

ANALISIS TANTANGAN KONSELING PRANIKAH KRISTEN BAGI GENERASI Z DI ERA DIGITAL

Manusun Sinambela^{1*},

Pantjar Simatupang²

belabeakan@gmail.com^{1*}

STT Rahmat Emmanuel^{1*,2}

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara Generasi Z berkomunikasi, membangun relasi romantis, memperoleh informasi, serta memahami pernikahan. Media sosial, pesan instan, platform video, dan komunitas daring menjadi bagian dari lingkungan kehidupan yang membentuk identitas serta harapan relasional kaum muda. Dalam konteks Kristen, perubahan tersebut menghadirkan peluang bagi pendidikan pranikah sekaligus tantangan moral, spiritual, psikologis, dan pastoral. Penelitian ini bertujuan menganalisis tantangan konseling pranikah Kristen bagi Generasi Z di era digital dan merumuskan arah pengembangannya secara kontekstual. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan metode studi literatur yang mengkaji dasar biblikal, literatur teologi, kajian konseling, serta penelitian yang relevan mengenai budaya digital dan Generasi Z. Hasil kajian menunjukkan bahwa budaya digital memengaruhi perilaku kencan, sumber pengetahuan tentang relasi, pola komunikasi, kesiapan emosional, dan sikap terhadap otoritas. Karena itu, konseling pranikah tidak dapat berhenti pada penyampaian doktrin atau persiapan administratif menuju pernikahan. Konseling perlu menjadi proses dialogis dan formatif yang mengintegrasikan teologi Kristen, wawasan psikologis, literasi digital, keterampilan komunikasi, pengelolaan konflik, dan pembentukan spiritualitas. Model kontekstual dapat memadukan pertemuan tatap muka dengan sumber digital yang bertanggung jawab, asesmen kesiapan relasional, refleksi terpandu, latihan pasangan, dan pendampingan pastoral berkelanjutan. Dengan model tersebut, gereja dapat tetap setia pada keyakinan Kristen sekaligus hadir dalam dunia digital yang menjadi ruang hidup nyata Generasi Z.

Kata kunci: konseling pranikah, Generasi Z, era digital, pacaran Kristen, konseling pastoral

Abstract

The development of digital technology has changed the way Generation Z communicates, builds romantic relationships, obtains information, and understands marriage. Social media, instant messaging, video platforms, and online communities have become part of the everyday environment in which young people form identity and relational expectations. In Christian contexts, these changes create opportunities for premarital education while also presenting moral, spiritual, psychological, and pastoral challenges. This study aims to analyze the challenges of Christian premarital counseling for Generation Z in the digital era and to formulate a contextual direction for its development. The research uses a qualitative descriptive approach with literature study, examining biblical foundations, theological literature, counseling studies, and relevant research on digital culture and Generation Z. The analysis indicates that digital culture affects dating behavior, sources of relational knowledge, communication patterns, emotional readiness, and attitudes toward authority. Therefore, premarital counseling cannot remain limited to doctrinal instruction or administrative preparation for marriage. It needs to become a dialogical and formative process that integrates Christian theology, psychological insight, digital literacy, communication skills, conflict management, and spiritual formation. A contextual model should combine face-to-face meetings with responsible digital resources, assessment of relational readiness, guided reflection, couple exercises, and continuing pastoral accompaniment. Such a model allows the church to remain faithful to Christian convictions while engaging Generation Z within the digital world in which they actually live.

Keywords: *premarital counseling, Generation Z, digital era, Christian dating, pastoral counseling*

PENDAHULUAN

Era digital bukan sekadar perubahan alat komunikasi. Digitalisasi telah menjadi lingkungan sosial yang memengaruhi cara manusia membangun identitas, menilai hubungan, berkomunikasi, mencari pasangan, dan mengambil keputusan. Perubahan tersebut sangat nyata pada Generasi Z, yaitu kelompok yang tumbuh dalam lingkungan teknologi digital dan memiliki akses yang relatif mudah terhadap internet, media sosial, serta berbagai bentuk komunikasi berbasis platform. Dalam konteks relasi romantis, teknologi memungkinkan komunikasi berlangsung cepat, intens, dan melampaui batas geografis. Pada saat yang sama, ruang digital menghadirkan informasi yang sangat beragam sehingga kaum muda perlu memiliki kemampuan untuk membedakan informasi yang membangun relasi sehat dari informasi yang justru dapat membentuk ekspektasi yang tidak realistis.

Dalam penelitian mengenai generasi digital, Twenge menunjukkan bahwa perkembangan teknologi dan smartphone telah berhubungan dengan perubahan cara kaum muda menghabiskan waktu, berinteraksi, memandang seksualitas, dan memikirkan pernikahan. Temuan tersebut tidak berarti bahwa seluruh Generasi Z memiliki karakter yang sama. Namun, temuan itu memperlihatkan bahwa lingkungan digital merupakan salah satu konteks penting yang tidak dapat diabaikan ketika gereja membina kaum muda.¹ Dalam konteks Indonesia, perhatian terhadap literasi digital juga penting karena kemampuan mengoperasikan teknologi tidak selalu identik dengan kemampuan mengevaluasi isi informasi yang dikonsumsi. Data yang dikutip dalam naskah awal menunjukkan bahwa Generasi Z memiliki tingkat keterampilan digital yang relatif tinggi, tetapi kemampuan teknis perlu berjalan bersama kemampuan kritis dan etis.²

Perubahan tersebut menjadi penting bagi pelayanan konseling pranikah Kristen. Pernikahan dalam iman Kristen bukan hanya kontrak sosial antara dua individu, tetapi relasi perjanjian yang mengandung dimensi kasih, kesetiaan, tanggung jawab, dan pertumbuhan spiritual. Karena itu, masa pranikah seharusnya tidak dipahami sebagai tahap administratif sebelum pemberkatan, melainkan sebagai ruang formasi bagi calon pasangan untuk mengenal diri, memahami pasangan, membangun komunikasi, menguji kesiapan, dan mengembangkan kehidupan yang berakar pada iman. Hermanto dan Cyntiawati menekankan bahwa relasi pacaran Kristen perlu dipahami dalam kerangka hubungan yang konsisten dengan kebenaran Alkitab dan orientasi terhadap kehendak Allah.³

¹ Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy-and Completely Unprepared for Adulthood* (New York: Atria Books, 2017), 71, 108.

² R. Delphia, "60 Persen Gen Z Memiliki Indeks Literasi Digital Tinggi," *Databoks*, 2022.

³ Yanto Paulus Hermanto and Dian Cyntiawati, "Prinsip-Prinsip Pacaran Perjanjian Alkitabiah bagi Kaum Muda Kristen," *SANCTUM DOMINE: Jurnal Teologi* 13, no. 2 (2024): 347–360.

Konseling pranikah memiliki dasar preventif yang kuat. Kajian meta-analitik Carroll dan Doherty menunjukkan bahwa program persiapan pernikahan secara umum dapat menghasilkan peningkatan keterampilan interpersonal dan kualitas hubungan dalam jangka pendek, walaupun penelitian jangka panjang masih diperlukan.⁴ Fawcett dan rekan-rekan kemudian menunjukkan pola yang lebih kompleks. Ketika penelitian yang tidak dipublikasikan ikut diperhitungkan, peningkatan kepuasan hubungan tidak selalu konsisten, tetapi program pranikah menunjukkan manfaat yang lebih jelas pada komunikasi pasangan.⁵ Temuan ini penting karena menempatkan konseling pranikah bukan sebagai jaminan bahwa pernikahan akan selalu berhasil, melainkan sebagai sarana untuk membangun kapasitas pasangan menghadapi kehidupan bersama.

Masalahnya, pola konseling pranikah yang masih dominan bersifat satu arah, normatif, dan berpusat pada pertemuan singkat dengan pendeta dapat mengalami kesenjangan dengan dunia hidup Generasi Z. Generasi ini terbiasa memperoleh informasi melalui video pendek, media sosial, podcast, forum daring, dan pengalaman orang lain yang dibagikan secara publik. Mereka juga terbiasa dengan komunikasi yang cepat dan interaktif. Nani, Sirait, dan Rahayu menunjukkan pentingnya strategi pelayanan gereja yang kontekstual, berbasis kebutuhan, kemitraan, dan teknologi dalam menjangkau Generasi Z.⁶ Dengan demikian, persoalan utama bukan apakah gereja harus menggunakan teknologi, melainkan bagaimana teknologi digunakan tanpa mengorbankan kedalaman relasi pastoral dan integritas teologis.

Berdasarkan persoalan tersebut, penelitian ini berfokus pada pertanyaan: apa saja tantangan utama konseling pranikah Kristen bagi Generasi Z di era digital, dan bagaimana konseling tersebut dapat dikembangkan secara kontekstual? Kebaruan kajian ini terletak pada upaya mempertemukan tiga ranah yang sering dibahas secara terpisah, yaitu teologi pernikahan Kristen, dinamika psikologis-relasional, dan budaya digital Generasi Z. Dengan pendekatan tersebut, konseling pranikah dipahami sebagai proses formasi yang harus mampu membaca konteks digital sekaligus mengarahkan kaum muda kepada kehidupan pernikahan yang kudus, matang, dan bertanggung jawab.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan metode studi literatur. Studi literatur dipilih karena fokus penelitian bukan mengukur hubungan antarvariabel melalui survei, melainkan menganalisis gagasan, temuan penelitian, dan

⁴ Jason S. Carroll and William J. Doherty, "Evaluating the Effectiveness of Premarital Prevention Programs: A Meta-Analytic Review of Outcome Research," *Family Relations* 52, no. 2 (2003): 105–118.

⁵ Elizabeth B. Fawcett, Alan J. Hawkins, Victoria L. Blanchard, and Jason S. Carroll, "Do Premarital Education Programs Really Work? A Meta-Analytic Study," *Family Relations* 59, no. 3 (2010): 232–239.

⁶ Naomi Nani, Hikman Sirait, and Esti Rahayu, "Strategi Gereja dalam Membangun Pelayanan Kontekstual bagi Generasi Z di Era Digital," *The Way: Jurnal Teologi dan Kependidikan* 11, no. 1 (2025): 74–89.

prinsip teologis yang dapat digunakan untuk memahami tantangan konseling pranikah bagi Generasi Z. Pendekatan kualitatif dalam penelitian keagamaan menuntut peneliti membaca sumber secara kritis, mengidentifikasi tema, kemudian menempatkan temuan tersebut dalam konteks persoalan yang sedang dikaji. Zaluchu menegaskan bahwa penelitian kualitatif dalam studi agama dapat digunakan untuk memahami fenomena secara mendalam melalui penelusuran literatur dan interpretasi yang sistematis.⁷

Sumber primer teologis dalam penelitian ini adalah Alkitab, terutama teks yang berkaitan dengan penciptaan manusia, kasih, kekudusan, tanggung jawab, komunikasi, dan kehidupan keluarga. Sumber sekunder mencakup buku teologi dan pastoral, penelitian tentang konseling dan pendidikan pranikah, penelitian mengenai Generasi Z dan budaya digital, serta artikel ilmiah mengenai pelayanan gereja dalam konteks digital. Literatur yang dipilih dipertimbangkan berdasarkan relevansi dengan tema, kejelasan identitas bibliografis, serta kontribusinya terhadap analisis.

Analisis dilakukan dalam empat tahap. Pertama, sumber dibaca untuk mengidentifikasi konsep dasar konseling pranikah dan karakteristik konteks digital. Kedua, temuan dikelompokkan ke dalam tema mengenai perubahan perilaku kencan, perubahan sumber informasi, tantangan komunikasi dan kematangan emosional, serta kebutuhan adaptasi pelayanan gereja. Ketiga, tema-tema tersebut didialogkan dengan prinsip teologis Kristen mengenai kekudusan, kasih, kesetiaan, dan perjanjian. Keempat, hasil dialog dirumuskan menjadi arah pengembangan konseling pranikah yang kontekstual bagi Generasi Z. Dengan demikian, penelitian ini tidak bermaksud menghasilkan model empiris yang telah diuji di lapangan, tetapi menawarkan formulasi konseptual berdasarkan sintesis literatur yang tersedia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling Pranikah sebagai Proses Formasi Relasional dan Spiritual

Konseling pranikah perlu ditempatkan terlebih dahulu dalam pemahaman yang tepat mengenai hakikat pernikahan Kristen. Relasi laki-laki dan perempuan dalam iman Kristen tidak hanya berhubungan dengan kebutuhan emosional, tetapi berkaitan dengan martabat manusia sebagai gambar Allah dan panggilan untuk hidup dalam kasih. Kejadian 1:27 menegaskan bahwa laki-laki dan perempuan sama-sama diciptakan menurut gambar Allah. Efesus 5 menggambarkan kasih suami kepada istri dengan menggunakan pola kasih Kristus kepada jemaat. Dalam kerangka tersebut, pernikahan tidak dapat direduksi menjadi pemenuhan kebutuhan personal, tetapi merupakan ruang tanggung jawab, pengorbanan, pelayanan, dan pertumbuhan bersama.

Pemahaman tersebut menentukan arah konseling pranikah. Konseling tidak seharusnya hanya bertujuan memastikan pasangan mengetahui tata cara pernikahan

⁷ Sonny Eli Zaluchu, "Strategi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif di dalam Penelitian Agama," *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* 4, no. 1 (2020).

gerejawi atau memahami beberapa doktrin tentang keluarga. Konseling harus membantu pasangan menilai kesiapan mereka untuk menjalani realitas kehidupan bersama. Kesiapan tersebut mencakup kemampuan mengenal diri, mengenal pasangan, mengelola perbedaan, berkomunikasi secara terbuka, mengatur keuangan, membicarakan relasi dengan keluarga besar, membangun batas yang sehat, serta mengembangkan kehidupan spiritual bersama. Dalam perspektif ini, konseling pranikah merupakan proses formasi karena yang dibentuk bukan sekadar pengetahuan pasangan, melainkan cara berpikir, kebiasaan, sikap, dan pola relasi.

Gintings melihat penggembalaan sebagai pelayanan yang menolong manusia menghadapi persoalan kehidupan secara nyata.⁸ Prinsip tersebut dapat diterapkan dalam konseling pranikah. Pendeta atau konselor tidak hanya menjadi penyampai materi, tetapi pendamping yang membantu pasangan menghubungkan iman dengan kehidupan sehari-hari. Konselor perlu mendengarkan bagaimana pasangan berbicara, bagaimana mereka menghadapi perbedaan pendapat, bagaimana mereka mengambil keputusan, dan bagaimana mereka merespons tekanan. Dengan demikian, proses konseling tidak berhenti pada pertanyaan apakah pasangan mengetahui ajaran Kristen, tetapi bergerak kepada pertanyaan apakah nilai tersebut telah menjadi bagian dari cara hidup mereka.

Dalam konteks Generasi Z, kebutuhan tersebut menjadi semakin penting karena mereka hidup dalam lingkungan yang memberikan akses terhadap berbagai model relasi. Pasangan dapat melihat kehidupan orang lain melalui media sosial dan kemudian membandingkannya dengan relasi sendiri. Mereka dapat memperoleh nasihat tentang pacaran dari influencer, tokoh populer, konten motivasi, atau komunitas daring yang tidak selalu memiliki dasar yang sama. Karena itu, konseling pranikah harus menjadi ruang klarifikasi. Konselor perlu membantu pasangan menguji berbagai asumsi tentang cinta, kebahagiaan, seksualitas, komitmen, dan pernikahan.

Penelitian mengenai efektivitas pendidikan pranikah menunjukkan bahwa program tersebut paling berguna ketika membantu pasangan mengembangkan keterampilan yang benar-benar dibutuhkan dalam kehidupan bersama. Carroll dan Doherty menemukan bahwa pendidikan pranikah dapat memberikan keuntungan pada keterampilan interpersonal dan kualitas hubungan, sedangkan Fawcett dan rekan-rekan menunjukkan bahwa peningkatan komunikasi merupakan salah satu hasil yang relatif konsisten.⁹ Temuan ini memberikan dasar bagi gereja untuk mengembangkan konseling yang lebih aplikatif. Pengajaran teologis perlu tetap ada, tetapi harus diterjemahkan ke dalam latihan konkret.

Latihan tersebut dapat mencakup cara menyampaikan kebutuhan tanpa

⁸ E. P. Gintings, *Penggembalaan: Hal-Hal yang Pastoral* (Bandung: Jurnal Info Media, 2009), 94.

⁹ Carroll and Doherty, "Evaluating the Effectiveness," 105–118; Fawcett et al., "Do Premarital Education Programs Really Work?" 232–239.

menyerang, cara mendengarkan tanpa segera membela diri, cara menyelesaikan perbedaan, dan cara mengambil keputusan secara bersama. Pasangan juga dapat diberi kesempatan untuk membicarakan harapan mengenai pekerjaan, tempat tinggal, pengelolaan uang, anak, pelayanan gereja, hubungan dengan keluarga asal, dan penggunaan media sosial. Pembicaraan semacam ini sering kali lebih mendidik daripada penyampaian materi yang hanya berlangsung satu arah.

Dalam kerangka Kristen, konselor juga perlu menjaga keseimbangan antara norma dan pendampingan. Nilai kekudusan tidak boleh dikurangi hanya karena konseling hidup dalam budaya digital, tetapi penyampaian nilai tersebut tidak seharusnya dilakukan dengan cara yang membuat konseling menjadi ruang penghakiman. Konseling yang terlalu menghakimi dapat membuat pasangan menyembunyikan masalah. Sebaliknya, konseling yang terlalu permisif dapat kehilangan identitas teologisnya. Karena itu, konselor perlu menghadirkan kebenaran dan kasih secara bersamaan.

Konseling pranikah juga harus bersifat preventif. Tujuan pencegahan bukan menakut-nakuti pasangan dengan kemungkinan perceraian, tetapi membangun kesadaran bahwa pernikahan membutuhkan kompetensi. Pasangan perlu mengetahui bahwa kasih tidak hanya diukur dari perasaan, tetapi juga dari kemampuan bertanggung jawab ketika perasaan berubah. Komitmen tidak hanya diperlukan ketika hubungan berjalan baik, tetapi terutama ketika muncul konflik. Kesetiaan tidak hanya berkaitan dengan tidak berselingkuh, tetapi juga dengan menjaga batas, menghormati pasangan, dan tidak menggunakan kelemahan pasangan sebagai bahan konsumsi publik di media sosial.

Dengan demikian, konseling pranikah bagi Generasi Z perlu dipahami sebagai proses pembentukan manusia yang siap menjalani pernikahan dalam terang iman. Konseling bukan sekadar tahap sebelum upacara, tetapi jembatan antara keyakinan teologis dan praktik kehidupan keluarga. Pemahaman ini menjadi dasar untuk membaca tantangan digital yang dihadapi generasi tersebut.

Budaya Digital dan Perubahan Perilaku Kencan Generasi Z

Salah satu tantangan utama konseling pranikah adalah perubahan cara kaum muda membangun hubungan romantis. Teknologi digital membuat interaksi dapat berlangsung hampir tanpa jeda. Pesan dapat dikirim kapan saja, foto dan video dapat dibagikan dalam hitungan detik, dan hubungan dapat berkembang tanpa pertemuan langsung yang cukup. Perubahan tersebut membawa manfaat karena pasangan yang berjauhan tetap dapat berkomunikasi. Namun, intensitas komunikasi digital tidak selalu sama dengan kedalaman pengenalan.

Relasi yang dibangun terutama melalui layar dapat menghasilkan ilusi kedekatan. Seseorang dapat mengetahui banyak hal mengenai pasangan melalui unggahan, tetapi belum tentu mengetahui bagaimana pasangan menghadapi frustrasi, tekanan, konflik,

atau tanggung jawab sehari-hari. Media sosial juga mendorong presentasi diri yang selektif. Individu cenderung menampilkan sisi kehidupan yang dianggap menarik, sementara persoalan yang lebih sulit disembunyikan. Akibatnya, calon pasangan dapat membangun harapan berdasarkan gambaran yang tidak lengkap.

Twenge menunjukkan bahwa generasi yang tumbuh dengan teknologi digital mengalami perubahan dalam pola interaksi langsung, penggunaan waktu, dan cara memandang relasi.¹⁰ Temuan tersebut perlu dibaca secara hati-hati karena tidak semua perubahan dapat disebabkan oleh teknologi saja. Faktor keluarga, kondisi ekonomi, budaya, pendidikan, pengalaman hidup, dan lingkungan gereja juga memengaruhi perilaku. Namun, teknologi jelas telah menjadi salah satu ruang utama pembentukan pengalaman sosial Generasi Z.

Dalam konteks pacaran Kristen, perubahan tersebut menghadirkan pertanyaan mengenai batas dan tanggung jawab. Hermanto dan Cyntiawati menempatkan pacaran Kristen dalam kerangka relasi perjanjian yang berorientasi pada kebenaran Alkitab.¹¹ Artinya, pacaran tidak hanya dilihat sebagai pengalaman romantis, tetapi sebagai proses pengenalan yang seharusnya menolong seseorang menilai apakah suatu hubungan dapat berkembang menuju kehidupan pernikahan yang bertanggung jawab. Prinsip ini relevan dalam era digital karena teknologi dapat mempercepat kedekatan tanpa selalu mempercepat kematangan.

Fenomena seperti ghosting, hubungan tanpa kejelasan status, dan situationship menunjukkan bahwa komunikasi yang cepat tidak selalu menghasilkan kejelasan relasi. Istilah-istilah tersebut memang berasal dari budaya populer dan tidak boleh dipakai sebagai diagnosis terhadap seluruh Generasi Z. Namun, fenomenanya memperlihatkan persoalan yang relevan bagi konseling: bagaimana seseorang membangun komitmen ketika pilihan relasi tampak tidak terbatas dan hubungan dapat dihentikan hanya melalui penghilangan komunikasi?

Konseling pranikah perlu membantu pasangan memahami perbedaan antara intensitas dan kedalaman. Banyaknya pesan tidak otomatis menunjukkan kedewasaan komunikasi. Frekuensi panggilan video tidak otomatis menunjukkan kemampuan menyelesaikan konflik. Banyaknya foto bersama tidak otomatis menunjukkan kesediaan untuk memikul tanggung jawab. Oleh karena itu, konselor perlu mengajak pasangan melihat kualitas relasi melalui pengalaman konkret.

Kualitas tersebut dapat dievaluasi melalui beberapa pertanyaan. Bagaimana pasangan merespons ketika pendapat berbeda? Apakah mereka dapat meminta maaf tanpa dipaksa? Apakah mereka mampu membicarakan uang secara terbuka? Apakah mereka dapat menghormati batas pribadi? Apakah mereka memiliki cara yang sehat untuk menghadapi kecemburuan? Apakah mereka mampu mengatakan tidak terhadap

¹⁰ Twenge, *iGen*, 71–108.

¹¹ Hermanto and Cyntiawati, "Prinsip-Prinsip Pacaran," 347–360.

tekanan seksual? Apakah mereka dapat menerima bahwa pasangan memiliki keluarga, pekerjaan, teman, dan panggilan pelayanan di luar hubungan romantis? Pertanyaan-pertanyaan tersebut membuat konseling lebih realistis.

Budaya digital juga mengubah cara pasangan menampilkan relasi. Sebagian pasangan mungkin merasa perlu membagikan hubungan mereka secara publik. Padahal, tidak semua persoalan relasional layak dipublikasikan. Konseling perlu mengajarkan etika digital dalam hubungan, termasuk persetujuan sebelum mengunggah foto pasangan, menjaga kerahasiaan percakapan, tidak menyebarkan konflik pribadi, dan tidak menggunakan media sosial untuk mempermalukan pasangan. Prinsip kasih terhadap sesama perlu diterjemahkan ke dalam perilaku digital yang konkret.

Gereja memiliki kesempatan besar untuk menjadikan literasi digital bagian dari pembinaan pranikah. Nani, Sirait, dan Rahayu menunjukkan bahwa pelayanan gereja bagi Generasi Z perlu memperhatikan kebutuhan dan memanfaatkan teknologi secara kontekstual.¹² Dalam konseling pranikah, teknologi dapat digunakan untuk menyediakan modul, video pengantar, jurnal refleksi, lembar latihan, dan komunikasi tindak lanjut. Akan tetapi, teknologi seharusnya menjadi sarana pendukung, bukan pengganti hubungan pastoral.

Dengan demikian, tantangan digital tidak harus dilihat sebagai ancaman semata. Teknologi dapat menjadi ruang pelayanan jika gereja memahami karakter medianya dan menetapkan batas yang sehat. Persoalan utama bukan apakah pacaran dilakukan secara daring atau luring, tetapi nilai apa yang mengarahkan relasi tersebut. Konseling pranikah perlu mengajar Generasi Z menggunakan teknologi tanpa membiarkan teknologi menentukan seluruh cara mereka memahami cinta dan komitmen.

Perubahan Sumber Informasi, Otoritas, dan Tantangan Formasi Nilai

Generasi Z hidup dalam kondisi kelimpahan informasi. Ketika ingin mengetahui cara membangun hubungan, mereka tidak harus menunggu kelas gereja atau bertanya kepada orang tua. Mereka dapat mengetik kata kunci dan memperoleh ribuan hasil dalam hitungan detik. Mereka dapat menonton video mengenai komunikasi pasangan, membaca pengalaman orang lain, mengikuti podcast, dan bergabung dengan komunitas daring. Situasi ini memiliki sisi positif karena pengetahuan lebih mudah diakses. Namun, kelimpahan informasi juga menimbulkan masalah seleksi, kualitas, dan otoritas.

Sumber informasi digital tidak memiliki kualitas yang sama. Ada konten yang dibuat berdasarkan penelitian, ada yang lahir dari pengalaman pribadi, ada yang dibuat untuk hiburan, dan ada pula yang dirancang untuk mendapatkan perhatian serta keuntungan ekonomi. Ketika pengalaman pribadi dipresentasikan sebagai kebenaran universal, kaum muda dapat menganggap bahwa apa yang berhasil bagi satu pasangan pasti berlaku bagi semua pasangan. Konseling pranikah perlu membangun kemampuan

¹² Nani, Sirait, and Rahayu, "Strategi Gereja," 74–89.

membedakan kesaksian personal, opini, dan pengetahuan yang didukung penelitian.

Persoalan ini berkaitan dengan otoritas. Dalam konteks gereja, pendeta dan konselor memiliki tanggung jawab untuk mengajarkan iman dan mendampingi jemaat. Namun, Generasi Z dapat membandingkan nasihat gereja dengan berbagai suara lain di internet. Kondisi tersebut tidak perlu ditanggapi dengan tuntutan agar kaum muda menolak seluruh sumber digital. Sebaliknya, gereja perlu membentuk kemampuan discernment, yaitu kemampuan menilai informasi berdasarkan kebenaran, konteks, bukti, dan nilai yang mendasarinya.

Keller dan Keller menekankan bahwa pernikahan Kristen perlu dipahami melalui kerangka komitmen yang tidak hanya berpusat pada pemenuhan kebutuhan diri.¹³ Gagasan ini penting ketika budaya digital cenderung memperkuat logika pilihan personal. Dalam budaya yang sangat berorientasi pada preferensi, pasangan dapat dinilai berdasarkan seberapa jauh ia memenuhi harapan pribadi. Konseling perlu membantu pasangan memahami bahwa pernikahan juga menuntut pengorbanan, pengampunan, kesetiaan, dan kesediaan bertumbuh bersama.

Masalah lain adalah konsumsi konten relasional yang singkat. Video pendek dapat menyederhanakan masalah kompleks menjadi formula sederhana, misalnya “tanda pasangan yang tepat” atau “lima alasan hubunganmu harus berakhir.” Konten semacam itu dapat berguna sebagai pemantik refleksi, tetapi tidak cukup untuk menggantikan proses konseling. Keputusan mengenai pernikahan membutuhkan pemahaman terhadap sejarah relasi, kepribadian, keluarga, kondisi spiritual, kesehatan emosional, pola komunikasi, serta konteks kehidupan pasangan.

Konseling pranikah perlu menjadi ruang untuk membongkar mitos yang dibentuk oleh media. Salah satu mitos adalah gagasan bahwa pasangan yang tepat akan selalu membuat seseorang bahagia. Dalam kenyataan, pernikahan tetap menghadirkan perbedaan dan konflik. Mitos lain adalah bahwa konflik berarti hubungan tidak sehat. Padahal, konflik dapat menjadi bagian normal dari kehidupan bersama apabila dikelola secara konstruktif. Mitos berikutnya adalah bahwa cinta yang kuat akan otomatis menghasilkan kemampuan berkomunikasi. Padahal, komunikasi merupakan keterampilan yang perlu dipelajari dan dilatih.

Di sinilah temuan Fawcett dan rekan-rekan mengenai pentingnya komunikasi menjadi relevan.¹⁴ Konseling pranikah sebaiknya memberikan ruang latihan komunikasi, bukan hanya ceramah tentang komunikasi. Pasangan dapat diminta melakukan percakapan terstruktur mengenai topik sensitif, kemudian konselor mengamati pola mendengar, menyela, mempertahankan diri, atau menghindari masalah. Dengan demikian, pasangan memperoleh pengalaman langsung mengenai pola relasi mereka.

¹³ Timothy Keller and Kathy Keller, *The Meaning of Marriage: Facing the Complexities of Commitment with the Wisdom of God* (New York: Dutton, 2016), 29, 44.

¹⁴ Fawcett et al., “Do Premarital Education Programs Really Work?” 232–239.

Literasi digital juga harus mencakup kemampuan mengenali risiko. Pasangan perlu memahami bahwa komunikasi daring meninggalkan jejak digital, bahwa tangkapan layar dapat disebar, dan bahwa materi pribadi dapat disalahgunakan. Karena itu, konseling pranikah perlu membicarakan batas dalam berbagi foto pribadi, kata sandi, lokasi, dan informasi sensitif. Prinsip kepercayaan tidak berarti menyerahkan seluruh privasi kepada pasangan. Relasi sehat membutuhkan kepercayaan sekaligus penghormatan terhadap batas pribadi.

Gagasan mengenai aplikasi rohani Kristen yang diusulkan dalam naskah awal dapat dikembangkan menjadi sarana edukasi dan pendampingan. Aplikasi dapat memuat modul persiapan pernikahan, pertanyaan reflektif, latihan komunikasi, materi Alkitab, serta akses untuk menghubungi konselor. Namun, fitur pemeriksaan latar belakang, verifikasi identitas, atau berbagi lokasi perlu dirancang dengan sangat hati-hati karena menyangkut privasi, keamanan data, persetujuan, dan kemungkinan penyalahgunaan. Teknologi pelayanan tidak boleh menciptakan rasa aman palsu atau berubah menjadi alat pengawasan terhadap pasangan.

Karena itu, prinsip etika digital harus menjadi bagian dari formasi pranikah. Pasangan perlu belajar bahwa kasih Kristen tidak berhenti pada komunikasi tatap muka. Cara menulis pesan, memberikan komentar, menyimpan foto, membagikan informasi, dan menyelesaikan konflik di ruang digital juga mencerminkan karakter. Gereja dapat menggunakan isu-isu tersebut sebagai bahan diskusi teologis yang konkret.

Pelayanan gereja kepada Generasi Z juga perlu membangun kemitraan dengan keluarga dan komunitas. Gereja tidak dapat menjadi satu-satunya sumber pembentukan. Orang tua, mentor, kelompok kecil, dan pasangan yang lebih dewasa dapat menjadi sumber pembelajaran jika diarahkan dengan baik. Nani, Sirait, dan Rahayu menunjukkan pentingnya pendekatan berbasis kemitraan dan kebutuhan dalam pelayanan kepada Generasi Z.¹⁵ Dalam konteks pranikah, kemitraan dapat diwujudkan melalui mentor pasangan, kelas pranikah, kelompok diskusi, dan pendampingan pascanikah.

Dengan demikian, tantangan informasi digital sebenarnya merupakan tantangan formasi. Gereja tidak cukup berusaha mengalahkan internet sebagai sumber informasi. Gereja perlu membentuk jemaat yang mampu membaca internet secara kritis. Konseling pranikah dapat menjadi salah satu ruang paling strategis untuk mengembangkan kemampuan tersebut karena keputusan mengenai pernikahan menyangkut seluruh kehidupan seseorang.

Kesiapan Emosional, Spiritual, Komunikasi, dan Pengelolaan Konflik

Kesiapan menikah tidak dapat ditentukan hanya berdasarkan umur atau lamanya pacaran. Dua orang dapat telah berpacaran selama bertahun-tahun tetapi belum

¹⁵ Nani, Sirait, and Rahayu, "Strategi Gereja," 74–89.

mampu membicarakan masalah yang mendasar. Sebaliknya, pasangan yang belum lama berkenalan dapat menunjukkan kematangan tertentu dalam komunikasi dan tanggung jawab. Karena itu, konseling pranikah perlu membantu pasangan menilai kesiapan secara lebih komprehensif.

Kesiapan emosional mencakup kemampuan mengenali perasaan, mengatur respons, menerima kritik, menghadapi kekecewaan, dan bertanggung jawab atas tindakan sendiri. Lingkungan digital dapat memperumit aspek ini karena komunikasi melalui teks tidak selalu memiliki isyarat nonverbal yang lengkap. Pesan yang sebenarnya netral dapat dibaca sebagai marah. Respons yang terlambat dapat ditafsirkan sebagai penolakan. Emoji atau tanda baca dapat menimbulkan interpretasi berbeda. Dalam situasi seperti ini, pasangan perlu belajar kapan harus menggunakan pesan tertulis dan kapan harus melakukan percakapan langsung.

Kesiapan emosional juga berkaitan dengan kemampuan menunda respons. Media digital membentuk kebiasaan mendapatkan jawaban dengan cepat. Dalam pernikahan, tidak semua persoalan dapat diselesaikan segera. Ada waktu ketika seseorang membutuhkan ruang untuk berpikir. Konseling perlu mengajarkan bahwa meminta waktu untuk menenangkan diri berbeda dari menghindari masalah. Pasangan dapat membuat kesepakatan mengenai bagaimana menangani konflik, misalnya kapan menghentikan percakapan sementara, kapan melanjutkannya, dan bagaimana memastikan masalah tidak dibiarkan tanpa penyelesaian.

Pengelolaan konflik merupakan keterampilan inti. Konflik tidak dapat dihilangkan dari pernikahan karena dua orang membawa latar belakang, kebiasaan, kebutuhan, dan harapan yang berbeda. Tujuan konseling bukan membuat pasangan tidak pernah bertengkar, melainkan membantu mereka bertengkar dengan cara yang tidak merusak martabat satu sama lain. Konselor perlu mengidentifikasi pola seperti kritik berlebihan, penghinaan, sikap defensif, menghindari, ancaman putus, atau penggunaan media sosial untuk mencari dukungan publik dalam konflik pribadi.

Pendidikan pranikah yang efektif karena itu perlu bersifat experiential, yaitu memberikan pengalaman latihan. Meta-analisis Carroll dan Doherty menunjukkan manfaat program pranikah pada keterampilan interpersonal, sementara Fawcett dan rekan-rekan menemukan bahwa komunikasi menjadi salah satu area yang menunjukkan hasil positif.¹⁶ Temuan tersebut mendukung penggunaan role play, latihan mendengar aktif, simulasi pengambilan keputusan, dan diskusi kasus dalam konseling.

Kesiapan spiritual juga perlu ditempatkan secara konkret. Spiritualitas tidak hanya berarti pasangan dapat berdoa bersama atau menghadiri ibadah. Kesiapan spiritual mencakup cara pasangan memahami panggilan hidup, memandang tubuh dan seksualitas, menggunakan uang, memperlakukan keluarga, mengambil keputusan, dan

¹⁶ Carroll and Doherty, "Evaluating the Effectiveness," 105–118; Fawcett et al., "Do Premarital Education Programs Really Work?" 232–239.

menghadapi penderitaan. Jika spiritualitas hanya dibicarakan dalam istilah umum, pasangan mungkin sulit melihat hubungannya dengan keputusan sehari-hari.

Dalam perspektif Kristen, kekudusan harus menjadi bagian dari proses pembentukan. Kekudusan bukan sekadar daftar larangan seksual, tetapi orientasi seluruh hidup kepada Allah. Karena itu, pembicaraan tentang relasi seksual pranikah perlu dilakukan dengan jelas, dewasa, dan pastoral. Konselor harus mampu menjelaskan keyakinan Kristen mengenai seksualitas sekaligus menciptakan ruang aman bagi konseli untuk mengakui pergumulan. Pendekatan yang memperlakukan dapat mendorong penyembunyian masalah, sedangkan pendekatan yang terlalu permisif dapat menghilangkan arah moral.

Aspek penting lain adalah kemampuan menetapkan batas. Batas diperlukan dalam hubungan dengan keluarga asal, teman, pekerjaan, media sosial, dan kehidupan pribadi. Konseling pranikah perlu menolong pasangan membedakan antara kedekatan dan kontrol. Membagikan lokasi karena kesepakatan keamanan berbeda dari memaksa pasangan selalu memberikan lokasi untuk diawasi. Mengetahui kata sandi karena kesepakatan tertentu berbeda dari tuntutan bahwa pasangan tidak boleh memiliki ruang privasi. Perbedaan tersebut perlu dibahas sebelum menikah.

Kesiapan finansial juga harus dibicarakan. Budaya digital mempermudah konsumsi, transaksi, dan pembelian impulsif. Pasangan perlu membahas pendapatan, utang, kebiasaan belanja, tanggung jawab kepada keluarga, tabungan, serta prioritas pelayanan. Konseling pranikah yang hanya membahas komunikasi dan spiritualitas tetapi mengabaikan uang belum menyentuh banyak sumber konflik dalam kehidupan keluarga.

Demikian pula, pasangan perlu membicarakan harapan tentang anak, pekerjaan, tempat tinggal, pendidikan, pelayanan gereja, dan relasi dengan keluarga besar. Tidak semua perbedaan harus menghasilkan keputusan yang sama, tetapi perbedaan harus diketahui sebelum pernikahan. Prinsipnya adalah tidak membangun pernikahan berdasarkan asumsi bahwa pasangan akan berubah setelah menikah.

Konseling dapat menggunakan asesmen sebagai alat bantu. Asesmen bukan alat untuk menentukan secara mutlak apakah seseorang “layak menikah,” melainkan alat untuk menemukan area yang membutuhkan pembicaraan lebih lanjut. Hasil asesmen perlu dibahas bersama pasangan sehingga mereka dapat melihat kekuatan dan kerentanan relasi. Jika ditemukan masalah serius seperti kekerasan, kontrol, manipulasi, atau ketergantungan yang berat, konselor perlu mengutamakan keselamatan dan dapat merujuk kepada tenaga profesional yang kompeten.

Pada akhirnya, kesiapan menikah merupakan proses integratif. Kesiapan spiritual tanpa kematangan emosional dapat menjadi rapuh. Kematangan emosional tanpa arah moral dapat kehilangan orientasi. Keterampilan komunikasi tanpa komitmen dapat menjadi teknik yang manipulatif. Karena itu, konseling Kristen perlu mengintegrasikan

dimensi-dimensi tersebut dalam satu proses pembentukan yang utuh.

Model Konseling Pranikah Kristen yang Kontekstual bagi Generasi Z

Berdasarkan pembahasan sebelumnya, konseling pranikah bagi Generasi Z perlu dikembangkan sebagai model yang kontekstual, dialogis, integratif, dan berkelanjutan. Kontekstual berarti konseling memahami dunia digital yang menjadi bagian dari kehidupan konseli. Dialogis berarti konselor tidak hanya berbicara, tetapi mendengar dan mengajak pasangan berpikir. Integratif berarti teologi, psikologi, keterampilan relasional, dan literasi digital ditempatkan dalam satu proses. Berkelanjutan berarti pendampingan tidak berhenti pada saat pasangan menerima pemberkatan.

Tahap pertama adalah asesmen dan orientasi. Pada tahap ini konselor memperkenalkan tujuan konseling, prinsip kerahasiaan, batas layanan, serta ruang lingkup pembahasan. Pasangan dapat mengisi asesmen sederhana mengenai komunikasi, konflik, spiritualitas, keuangan, keluarga asal, seksual, dan penggunaan media digital. Asesmen tersebut kemudian menjadi dasar untuk menentukan fokus pertemuan.

Tahap kedua adalah formasi teologis. Konselor membahas manusia sebagai gambar Allah, kasih, kekudusan, perjanjian, kesetiaan, dan tanggung jawab. Materi Alkitab tidak disampaikan sebagai daftar ayat yang harus dihafal, tetapi sebagai dasar untuk memahami makna pernikahan. Pasangan diajak menjawab pertanyaan seperti: mengapa orang Kristen menikah, apa arti setia, bagaimana kasih Kristus membentuk cara memperlakukan pasangan, dan bagaimana iman memengaruhi keputusan ketika terjadi konflik?

Tahap ketiga adalah pembentukan keterampilan relasional. Pasangan dilatih mendengar aktif, menyampaikan kebutuhan, mengelola emosi, menyelesaikan konflik, dan mengambil keputusan. Role play dapat digunakan untuk mensimulasikan persoalan yang mungkin terjadi setelah menikah. Misalnya, pasangan diberi kasus tentang perbedaan pengelolaan uang, campur tangan keluarga, penggunaan media sosial, atau pembagian pekerjaan rumah. Setelah latihan, konselor membantu pasangan mengevaluasi pola komunikasi mereka.

Tahap keempat adalah literasi digital dan etika relasional. Konselor membahas penggunaan media sosial, privasi, keamanan digital, pornografi, komunikasi seksual, oversharing, konflik daring, dan batas penggunaan gawai. Tujuan pembahasan bukan membuat pasangan takut terhadap teknologi, tetapi membentuk kebiasaan yang sehat. Pasangan dapat membuat “perjanjian digital” bersama yang berisi aturan mengenai apa yang boleh dibagikan, bagaimana menyelesaikan konflik, kapan menggunakan perangkat, dan bagaimana menjaga privasi.

Tahap kelima adalah kesiapan kehidupan bersama. Pasangan membahas keuangan, pekerjaan, tempat tinggal, anak, relasi dengan keluarga besar, pelayanan

gereja, kesehatan, pembagian tanggung jawab rumah tangga, dan pengambilan keputusan. Pembicaraan tersebut sebaiknya menghasilkan kesepakatan tertulis yang dapat dievaluasi kembali. Konselor tidak menentukan seluruh keputusan pasangan, tetapi membantu mereka menyadari konsekuensi dari pilihan yang diambil.

Tahap keenam adalah integrasi spiritualitas. Pasangan menyusun kebiasaan spiritual yang realistis, seperti doa bersama, pembacaan Alkitab, ibadah, keterlibatan dalam komunitas, dan praktik pengampunan. Integrasi spiritualitas juga mencakup cara menghadapi penderitaan dan kegagalan. Pasangan perlu memahami bahwa kehidupan Kristen tidak menjanjikan rumah tangga tanpa masalah, tetapi menawarkan orientasi hidup yang menolong mereka menghadapi masalah dalam kasih dan pengharapan.

Tahap ketujuh adalah pendampingan pascanikah. Tahap ini penting karena banyak materi yang dipahami sebelum menikah baru diuji ketika pasangan menghadapi kehidupan nyata. Gereja dapat menyediakan pertemuan tindak lanjut tiga bulan, enam bulan, dan satu tahun setelah pernikahan. Pendampingan tersebut dapat dilakukan secara tatap muka atau melalui media digital dengan tetap memperhatikan kerahasiaan. Model semacam ini sejalan dengan pemahaman bahwa pendidikan hubungan seharusnya tidak berhenti pada satu program singkat.

Teknologi dapat mendukung setiap tahap. Gereja dapat menyediakan materi digital, video pendek, jurnal refleksi, kuis, kalender pembinaan, dan ruang komunikasi. Namun, teknologi tidak boleh menggantikan konselor. Nani, Sirait, dan Rahayu menunjukkan bahwa teknologi merupakan salah satu unsur dalam strategi pelayanan kontekstual bagi Generasi Z, tetapi strategi tersebut juga perlu berbasis kebutuhan dan kemitraan.¹⁷ Prinsip ini penting agar gereja tidak terjebak dalam anggapan bahwa membuat aplikasi otomatis berarti telah melakukan pelayanan kontekstual.

Model ini juga membutuhkan kompetensi konselor. Konselor pranikah perlu memiliki pemahaman teologi pernikahan, keterampilan dasar konseling, kemampuan membaca dinamika pasangan, dan literasi digital. Konselor juga perlu mengetahui kapan harus melakukan rujukan. Masalah seperti kekerasan dalam pacaran, trauma berat, gangguan psikologis, kecanduan, atau persoalan hukum tidak boleh ditangani hanya dengan nasihat rohani. Pendampingan pastoral dapat berjalan bersama rujukan profesional.

Dalam pelaksanaannya, gereja juga perlu membangun standar etika. Kerahasiaan konseli harus dijaga. Data digital tidak boleh disimpan atau dibagikan secara sembarangan. Penggunaan aplikasi harus menjelaskan siapa yang dapat mengakses data dan untuk tujuan apa. Jika terdapat fitur berbagi lokasi atau tombol darurat, pengguna harus memberikan persetujuan yang jelas. Jika ada fitur verifikasi identitas, gereja perlu mempertimbangkan risiko kesalahan dan penyalahgunaan. Prinsip “teknologi untuk pelayanan” harus selalu disertai prinsip “manusia tetap harus dilindungi”.

¹⁷ Nani, Sirait, and Rahayu, “Strategi Gereja,” 74–89.

Evaluasi program juga diperlukan. Gereja dapat mengevaluasi apakah pasangan memahami materi, apakah keterampilan komunikasi meningkat, apakah mereka mampu menyusun kesepakatan digital, dan apakah mereka mengetahui sumber bantuan ketika menghadapi masalah. Evaluasi tidak harus rumit, tetapi perlu dilakukan agar pelayanan tidak berjalan berdasarkan kebiasaan semata. Temuan Fawcett dan rekan-rekan mengenai hasil pendidikan pranikah yang tidak selalu seragam menunjukkan pentingnya evaluasi dan perbaikan berkelanjutan.¹⁸

Dengan model tersebut, konseling pranikah dapat bergerak dari pola “kelas sebelum menikah” menuju “proses formasi untuk hidup menikah.” Perubahan ini sangat penting bagi Generasi Z karena mereka tidak hanya membutuhkan informasi, tetapi juga ruang untuk bertanya, menguji pemahaman, berlatih, dan mendapatkan pendampingan. Gereja tidak perlu meniru budaya digital secara mentah. Gereja perlu memasuki ruang digital dengan identitas Kristen yang jelas, kemampuan mendengar yang baik, dan komitmen untuk membentuk relasi yang sehat.

KESIMPULAN

Era digital telah mengubah konteks tempat Generasi Z membangun identitas, menjalani relasi romantis, memperoleh informasi, dan memaknai pernikahan, sehingga konseling pranikah Kristen tidak lagi memadai jika hanya mengandalkan pola konvensional yang bersifat normatif dan administratif. Tantangan utama yang muncul meliputi perubahan perilaku kencan, kelimpahan informasi digital, pergeseran sumber otoritas, persoalan privasi dan etika digital, serta kebutuhan akan kesiapan emosional, spiritual, komunikasi, dan pengelolaan konflik. Karena itu, konseling pranikah perlu dikembangkan sebagai proses formasi yang kontekstual, dialogis, integratif, dan berkelanjutan dengan mempertemukan teologi Kristen, wawasan psikologis, keterampilan relasional, dan literasi digital. Teknologi dapat dimanfaatkan untuk menyediakan materi, latihan, komunikasi, dan pendampingan lanjutan, tetapi tidak boleh menggantikan relasi pastoral yang manusiawi dan bertanggung jawab. Gereja juga perlu membangun standar etika, perlindungan data, mekanisme evaluasi, serta jejaring rujukan profesional agar pelayanan tidak berhenti pada penyampaian nasihat. Dengan demikian, konseling pranikah bagi Generasi Z dapat menjadi ruang pembentukan yang menolong pasangan memahami pernikahan sebagai panggilan hidup dalam kasih, kekudusan, kesetiaan, tanggung jawab, dan pertumbuhan bersama di hadapan Allah.

DAFTAR PUSTAKA

Carroll, Jason S., and William J. Doherty. “Evaluating the Effectiveness of Premarital Prevention Programs: A Meta-Analytic Review of Outcome Research.” *Family Relations* 52, no. 2 (2003): 105–118. <https://doi.org/10.1111/j.1741->

¹⁸ Fawcett et al., “Do Premarital Education Programs Really Work?” 232–239.

3729.2003.00105.x.

- Fawcett, Elizabeth B., Alan J. Hawkins, Victoria L. Blanchard, and Jason S. Carroll. "Do Premarital Education Programs Really Work? A Meta-Analytic Study." *Family Relations* 59, no. 3 (2010): 232–239. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00598.x>.
- Gintings, E. P. *Pengembangan: Hal-Hal yang Pastoral*. Bandung: Jurnal Info Media, 2009.
- Hadi, Juliana Hindradjat Nathanael Yitshak. "Harmoni Jiwa dan Iman dalam Membangun Hubungan Sehat Perspektif Kristen." *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah* 4, no. 2 (2025): 1179–1186.
- Hale, Merensiana. "Pemanfaatan Media Digital dalam Pelayanan Pendidikan Gereja di Era Digital." *MURAI: Jurnal Papua Teologi Kontekstual* 2, no. 1 (2021): 135–148.
- Hermanto, Yanto Paulus, and Dian Cyntiawati. "Prinsip-Prinsip Pacaran Perjanjian Alkitabiah bagi Kaum Muda Kristen." *SANCTUM DOMINE: Jurnal Teologi* 13, no. 2 (2024): 347–360. <https://doi.org/10.46495/sdjt.v13i2.207>.
- Illu, Arianus Hermanus, and Leniwan Darmawati Gea. "Efektivitas Konseling Kristen Melalui Pendidikan dalam Keluarga Kristen." 2021.
- Nani, Naomi, Hikman Sirait, and Esti Rahayu. "Strategi Gereja dalam Membangun Pelayanan Kontekstual bagi Generasi Z di Era Digital." *The Way: Jurnal Teologi dan Kependidikan* 11, no. 1 (2025): 74–89. <https://doi.org/10.54793/teologi-dan-kependidikan.v11i1.197>.
- Odero, Monica Elizabeth Auma. "Pre-Marital Counseling and Its Influence on Marital Quality among Seventh Day Adventist Members in Kibra Division of Nairobi County, Kenya." Pan Africa Christian University, 2018.
- Rohimin. "Reposisi Pendidikan Keluarga bagi Anak Generasi Alfa." *Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan* 12, no. 2 (2019). <https://doi.org/10.29300/nuansa.v12i2.2765>.
- Saingo, Yakobus Adi, et al. "Fenomena Penggunaan Media Sosial dan Pentingnya Pendidikan Etika Kristen di Era Disrupsi." 2024.
- Sigalingging, Ayu Nopita, and Adi Rahmat Sihombing. "Peranan PAK Pemuda dalam Pengembangan Perilaku Pacaran Kristiani." *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora* 3, no. 2 (2024): 1260–1271.
- Twenge, Jean M. *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy-and Completely Unprepared for Adulthood*. New York: Atria Books, 2017.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.
- Zaluchu, Sonny Eli. "Strategi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif di dalam Penelitian Agama." *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* 4, no. 1 (2020).