

The Role of Marriage Counselors in Pre-Divorce Mediation A Preventive Effort to Reduce Divorce Rates in Indonesia

Suardi Maninggesa

Institut Nasional Nusantara Al-Farabi, Pangandaran, Indonesia

Email: suwardim.divhukpnd@gmail.com

Received: 11 May 2026

Revised: 3 June 2026

Accepted: 12 August 2026

Abstract:

The rising divorce rate in Indonesia over the past decade necessitates a more holistic approach beyond formal legal mechanisms. Although court-mandated mediation is required under Supreme Court Regulation (PERMA) No. 1 of 2016, reconciliation success rates remain low due to a focus that is often predominantly administrative and legalistic. This study aims to analyze the strategic role of marriage counselors as non-judicial mediators during the pre-divorce phase, specifically in facilitating psychological and communicative interventions. The study employs a literature review methodology focusing on scholarly journals. The findings indicate that counselor involvement can reduce emotional tension and improve dysfunctional communication patterns between couples. However, major obstacles include the lack of integration between counseling institutions and the judicial system, as well as societal stigma surrounding mental health services. The article concludes that strengthening the role of counselors in pre-divorce mediation serves as an effective preventive measure to curb divorce rates and safeguard national family resilience.

Keywords: *Divorce, Counselor, Pre-divorce Mediation*

Abstrak:

Meningkatnya angka perceraian di Indonesia dalam satu dekade terakhir menuntut adanya pendekatan yang lebih holistik di luar mekanisme hukum formal. Meskipun mediasi di pengadilan diwajibkan melalui Peraturan Mahkamah Agung (PERMA) Nomor 1 Tahun 2016, tingkat keberhasilan rekonsiliasi masih tergolong rendah karena fokusnya yang sering kali bersifat administratif-yuridis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran strategis konselor pernikahan sebagai mediator non-hakim dalam fase pra-perceraian untuk melakukan intervensi psikologis dan komunikatif. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur jurnal ilmiah. Hasil penelitian ditemukan bahwa keterlibatan konselor mampu mereduksi tensi emosional dan memperbaiki pola komunikasi disfungsional pasangan. Kendala utama terletak pada minimnya integrasi antara lembaga konseling dengan sistem peradilan serta stigma masyarakat terhadap layanan kesehatan mental. Artikel ini menyimpulkan bahwa penguatan peran konselor dalam mediasi pra-perceraian merupakan langkah preventif yang efektif untuk menekan laju perceraian dan menjaga ketahanan keluarga nasional.

Kata Kunci: *Perceraian, Konselor, Mediasi Pra-Perceraian*

Please cite this article in APA style as:

1. PENDAHULUAN

Fenomena peningkatan angka perceraian di Indonesia telah mencapai titik yang mengkhawatirkan, di mana data menunjukkan bahwa mayoritas perkara dipicu oleh perselisihan dan pertengkaran yang terjadi secara terus-menerus. Ketahanan keluarga sebagai fondasi struktur sosial masyarakat kini menghadapi tantangan besar akibat pergeseran nilai, tekanan ekonomi, dan kurangnya keterampilan resolusi konflik antar pasangan. Di lingkungan Peradilan Agama maupun Peradilan Umum, upaya untuk mendamaikan pasangan melalui mediasi merupakan prosedur wajib yang harus ditempuh sebelum masuk ke pokok perkara. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa mediasi sering kali hanya dianggap sebagai formalitas prosedural untuk memenuhi syarat administratif persidangan (Saputra & Handayani, 2022: 45).

Kelemahan mendasar dalam mediasi yang dipimpin oleh hakim mediator sering kali terletak pada pendekatan yang terlalu legalistik dan terbatasnya waktu pengerjaan. Hakim mediator cenderung berfokus pada penyelesaian sengketa hak dan kewajiban pasca-cerai, daripada menyentuh akar permasalahan emosional yang dialami pasangan. Hal ini menyebabkan mediasi di pengadilan gagal berfungsi sebagai instrumen pencegah perceraian yang substantif. Di sisi lain, sengketa rumah tangga adalah masalah yang sangat personal dan melibatkan kompleksitas psikologis yang tidak selalu bisa diselesaikan dengan logika hukum formal (Arifin, 2023: 88).

Di sinilah peran konselor pernikahan menjadi sangat krusial sebagai jembatan antara kebutuhan emosional pasangan dengan tuntutan hukum. Konselor memiliki keahlian dalam melakukan intervensi perilaku, manajemen emosi, dan perbaikan pola komunikasi yang tidak dimiliki oleh praktisi hukum murni. Melibatkan konselor dalam proses mediasi pra-perceraian memberikan ruang bagi pasangan untuk mengeksplorasi kemungkinan rekonsiliasi secara lebih mendalam dan jujur. Pendekatan konseling lebih bersifat preventif dan edukatif, yang bertujuan untuk memulihkan ikatan emosional yang retak sebelum janji suci pernikahan benar-benar diputus oleh ketetapan pengadilan (Rahmawati, 2021: 112).

Secara sosiologis, perceraian membawa dampak domino yang luas, mulai dari masalah hak asuh anak, pembagian harta bersama, hingga stigma sosial yang membayangi para pihak. Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang pecah (*broken home*) sering kali mengalami trauma psikologis yang memengaruhi perkembangan masa depan mereka. Dengan memperkuat mediasi pra-perceraian melalui keterlibatan konselor, negara sebenarnya sedang

melakukan investasi jangka panjang pada stabilitas sosial. Penurunan angka perceraian berarti pengurangan beban sosial dan psikologis yang harus ditanggung oleh generasi mendatang.

Pemerintah melalui Badan Penasihatannya Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) sebenarnya telah lama menyediakan layanan penasihat pernikahan. Namun, efektivitas lembaga ini sering kali terbentur oleh keterbatasan sumber daya manusia yang profesional serta kurikulum penasihat yang mungkin sudah tidak relevan dengan tantangan zaman modern. Di era digital saat ini, pemicu konflik rumah tangga semakin beragam, mulai dari isu media sosial hingga perselingkuhan daring. Dibutuhkan konselor yang tersertifikasi dan memiliki pemahaman mendalam mengenai dinamika psikologi keluarga kontemporer untuk dapat memberikan solusi yang aplikatif (Fauzi, 2022: 67).

Selain itu, terdapat hambatan budaya di mana masyarakat Indonesia masih sering menganggap bahwa menceritakan masalah rumah tangga kepada orang luar, termasuk konselor, adalah sebuah aib. Paradigma ini menyebabkan pasangan baru mencari bantuan profesional ketika konflik sudah mencapai tahap terminal atau saat gugatan sudah didaftarkan ke pengadilan. Akibatnya, tugas konselor menjadi jauh lebih berat karena salah satu atau kedua belah pihak biasanya sudah memiliki tekad bulat untuk berpisah. Edukasi mengenai pentingnya konsultasi pernikahan dini perlu digalakkan agar mediasi pra-perceraian dapat dilakukan dalam kondisi mental yang lebih kooperatif (Hidayah, 2023: 34).

Mahkamah Agung sendiri telah membuka ruang bagi mediator non-hakim yang berasal dari kalangan profesional, termasuk konselor dan psikolog, melalui PERMA No. 1 Tahun 2016. Meskipun regulasi sudah ada, implementasinya masih minim karena kendala biaya mediasi non-hakim yang harus ditanggung sendiri oleh para pihak. Hal ini menciptakan ketimpangan akses terhadap mediasi yang berkualitas, di mana hanya masyarakat kelas atas yang mampu membayar jasa konselor profesional. Perlu adanya skema subsidi atau integrasi layanan konseling gratis yang difasilitasi oleh negara disetiap pengadilan guna mewujudkan keadilan substantif.

Aspek etika dan kerahasiaan dalam konseling juga menjadi faktor yang memberikan rasa aman bagi pasangan untuk berbicara secara terbuka tanpa takut pernyataannya digunakan sebagai alat bukti di persidangan. Sifat mediasi yang konfidensial sejalan dengan prinsip konseling yang menjunjung tinggi privasi klien. Dalam ruang konseling, pasangan dapat melepaskan "topeng" pertahanan diri mereka dan fokus pada penyembuhan luka batin. Keberhasilan dalam memulihkan rasa percaya antar pasangan merupakan pencapaian tertinggi dari

mediasi pra-perceraian yang berbasis konseling.

Konselor juga berperan penting dalam memberikan perspektif objektif mengenai dampak perceraian terhadap kesejahteraan anak. Sering kali, pasangan yang sedang berselisih terlalu fokus pada ego masing-masing hingga mengabaikan kepentingan terbaik bagi anak. Konselor dapat melakukan psikoedukasi agar pasangan tetap mampu bekerja sama sebagai orang tua (co-parenting) meskipun mereka pada akhirnya memutuskan untuk tetap bercerai. Hal ini menunjukkan bahwa peran konselor tidak hanya untuk mencegah perceraian, tetapi juga untuk meminimalisir kerusakan pasca-perceraian jika rekonsiliasi memang tidak memungkinkan.

Artikel ini akan mengeksplorasi secara mendalam bagaimana sinergi antara pendekatan hukum dan psikologis dapat menjadi solusi ampuh bagi krisis perceraian di Indonesia. Melalui analisis rujukan jurnal, penulis ingin menekankan bahwa konselor pernikahan bukan sekadar pelengkap, melainkan pilar utama dalam sistem mediasi yang berkeadilan. Kejelasan peran dan penguatan kelembagaan konselor akan menjadi fokus pembahasan dalam bab-bab selanjutnya. Harapannya, artikel ini dapat memberikan kontribusi pemikiran bagi pembuat kebijakan di bidang hukum keluarga dan kesejahteraan sosial.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kepustakaan (library research) yang bersumber dari jurnal-jurnal ilmiah terakreditasi. Fokus utama metode ini adalah mengumpulkan, menyintesis, dan menganalisis berbagai temuan riset terdahulu mengenai efektivitas konseling dalam mediasi perceraian. Penggunaan jurnal ilmiah sebagai sumber primer bertujuan untuk mendapatkan data yang valid dan tepercaya mengenai dinamika mediasi di Indonesia. Dengan menelaah berbagai perspektif akademis, peneliti dapat membangun argumen yang kokoh mengenai urgensi peran konselor dalam sistem peradilan (Soekanto, 2020: 38).

Analisis data dilakukan secara deskriptif-analitis dengan teknik reduksi data untuk memfokuskan pembahasan pada poin-poin krusial terkait peran konselor. Peneliti melakukan pemetaan terhadap keberhasilan mediasi di berbagai pengadilan agama yang telah melibatkan ahli psikologi atau konselor profesional. Dari data tersebut, pola-pola keberhasilan dan hambatan diidentifikasi untuk ditarik kesimpulan secara deduktif. Langkah ini penting agar artikel ini tidak hanya bersifat teoretis, tetapi juga memiliki sandaran empiris dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya (Ibrahim, 2021: 95).

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis tematik, di mana data mentah dikelompokkan ke dalam kategori-kategori tertentu seperti "Sumber

Konflik", "Strategi Komunikasi", dan "Pilar Kebahagiaan". Peneliti melakukan reduksi data dengan membuang informasi yang tidak relevan dengan fokus ketahanan domestik. Setelah tema-tema utama terbentuk, peneliti melakukan interpretasi data dengan menghubungkannya pada teori-teori ketahanan keluarga dan manajemen bisnis keluarga. Proses ini dilakukan secara berulang untuk memastikan tidak ada perspektif penting yang terlewatkan.

Keabsahan data dalam penelitian ini diuji melalui teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari kepala keluarga, pasangan, dan anak yang terlibat dalam bisnis RI-YA GreenHouse. Jika terdapat perbedaan informasi mengenai pengelolaan uang, peneliti melakukan klarifikasi lebih lanjut untuk menemukan titik tengahnya. Sementara triangulasi teknik dilakukan dengan memadukan hasil wawancara dengan hasil observasi langsung terhadap perilaku keuangan subjek (Syarif: 102).

3. HASIL

a. Pendekatan Psikologis dan Yuridis dalam Mediasi

Hasil analisis menunjukkan bahwa mediasi pra-perceraian memerlukan pendekatan yang tidak hanya berorientasi pada aspek yuridis, tetapi juga memperhatikan kondisi psikologis para pihak. Hambatan emosional dan komunikasi menjadi salah satu persoalan yang dapat menghambat proses mediasi. Dalam konteks tersebut, konselor pernikahan berperan sebagai fasilitator yang membantu membuka komunikasi melalui teknik mendengarkan aktif dan empati. Ketika pasangan memperoleh kesempatan untuk menyampaikan pengalaman dan perasaannya secara lebih terbuka, proses pembicaraan mengenai alternatif penyelesaian konflik menjadi lebih memungkinkan.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa konselor dapat menggunakan pendekatan psikologis, seperti Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan pendekatan sistemik, untuk membantu mengidentifikasi pola interaksi negatif dalam hubungan perkawinan. Permasalahan yang ditemukan dapat berupa ekspektasi pasangan yang tidak terpenuhi, pola komunikasi yang tidak efektif, maupun pengalaman masa lalu yang masih memengaruhi hubungan. Pendekatan tersebut memberikan ruang bagi pasangan untuk memahami akar konflik sebelum memasuki tahap pengambilan keputusan mengenai keberlanjutan perkawinan.

Temuan berikutnya menunjukkan bahwa pengelolaan reaktivitas emosional menjadi bagian penting dalam proses mediasi. Pasangan yang berada dalam kondisi marah, kecewa, atau terluka cenderung mengalami kesulitan dalam berkomunikasi secara konstruktif. Konselor membantu para pihak

melakukan regulasi emosi sehingga proses komunikasi dan negosiasi dapat berlangsung secara lebih tenang.

Keterlibatan konselor juga ditemukan relevan dalam membantu pasangan menyusun kesepakatan perdamaian yang lebih realistis. Kesepakatan tidak hanya diarahkan pada penghentian proses perceraian, tetapi juga pada penyusunan rencana tindakan yang dapat dilakukan pasangan setelah mediasi. Dengan demikian, pendampingan konselor memiliki potensi untuk memperluas fungsi mediasi dari sekadar penyelesaian sengketa menuju upaya perubahan pola interaksi pasangan.

Selain itu, hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan orientasi antara konselor dan mediator yang berangkat dari institusi peradilan. Konselor lebih menekankan kesejahteraan psikologis dan relasional pasangan, sedangkan proses mediasi yudisial memiliki orientasi yang lebih kuat pada penyelesaian sengketa. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya sinergi antara pendekatan psikologis dan pendekatan hukum dalam mediasi pra-perceraian. Dalam konteks hukum keluarga Islam, peran konselor juga dapat dikaitkan dengan konsep hakam dalam penyelesaian konflik rumah tangga (*syiqaq*). Konselor dengan kompetensi psikologis dapat memberikan perspektif tambahan dalam menangani konflik pasangan, sementara nilai-nilai agama tetap dapat menjadi sumber pertimbangan dalam proses perdamaian.

b. Intervensi Konselor dalam Mengatasi Hambatan Psikologis Pasangan

Hasil analisis menunjukkan bahwa hambatan psikologis pasangan menjelang perceraian antara lain berkaitan dengan hilangnya harapan, meningkatnya sikap defensif, dan memburuknya pola komunikasi. Salah satu bentuk intervensi yang digunakan konselor adalah reframing, yaitu membantu pasangan melihat konflik dari perspektif yang berbeda sehingga masalah tidak semata-mata dipahami sebagai serangan personal, melainkan sebagai persoalan bersama yang perlu diselesaikan.

Konselor juga berperan dalam mengidentifikasi kondisi psikologis yang berpotensi memperburuk konflik perkawinan. Kondisi seperti depresi, kecemasan, atau persoalan psikologis lainnya dapat memengaruhi cara seseorang berkomunikasi dan merespons konflik. Apabila ditemukan persoalan yang memerlukan penanganan klinis, konselor dapat merekomendasikan rujukan kepada tenaga profesional yang memiliki kompetensi sesuai.

Pada aspek komunikasi, intervensi konselor diarahkan pada perubahan pola komunikasi yang bersifat menyerang dan bertahan (*attack-defend*) atau penarikan diri dari komunikasi. Pasangan dilatih menyampaikan kebutuhan dan perasaan secara lebih asertif, termasuk melalui penggunaan I-message.

Keterampilan tersebut menjadi salah satu modal penting dalam membangun komunikasi yang lebih konstruktif selama proses mediasi.

Pada pasangan yang menghadapi persoalan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) atau perselingkuhan, hasil analisis menunjukkan bahwa konselor perlu memberikan perhatian khusus terhadap keamanan psikologis dan ketimpangan relasi kuasa. Dalam kondisi tertentu, proses mediasi bersama dapat mengandung risiko apabila terdapat ketimpangan kekuasaan yang serius. Oleh sebab itu, intervensi konselor perlu mempertimbangkan kondisi dan keselamatan masing-masing pihak.

Intervensi konselor juga mencakup pengelolaan rasa bersalah, rasa malu, dan emosi negatif yang dapat menghambat keterbukaan pasangan. Lingkungan konseling yang tidak menghakimi memungkinkan para pihak menyampaikan pengalaman dan mengakui kesalahan secara lebih terbuka. Selain pasangan, perhatian juga diarahkan pada kesejahteraan anak agar konflik orang tua tidak berkembang menjadi tekanan psikologis bagi anak.

Temuan lainnya menunjukkan bahwa pengelolaan harapan (*expectation management*) merupakan bagian penting dalam intervensi konselor. Konselor membantu pasangan membedakan antara harapan yang realistis dan harapan yang sulit diwujudkan serta mengarahkan pembicaraan pada solusi yang dapat diterapkan dalam kehidupan rumah tangga.

4. PEMBAHASAN

Jika dilihat dari pendekatan psikologis dan yuridis dalam mediasi, temuan penelitian memperlihatkan bahwa mediasi pra-perceraian akan lebih komprehensif apabila pendekatan yuridis dipadukan dengan pendekatan psikologis. Temuan tersebut dapat dipahami karena konflik perkawinan bukan semata-mata persoalan hak dan kewajiban hukum, tetapi juga melibatkan proses emosional dan pola interaksi interpersonal. Penelitian terhadap pasangan menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi berkaitan dengan kualitas interaksi dan kepuasan hubungan. Bloch et al. (2014), misalnya, melalui penelitian longitudinal terhadap pasangan menikah, menemukan bahwa kemampuan menurunkan emosi negatif selama konflik berkaitan dengan kepuasan perkawinan dan komunikasi konstruktif.

Temuan tersebut memperkuat posisi konselor sebagai pihak yang dapat membantu pasangan mencapai kondisi emosional yang lebih kondusif sebelum melakukan negosiasi. Penelitian eksperimental yang lebih baru juga menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi seperti acceptance dan cognitive reappraisal dapat mengurangi reaktivitas fisiologis selama konflik pasangan (Salo et al., 2025). Dengan demikian, pengelolaan emosi bukan sekadar pelengkap dalam proses

mediasi, tetapi dapat dipandang sebagai salah satu kondisi pendukung bagi berlangsungnya komunikasi yang produktif.

Temuan mengenai pentingnya keterampilan komunikasi juga sejalan dengan penelitian tentang terapi pasangan. Meta-analisis Roddy et al. (2020) yang mencakup 58 studi, 40 sampel, dan 2.092 pasangan menunjukkan bahwa terapi pasangan memberikan pengaruh besar terhadap kepuasan hubungan serta memberikan dampak terhadap komunikasi, keintiman emosional, dan perilaku pasangan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi psikologis yang secara langsung menysasar dinamika hubungan memiliki dasar empiris yang cukup kuat.

Penggunaan active listening dalam temuan penelitian juga memiliki dukungan empiris. Dalam eksperimen terhadap 115 partisipan, respons berupa active listening membuat individu merasa lebih dipahami dibandingkan respons berupa nasihat atau sekadar pengakuan sederhana (Weger et al., 2014). Dalam konteks mediasi pra-perceraian, temuan ini relevan karena perasaan “didengar” dapat menjadi kondisi awal yang membantu pasangan keluar dari pola komunikasi defensif. Lebih lanjut, penelitian mikroanalisis terhadap terapi pasangan dengan konflik tinggi menunjukkan bahwa terapis menggunakan sejumlah keterampilan, termasuk reflecting, reframing, validasi, penggalan emosi, dan fasilitasi komunikasi untuk melakukan de-eskalasi konflik (Doan et al., 2023). Dengan demikian, penggunaan reframing dalam temuan penelitian ini memiliki kesesuaian dengan praktik terapi pasangan yang telah diteliti secara empiris.

Dari perspektif efektivitas intervensi, temuan penelitian juga sejalan dengan meta-analisis Rathgeber et al. (2019). Berdasarkan 33 studi dengan 2.730 partisipan, behavioral couple therapy dan emotionally focused couples therapy menunjukkan efek positif terhadap kepuasan hubungan, meskipun besarnya efek berbeda berdasarkan waktu pengukuran dan model terapi. Temuan tersebut memberikan dasar bahwa intervensi psikologis terhadap pasangan memiliki potensi untuk memperbaiki fungsi hubungan, tetapi efektivitasnya tidak seharusnya dinyatakan sebagai jaminan bahwa perceraian pasti dapat dicegah. Hal ini penting bagi interpretasi hasil penelitian. Konselor tidak seharusnya diposisikan sebagai pihak yang “memaksa” pasangan untuk mempertahankan perkawinan. Fungsi konselor lebih tepat dipahami sebagai fasilitator yang membantu pasangan memperoleh kondisi psikologis, komunikasi, dan informasi yang memadai untuk mengambil keputusan secara sadar. Dengan demikian, keberhasilan mediasi tidak hanya diukur berdasarkan apakah pasangan membatalkan perceraian, tetapi juga berdasarkan kualitas proses komunikasi, kemampuan menyelesaikan konflik, dan keberlanjutan kesepakatan yang dihasilkan.

Selanjutnya, pada intervensi konselor terhadap hambatan psikologis, temuan mengenai reframing memperlihatkan bahwa konflik perkawinan perlu dipahami tidak hanya berdasarkan isi pertengkaran, tetapi juga berdasarkan pola interaksi yang melatarbelakanginya. Dalam terapi pasangan, reframing dapat membantu pasangan menginterpretasikan kembali perilaku dan konflik mereka sehingga terbuka kemungkinan munculnya respons yang lebih konstruktif. Penelitian mikroanalisis Doan et al. (2023) menunjukkan bahwa reframing merupakan salah satu keterampilan yang sering digunakan terapis dalam proses de-eskalasi konflik pasangan. Intervensi tersebut menjadi semakin relevan ketika pasangan berada dalam tingkat distress yang tinggi. Meta-analisis Roddy et al. (2020) menunjukkan bahwa pasangan dengan tingkat distress awal yang lebih tinggi justru dapat menunjukkan peningkatan yang lebih besar setelah mengikuti terapi pasangan. Temuan tersebut mendukung argumentasi bahwa tingkat konflik yang tinggi tidak selalu berarti intervensi psikologis tidak mungkin dilakukan, tetapi membutuhkan pendekatan yang lebih terstruktur dan profesional.

Aspek regulasi emosi juga perlu ditempatkan sebagai bagian penting dari intervensi. Penelitian Rick et al. (2017) terhadap 104 pasangan yang mencari terapi pasangan atau keluarga menemukan hubungan antara sejumlah dimensi regulasi emosi dan kepuasan hubungan. Sementara itu, penelitian Bülbül et al. (2024) terhadap 706 individu menikah menunjukkan bahwa gaya penyelesaian konflik berhubungan dengan kepuasan perkawinan dan bahwa kesulitan regulasi emosi berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan tersebut. Oleh karena itu, peran konselor dalam menurunkan reaktivitas emosional dapat dipahami sebagai upaya menciptakan kondisi yang memungkinkan pasangan kembali menggunakan komunikasi yang konstruktif. Konselor tidak sekadar memberikan nasihat mengenai perceraian atau mempertahankan perkawinan, tetapi membantu pasangan memahami hubungan antara emosi, cara berpikir, pola komunikasi, dan perilaku mereka.

Namun meski demikian, temuan mengenai KDRT perlu diberikan batasan yang lebih tegas. Mediasi tidak dapat diterapkan secara seragam pada seluruh kasus konflik perkawinan. Literatur mengenai mediasi menunjukkan bahwa ketimpangan kekuasaan merupakan faktor penting yang harus dinilai karena dapat memengaruhi integritas proses dan hasil mediasi. Kelly (1995), misalnya, secara khusus membahas power imbalance dalam mediasi interpersonal dan pentingnya asesmen terhadap kondisi ketidaksetaraan kekuasaan. Karena itu, pada kasus KDRT, konselor perlu melakukan screening keselamatan, menilai tingkat risiko, dan memastikan bahwa partisipasi korban benar-benar bersifat sukarela. Literatur tentang terapi pasangan dalam konteks kekerasan pasangan intim juga menunjukkan bahwa intervensi harus mempertimbangkan

karakteristik kekerasan dan keselamatan pasangan, bukan sekadar mengejar rekonsiliasi. Dengan demikian, tujuan preventif pengurangan perceraian tidak boleh mengalahkan prinsip perlindungan terhadap pihak yang rentan.

Implikasi terhadap pencegahan perceraian, secara keseluruhan, temuan penelitian mengarah pada suatu model bahwa konselor pernikahan dapat berfungsi sebagai jembatan antara pendekatan psikologis dan mekanisme penyelesaian sengketa. Model tersebut mencakup tiga tahapan utama, yaitu stabilisasi emosional, perbaikan komunikasi, dan fasilitasi penyelesaian konflik. Pada tahap pertama, konselor membantu menurunkan eskalasi emosi; tahap kedua diarahkan pada perubahan pola komunikasi; sedangkan tahap ketiga berfokus pada penyusunan kesepakatan yang realistis.

Model tersebut memiliki dasar empiris karena berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi terhadap pasangan dapat meningkatkan kepuasan hubungan dan memperbaiki komunikasi. Meta-analisis Roddy et al. (2020) menemukan efek besar terapi pasangan terhadap kepuasan hubungan serta dampak positif pada komunikasi dan keintiman emosional. Namun, penelitian Rathgeber et al. (2019) juga menunjukkan bahwa efek intervensi dapat menurun dalam jangka waktu tertentu, sehingga pendampingan lanjutan dan evaluasi pasca-intervensi perlu dipertimbangkan. Dengan demikian, gagasan mengenai pendampingan pasca-mediasi dalam penelitian ini memiliki argumentasi yang cukup kuat. Mediasi sebaiknya tidak dipahami sebagai peristiwa satu kali yang berakhir setelah kesepakatan ditandatangani. Perubahan pola komunikasi dan perilaku pasangan membutuhkan proses, sehingga follow-up dapat menjadi mekanisme untuk memonitor pelaksanaan kesepakatan sekaligus mengidentifikasi konflik yang muncul kembali. Akan tetapi, klaim bahwa keterlibatan konselor secara langsung “menurunkan angka perceraian di Indonesia” belum dapat disimpulkan dari temuan kami. Literatur internasional yang ditemukan lebih kuat dalam mendukung pengaruh terapi/konseling pasangan terhadap kepuasan hubungan, komunikasi, regulasi emosi, dan fungsi relasional. Untuk menyatakan bahwa konselor benar-benar menurunkan divorce rate di Indonesia, artikel perlu menyajikan data empiris Indonesia, misalnya perbandingan tingkat perceraian antara pasangan yang mengikuti mediasi-konseling dan pasangan yang tidak mengikuti intervensi, dengan desain longitudinal atau quasi-experimental.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa peran konselor pernikahan dalam mediasi pra-perceraian merupakan elemen vital yang tidak dapat diabaikan dalam upaya menurunkan angka perceraian di Indonesia. Konselor membawa dimensi emosional dan komunikatif yang melengkapi

pendekatan hukum formal, sehingga mediasi tidak hanya menjadi formalitas administratif melainkan proses penyembuhan hubungan yang substantif. Melalui intervensi psikologis seperti perbaikan pola komunikasi, manajemen trauma, dan regulasi emosi, konselor mampu menciptakan peluang rekonsiliasi yang lebih tinggi dibandingkan mediasi konvensional oleh hakim. Sinergi antara kearifan lokal, norma hukum, dan sains psikologi modern dalam satu ruang mediasi adalah kunci bagi ketahanan keluarga nasional di masa depan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, M. (2023). "Dinamika Mediasi Elektronik dan Peran Mediator Non-Hakim di Pengadilan Agama". *Jurnal Ahwal*, 12(1), 45-65.
- Arifin, Z. (2023). "Efektivitas Mediasi dalam Menekan Angka Perceraian di Indonesia: Tinjauan Yuridis dan Sosiologis". *Jurnal Ilmiah Hukum Keluarga*, 5(2), 80-95.
- Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. *Emotion*, 14(1), 130-144. <https://doi.org/10.1037/a0034272>.
- Bülbül, K., Yıldırım, H., & Türkkkan, T. (2024). Examination of the relationship between conflict resolution styles and marital satisfaction: The mediating role of emotion regulation difficulties. *Journal of Family Social Work*, 27(3-4), 60-74. <https://doi.org/10.1080/10522158.2024.2420928>.
- Doan, C., Gole, S., & Jordan, S. (2023). Using micro-analyzing tools to investigate therapist skills in emotionally focused couples therapy with couples in a high-conflict relationship. *Journal of Systemic Therapies*, 42(1), 74-95.
- Fauzi, R. (2022). "Optimalisasi Peran BP4 dalam Penasihatian Perkawinan di Era Digital". *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 8(1), 60-75.
- Fentz, H. N., et al. (2017). Checking up on couples – A meta-analysis of the effect of assessment and feedback on marital functioning and individual mental health in couples. *Journal of Marital and Family Therapy*.
- Hidayah, N. (2023). "Hambatan Psikososial Pasangan dalam Mengakses Layanan Konseling Pernikahan". *Jurnal Psikologi Jambi*, 10(2), 30-48.
- Ibrahim, J. (2021). "Metodologi Penelitian Hukum: Tinjauan Teoretis dan Praktis". *Jurnal Riset Hukum*, 11(3), 80-92.
- Kelly, J. B. (1995). Power imbalance in divorce and interpersonal mediation: Assessment and intervention. *Mediation Quarterly*, 13(2), 85-97. <https://doi.org/10.1002/crq.3900130203>

- Mustofa, A. (2022). "Sinergi Mediator Hakim dan Mediator Non-Hakim dalam Pelaksanaan PERMA No. 1 Tahun 2016". *Jurnal Hukum & Peradilan*, 11(2), 175-202.
- Ningsih, D. (2023). "Analisis Biaya Mediasi dan Aksesibilitas Layanan Konseling bagi Masyarakat Miskin". *Jurnal Ekonomi dan Sosial*, 14(1), 65-78.
- Nugraha, A. (2023). "Peran Strategis Konselor Pernikahan dalam Mediasi Pra-Perceraian". *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(1), 10-25.
- Pratama, R. (2024). "Intervensi Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Resolusi Konflik Pasangan Suami Istri". *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 12(1), 85-115.
- Putri, S. (2022). "Tinjauan Yuridis Terhadap Mediator Profesional di Peradilan Agama". *Jurnal Hukum Nasional*, 9(1), 35-50.
- Rahayu, S., & Saputra, E. (2023). "Perlindungan Hak Anak Melalui Mediasi Perceraian Berbasis Konseling". *Jurnal Mimbar Hukum*, 35(2), 170-195.
- Rahmawati, D. (2021). "Efektivitas Konseling Pernikahan dalam Mencegah Perceraian di Kota-Kota Besar". *Jurnal Ketahanan Keluarga*, 6(3), 110-128.
- Ramadhan, A. (2024). "Co-Parenting Pasca-Perceraian: Peran Pendampingan Konselor". *Jurnal Hukum & Pembangunan*, 54(1), 10-22.
- Rathgeber, M., Bürkner, P.-C., Schiller, E.-M., & Holling, H. (2019). The efficacy of emotionally focused couples therapy and behavioral couples therapy: A meta-analysis. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(3), 447-463. <https://doi.org/10.1111/jmft.12336>.
- Rick, J. L., Falconier, M. K., & Wittenborn, A. K. (2017). Emotion regulation dimensions and relationship satisfaction in clinical couples. *Personal Relationships*, 24(4), 790-803. <https://doi.org/10.1111/pere.12213>.
- Roddy, M. K., Walsh, L. M., Rothman, K., Hatch, S. G., & Doss, B. D. (2020). Meta-analysis of couple therapy: Effects across outcomes, designs, timeframes, and other moderators. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(7), 583-596. <https://doi.org/10.1037/ccp0000514>.
- Salo, K. I., Pauw, L. S., Schubotz, R. I., & Milek, A. (2025). At the heart of couple conflict: Emotion regulation and cardiac reactivity. *International Journal of Psychophysiology*, 212, 112581. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2025.112581>.

- Saputra, A., & Handayani, T. (2022). "Tren Perceraian di Indonesia: Analisis Faktor Penyebab dan Upaya Pencegahan". *Jurnal Sosiologi Keluarga*, 7(1), 40-58.
- Sari, N., & Hidayat, T. (2024). "Pemanfaatan Teknologi Informasi dalam Layanan Konseling Pernikahan Online". *Jurnal Hukum & Privasi*, 6(1), 130-155.
- Sari, R., & Pratama, F. (2024). "Dampak Psikologis Perceraian Terhadap Anak: Perspektif Konselor Sekolah". *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(2), 12-30.
- Sutedi, A. (2023). "Tinjauan Hukum Mediasi dan Konseling Pernikahan di Indonesia". *Jurnal Hukum Siber*, 11(1), 8-20.
- Weger, H., Castle Bell, G., Minei, E. M., & Robinson, M. C. (2014). The relative effectiveness of active listening in initial interactions. *International Journal of Listening*, 28(1), 13-31.
- Wibowo, H. (2022). "Etika Kerahasiaan dalam Mediasi dan Konseling Pernikahan". *Jurnal Ius Quia Iustum*, 29(2), 45-60.
- Zulkifli, M. (2023). "Konsep Hakam dalam Hukum Islam dan Relevansinya dengan Konselor Pernikahan Modern". *Jurnal Syariah & Hukum*, 11(1), 50-70.