana juga ditekaninnya kayak gitu.”¹⁷²

Ummu Utsman, peserta kelas intensif Naseeha Project menyampaikan: “Ya, lebih merasa bisa meyakinkan *ana* bahwa tiap rumah tangga memang selalu ada ujiannya namun pasti Allah sudah memberikan sesuai dengan kesanggupan hamba-Nya.”¹⁷³ Tsuruyya, peserta kelas intensif Naseeha Project juga menyampaikan mengenai kuantitas ibadahnya: “Lebih banyak berdoa kepada Allah, lebih banyak *sholat*, dan beribadah kepada Allah.”¹⁷⁴ Hal selaras juga disampaikan oleh Mayam, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Iya. Jadi berusaha lebih taat kepada Allah. Dari ketaatan itu akan Allah beri banyak kemudahan dalam hidup termasuk di dunia pernikahan.”¹⁷⁵

2) Memahami panduan agama dalam membangun rumah tangga

Pernikahan sebagai institusi yang mendalam memegang peranan sentral dalam pandangan hukum Islam. Pernikahan juga dipandang sebagai implementasi dari sunah Rasulullah *shallallahu alaihi wasallam*. Oleh karena itu, hukum Islam mengatur pernikahan dengan teliti dan menetapkan prinsip-prinsipnya dengan jelas dan rinci.¹⁷⁶ Melalui edukasi pranikah yang tepat, seseorang dapat memperoleh panduan pernikahan yang komprehensif serta sesuai dengan ajaran agama.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Ummu Utsman, peserta kelas intensif Naseeha Project: “*Bener*, lebih tepatnya bukan memperkaya tapi lebih mempertajam. *Simple*-nya taat kepada suami bukanlah hal yang mudah, tapi karena kita tau Allah yang memberi perintah, kita pun patuh kepada suami kita dalam perkara yang baik, bukan hanya sekedar patuh karena kita cinta dan kebutuhan kita dipenuhi, tapi kita melakukan segalanya karena Allah, mengerjakan pekerjaan rumah karena Allah.” Ummu Utsman juga menambahkan: “Berinteraksi dengan pasangan. Seperti tau bagaimana cara menyampaikan pendapat dengan benar bukan yang penting tersampaikan tanpa memikirkan cara yang benar untuk melakukannya. Terutama suami, yang mana adalah

¹⁷² Adzikra Nurashiah, *Wawancara* (Jember, 18 Oktober 2024).

¹⁷³ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

¹⁷⁴ Tsuruyya, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober 2024).

¹⁷⁵ Maryam, *Wawancara* (Jember, 20 Oktober 2024).

¹⁷⁶ Malik Adharsyah, dkk., “Pernikahan dalam Perspektif Hukum Islam,” *Jurnal Syariah dan Ekonomi Islam*, Vol. 2, No. 1 (2024).

seorang laki-laki yang memiliki ego untuk dihormati.”¹⁷⁷ Hal senada juga disampaikan oleh Aisyah, peserta kelas reguler Naseeha Project: “Kayak kita taat pada suami, kita bermuamalah sama suami bukan hanya semerta-merta *karna* suami *gitu*, tapi *kan karna oh ini tu* perintah dari Allah.”¹⁷⁸

Khadijah, peserta kelas raguler Naseeha Project menyampaikan: “Ya. Substansi materi yang disampaikan didasarkan pada ajaran agama, tentang bagaimana proses menuju menikah dan kehidupan pernikahan.”¹⁷⁹ Hal selaras juga disampaikan oleh Maryam, peserta kelas intensif Naseeha Project: “Materinya mengingatkan tentang hakikat pernikahan, niat dan tujuan dalam menikah, hal-hal yang berkaitan dengan pernikahan yang mana itu semua untuk mendapatkan *ke-ridho-an* Allah.”¹⁸⁰

Berdasarkan paparan di atas, dapat diketahui bahwa implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental di antaranya: (a) mengurangi keraguan dan kekhawatiran tentang pernikahan dan (b) meningkatkan kesiapan mental untuk tantangan pernikahan. Adapun implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan spiritual di antaranya: (a) memperdalam hubungan spiritual dengan Allah dan (b) memahami panduan agama dalam membangun rumah tangga.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan paparan di atas dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Edukasi pranikah dalam perspektif Islam adalah sebagai berikut: (a) menikah dengan kesiapan, (b) memilih pasangan yang sekufu, (c) melihat calon pasangan, (d) memohon petunjuk dengan istikharah, dan (e) meminang dengan keyakinan.
2. Fenomena peserta Naseeha Project adalah sebagai berikut: motivasi peserta Naseeha Project dalam mengikuti program Naseeha Project di antaranya: (a) persiapan bekal pernikahan, (b) pembahasan yang relevan dengan kebutuhan, dan (c) pemateri yang kompeten di bidangnya. Adapun tantangan yang dihadapi oleh peserta Naseeha Project dalam mengikuti program Naseeha Project di antaranya: (a) sulit mengatur waktu, (b) sulit konsisten mengikuti kelas, dan (c) sulit menerapkan ilmu yang dipelajari.
3. Implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan mental di antaranya: (a) mengurangi keraguan dan kekhawatiran tentang pernikahan dan (b) meningkatkan kesiapan mental untuk

¹⁷⁷ Ummu Utsman, *Wawancara* (Jember, 04 Oktober, 2024).

¹⁷⁸ Aisyah, *Wawancara* (Jember, 05 Oktober 2024).

¹⁷⁹ Khadijah, *Wawancara* (Jember, 07 Oktober 2024).

¹⁸⁰ Maryam, *Wawancara* (Jember, 20 Oktober 2024).

tantangan pernikahan. Adapun implikasi edukasi pranikah terhadap kesehatan spiritual di antaranya: (a) memperdalam hubungan spiritual dengan Allah dan (b) memahami panduan agama dalam membangun rumah tangga.

E. DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an al-Karim.

- Abu Daud, Sulaiman ibn al-Asy'ast al-Azadi al-Sijistani. *Sunan Abi Daud*. Cet. I. Beirut: Dar al-Risalah al-'Alamiyah, 1430 H.
- Adhani, Azizah Fadhilah dan Acep Aripudin. "Perspektif Generasi Z di Platform X terhadap Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia." *J-KIs: Jurnal Komunikasi Islam*. Vol. 5, No. 1 (2024).
- Adharsyah, Malik, dkk. "Pernikahan dalam Perspektif Hukum Islam." *Jurnal Syariah dan Ekonomi Islam*. Vol. 2, No. 1 (2024).
- Afandi, Moch Muzaiyin dan Ahmad Faruq. "Efektivitas Bimbingan Pranikah dalam Keharmonisan Rumah Tangga." *Jurnal Sains Student Research*, Vol. 2, No. 4 (2024).
- Al-Baihaqi, Abu Bakr Ahmad ibn al-Husain. *Syu'ab al-Iman*. Cet. I. Riyadh: Maktabah al-Rusyd, 1423 H.
- Al-Bukhari, Abu Abdillah Muhammad ibn Ismail al-Bukhari al-Ju'fi. *Shahih al-Bukhari*. Cet. V. Damaskus: Dar ibn Katsir, 1414 H.
- Al-Fauzan, Abdullah ibn Shalih. *Hushul Al-Ma'mul Bi Syarh Tsalatsah al-Ushul*. Riyadh: Maktabah al-Rasyid.
- Al-Fauzan, Shalih ibn Fauzan ibn Abdillah. *Syarh Tsalatsah al-Ushul*. Cet. I. Beirut: Muassasah al-Risalah, 1427 H.
- Al-Nawawi, Abu Zakaria Muhyi al-Din Yahya bin Syaraf. *Raudhah al-Thalibin a Umdah al-Muftin*. (Cet. III. Beirut: Al-Maktab al-Islami, 1412 H.
- Al-Tirmidzi, Abu 'Isa Muhammad ibn 'Isa ibn Surah. *Sunan al-Tirmidzi*. Cet. I. Beirut: Dar al-Risalah al-'Alamiyah, 1430 H.
- Arifin, Zaenal, dkk. "Pendidikan dan Kesehatan Mental bagi Remaja dalam Perspektif Islam." *Abdi Moestopo: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*. Vol. 5, No. 2 (2022).
- Ashari, Winning Son, dkk. "Pola Komunikasi Pasangan dalam Membangun Keharmonisan Keluarga." *Al-Usariyah: Jurnal Hukum Keluarga Islam*. Vol. 2, No. 2 (2024).
- Cempaka, Retna Aulia. "Bimbingan Pranikah melalui Media Sosial Naseeha Project." Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023.
- Fauzia, Syifa Anita. "Mewujudkan Keluarga Sakinah melalui Bimbingan Pra-Nikah." *Oetoesan-Hindia: Telaah Pemikiran Kebangsaan*. Vol. 1, No. 2 (2019).
- Fradella, Agripina Nurrahmayani. "Efektivitas Bimbingan Pra Nikah bagi Calon Pengantin sebagai Bekal Menuju Keluarga sakinah." *Jurnal Sains Student Research*. Vol. 2, No. 4 (2024).
- Hartono, Sa Dea Tullatifah, dkk. "Pembelajaran Online Pendidikan Agama Islam: Peluang dan Tantangan di Sekolah Dasar." *Jurnal Pendidikan*. Vol. 10, No. 1 (2022).
- Ibn Mulqin, Siraj al-Din Abu Hafsh Umar ibn Ahmad al-Anshari al-Syafi'i. *Al-Taudhih Li Syarh al-Jami' al-Shahih*. Cet. I. Damaskus: Dar al-Nawadir, 1429 H.

- Ibn Qayyim, Abu Abdillah Muhammad ibn Abi Bakr ibn Ayyub ibn Qayyim al-Jauziyah. *Zad Al-Ma'ad Fi Hady Khair al-'Ibad*. Cet. I. Beirut: Dar ibn Hazm, 1440 H.
- Ibn Qudamah, Abu Muhammad Abdullah ibn Ahmad ibn Muhammad ibn Qudamah al-Maqdisi al-Dimisyqi. *Al-Mughni*. Cet. 3. Riyadh: Dar 'Alim al-Kutub, 1417 H.
- Ibn Taimiyah, Ahmad. *Majmu' al-Fatawa*. Madinah: Majma' al-Malik Fahd, 1425 H.
- Irawan, Didik, dkk. "Wawancara sebagai Salah Satu Tahapan dalam Proses Rekrutmen dan Seleksi Karyawan." *Jurnal Pengabdian Sosial*. Vol. 1, No. 9 (2024).
- Lubis, Wahyu Gunawan, dan Muktarruddin. "Peran Konseling Pranikah dalam Menurunkan Angka Perceraian di Kota Tanjung Balai." *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*. Vol. 9, No. 2 (2023).
- Majid, Muhammad Fadhil Alghi Fari. "Membangun Konsistensi Belajar Melalui *Self Control* dan *Self Conciousness*." *Jurnal PAI Raden Fatah*. Vol. 3, No. 1 (2021).
- Maryati, Eva, dkk. "Analisis Strategi Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Kelas." *Jurnal Inovasi, Evaluasi dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*. Vol. 4, No. 2 (2024).
- Muslim, Abu al-Husain Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim al-Qusyairi al-Naisaburi. *Shahih Muslim*. Cet. I. Riyadh: Dar al-Salam, 1424 H.
- Mustaqim, Zaenal, dkk. "Strategi Pusaka Sakinah dalam Menjawab Tantangan Ketahanan Keluarga dalam Permasalahan Pernikahan Dini." *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam*. Vol. 14, No. 2 (2021).
- Pinem, Rasta Kurniawati Br, dkk. "Bimbingan Perkawinan Pranikah bagi Usia Remaja dalam Upaya Mencegah Pernikahan Anak." *Maslahah: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Vol. 2, No. 3 (2021).
- Pratama, Yudha Hafidh, dkk. "Kesehatan Mental dalam Islam." *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*. Vol. 2, No. 2 (2023).
- Ramadan, Mariana Panji dan Lisanuddin Ramdani. "Bimbingan Pra Nikah dalam Membangun Kesiapan Menikah secara Agama maupun Psikologis." *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*. Vol. 3, No. 1 (2022).
- S, Baharudin Lutfi, dkk. "Efektivitas Penerapan Aspek Spiritual terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya." *Indonesian Journal of Health and Medical*, Vol. 2, No. 3 (2022).
- Sari, Nenden Mutiara, dkk. "Pelatihan Pembuatan *Storyboard* dan *Games* Interaktif untuk Guru dan Mahasiswa Magister Pendidikan Matematika." *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Vol. 19, No. 1 (2023).
- Sarnoto, Ahmad Zain dan Almaydza Pratama Abnisa. "Motivasi Belajar dalam Perspektif Al-Qur'an." *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam dan Multikulturalisme*. Vol. 4, No. 2 (2022).
- Sartiwi, Sika. "Pembelajaran Kontekstual dalam Pendidikan Agama Islam: Memahami Pengalaman Peserta Didik dalam Mengaplikasikan Ajaran Agama dalam Kehidupan Sehari-hari." *GUAU: Jurnal Pendidikan Profesi Guru Agama Islam*. Vol. 3, No. 3 (2023).
- Septia, Nor Izzati, dkk., "Kesehatan Mental dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama." *JIS: Journal Islamic Studies*. Vol. 1, No. 2 (2023).

- Siregar, Ahlun Nazi, dkk. "Penalaran Istislahi terhadap Pencatatan Perkawinan." *Jurnal Al-Ijtimaiyyah*. Vol. 7, No. 1 (2021).
- Suardin, dan Muhammad Yusnan. "Pengaruh Manajemen Waktu Belajar terhadap Efikasi Diri dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Edukasi Cendekia*. Vol. 5, No. 1 (2021).
- Walida, Dewi Taviana. "Al-Qur'an dan Psikologi: Pendekatan Spiritual dalam Kesehatan Mental." *Ulil Albab: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*. Vol. 4, No. 2 (2025).
- Waruwu, Marinu. "Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi." *Jurnal Pendidikan Tambusai*. Vol. 7, No. 1 (2023).