

PROGRAM “SUPER” UNTUK MENINGKATKAN KOMITMEN PERKAWINAN

Alfi Fatima Yudani

Abstrak

Angka perceraian di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun-tahun sebelumnya. Angka perceraian yang tinggi menjadi masalah yang mengkhawatirkan. Salah satu hal yang menyebabkan individu mengajukan perceraian adalah rendahnya komitmen perkawinan. Oleh karena itu diperlukan intervensi yang dapat meningkatkan komitmen perkawinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Program “SUPER” dalam meningkatkan komitmen perkawinan. Program “SUPER” merupakan intervensi kebersyukuran yang disusun berdasarkan teknik-teknik menciptakan rasa syukur yang dan dilaksanakan sesuai tahap-tahap dalam siklus *experiential learning* dan dilaksanakan dalam empat sesi. Penelitian eksperimen kuasi ini dilakukan dengan *untreated control group design with pretest dan posttest* pada 12 wanita yang telah menikah selama 1 hingga 10 tahun dan memiliki skor komitmen perkawinan rendah atau sedang. Hasil analisis perbedaan *gained score* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan Uji Mann-Whitney U menunjukkan nilai $Z = -2,089$ $p = 0,037$ ($p < 0,05$). Uji Signed-Rank Wilcoxon dilakukan pada kelompok eksperimen menunjukkan nilai $Z = -1,997$ $p = 0,046$ ($p < 0,05$). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Ada peningkatan yang signifikan pada skor komitmen perkawinan antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen. Program “SUPER” terbukti mampu meningkatkan komitmen perkawinan pada subjek dan dapat menjadi acuan intervensi.

Kata kunci: kebersyukuran, komitmen perkawinan, Program “SUPER”

Abstract

Divorce rate in Indonesia has increased from previous years. A high divorce rate becomes an alarming issue. One of the things that causes an individual to file for a divorce is the low level of marital commitment. Therefore, interventions that can increase marriage commitments are needed. This study aims to determine the effect of "SUPER" Program in increasing marital commitment. The "SUPER" program is an intervention based on the techniques of creating gratitude according to the stages in the experiential learning cycle and implemented in four sessions. This quasi experimental study was conducted with untreated control group design with pretest and posttest in 12 women who have been married for 1 to 10 years and had low or moderate marital commitment scores. The result of difference of gained score analysis in experimental group and control group with Mann-Whitney U test showed Z score = -2.089 $p = 0,037$ ($p < 0,05$). The Wilcoxon Signed-Rank Test was performed on the experimental group showed Z score = -1,997 $p = 0.046$ ($p < 0.05$). The results showed that there were significant differences between the experimental group compared with the control group. There was a significant increase in the marital commitment score between the pretest and posttest experimental groups. The "SUPER" Program is proven to increase the subject's marital commitment and may serve as a reference for intervention.

Keywords: gratitude, marital commitment, Program “SUPER”