

**Kelayakan *Chatbot* Telegram Sebagai Edukasi Kesehatan Mental Pranikah:
Persepektif Ahli dan Pengguna**

Arifatun Helen Hidayah¹, Risna Nurlia², Enung Nur'Aisah³

Univeritas Islam Al-Ihya Kuningan

helennarifa@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan mental pranikah merupakan aspek penting dalam proses persiapan bagi calon pengantin yang memasuki pernikahan. Namun, edukasi kesehatan mental terus menghadapi tantangan terkait dengan aksesibilitas dan strategi pedagogis yang menarik. Munculnya teknologi digital menawarkan jalan berupa penerapan *chatbot* sebagai media edukasi kesehatan yang mudah diakses dan selaras dengan karakteristik generasi sekarang. Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai kelayakan *chatbot* Telegram sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah untuk calon pengantin, dengan mempertimbangkan perspektif ahli media, ahli materi, dan pengguna (calon pengantin). Metodologi kualitatif digunakan, dengan memanfaatkan kerangka pengembangan *P-process*. Pengumpulan data melibatkan wawancara dengan ahli media, ahli materi, dan calon pengantin yang berfungsi sebagai pengguna *chatbot* Telegram. Analisis dilakukan dengan mengidentifikasi hasil evaluasi terhadap aspek teknis media, kesesuaian materi, penyampaian informasi, serta penerimaan pengguna terhadap *chatbot*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *chatbot* Telegram dinilai layak digunakan sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah karena memiliki kemudahan akses, tampilan yang sederhana, penyampaian informasi yang mudah dipahami, serta materi yang relevan dengan kebutuhan calon pengantin. Hasil komentar umum dan saran dari informan menjadi dasar pengembangan *chatbot* Telegram agar lebih optimal sebagai media promosi kesehatan digital. Pengembangan *chatbot* Telegram selanjutnya disarankan untuk menguji efektivitas media terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan mental calon pengantin.

Kata kunci : *Chatbot* Telegram, kesehatan mental, calon pengantin, promosi kesehatan digital, *P-process*

ABSTRACT

Premarital mental health is a crucial aspect of the preparation process for prospective brides and grooms entering marriage. However, mental health education continues to face challenges related to accessibility and engaging pedagogical strategies. The emergence of digital technology offers a path in the form of implementing chatbots as a health education medium that is easily accessible and aligned with the characteristics of the current generation. The purpose of this study was to assess the feasibility of a Telegram chatbot as a premarital mental health education medium for prospective brides and grooms, considering the perspectives of media experts, content experts, and users (prospective brides and grooms). A qualitative methodology was used, utilizing the P-process development framework. Data collection involved interviews with media experts, content experts, and prospective brides and grooms who functioned as Telegram chatbot users. Analysis was conducted by identifying evaluation results regarding the technical aspects of the media, material suitability, information delivery, and user acceptance of the chatbot. The results showed that the Telegram chatbot was deemed suitable for use as a premarital mental health education medium due to its ease of access, simple interface, easy-to-understand information delivery, and material relevant to the needs of prospective brides and grooms. The results of general comments and suggestions from informants became the basis for developing the Telegram chatbot to optimize it as a digital health promotion medium. Further development of a Telegram chatbot is recommended to test the effectiveness of the medium in increasing knowledge and mental preparedness of prospective brides and grooms.

Keywords : *Telegram chatbot, mental health, prospective brides and grooms, digital health promotion, P-process*

1. PENDAHULUAN

Pernikahan yang sehat berawal dari kesiapan fisik dan mental yang dimiliki oleh kedua calon pengantin. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa calon pengantin sering mengalami kecemasan, kekhawatiran terhadap peran baru dalam keluarga, ketidakpastian ekonomi, serta kesiapan menghadapi tanggung jawab rumah tangga (Eprila et al., 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesiapan mental menjadi faktor penting dalam mendukung keberlangsungan hubungan pernikahan dan membentuk keluarga yang sejahtera. Organisasi Kesehatan Dunia juga menekankan bahwa kesehatan mental merupakan bagian integral dari kesehatan yang berperan dalam kemampuan individu menghadapi tekanan kehidupan, termasuk transisi menuju kehidupan berkeluarga (World Health Organization, 2022).

Kesiapan menikah tidak hanya soal kesiapan fisik, tetapi juga kesiapan psikologis calon pengantin. Hal ini juga sejalan dengan kementerian kesehatan dalam (Kusnul & Nugroho, 2025) menyatakan bahwa memasuki jenjang pernikahan perlu persiapan yang matang agar tujuan pernikahan dapat tercapai. Kesiapan calon pengantin tidak hanya perlu dilihat dari aspek administratif atau finansial saja, tetapi juga dari aspek mental, sosial, dan kesehatan.

Di Indonesia, permasalahan kesiapan pernikahan masih kompleks, dengan angka perceraian yang masih tinggi. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 394.608 kasus, meskipun mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun sebelumnya, namun terjadi peningkatan kembali pada tahun 2025 yang mencapai 438.168 kasus perceraian (Badan Pusat Statistik Perceraian Indonesia, 2025). Hal ini mendasari bahwa jumlah tersebut masih fluktuatif dan fenomena ini menunjukkan bahwa ketahanan keluarga di Indonesia masih menghadapi tantangan yang serius.

Secara regional, Provinsi Jawa Barat menjadi wilayah dengan angka perceraian tertinggi di Indonesia, pada tahun 2024, Jawa Barat menempati posisi tertinggi dengan jumlah

perceraian mencapai 88.842 kasus (Badan Pusat Statistik Perceraian Provinsi Jawa Barat, 2025). Pada tingkat kabupaten, fenomena serupa juga terjadi di Kabupaten Kuningan, data Kabupaten Kuningan mencatat 2.436 kasus perceraian pada tahun 2025 mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya (Badan Pusat Statistik Kabupaten Kuningan, 2025). Angka tersebut menunjukkan bahwa permasalahan kesiapan pernikahan tidak hanya terjadi di tingkat nasional dan provinsi, tetapi juga nyata di tingkat lokal. Tingginya angka perceraian ini menunjukkan adanya permasalahan yang kompleks, seperti konflik rumah tangga, faktor ekonomi, perselisihan dan pertengkaran terus-menerus, serta kurangnya kesiapan dalam menjalani kehidupan pernikahan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa masih terdapat kesenjangan dalam kesiapan calon pengantin, khususnya dalam aspek kesehatan mental dan psikologis.

Berbagai upaya edukasi pranikah telah dilakukan melalui program bimbingan perkawinan, namun pendekatan yang digunakan masih didominasi oleh metode konvensional dan belum secara optimal memanfaatkan teknologi digital. Seiring berkembangnya teknologi informasi, *chatbot* mulai dimanfaatkan sebagai media edukasi kesehatan karena mampu menyediakan informasi secara interaktif, fleksibel, dan mudah diakses kapan saja (Abd-Alrazaq et al., 2020). Penelitian Fatonah et al. (2024) menunjukkan bahwa *chatbot* berbasis Telegram dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi pranikah, namun pengembangannya masih berfokus pada informasi umum seputar pernikahan dan belum secara spesifik mengakomodasi edukasi kesehatan mental pranikah.

Berdasarkan kondisi tersebut, masih terdapat kebutuhan pengembangan media edukasi kesehatan mental pranikah yang sesuai dengan karakteristik calon pengantin dan perkembangan teknologi digital. Selain itu, penelitian mengenai kelayakan *chatbot* Telegram sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kelayakan *chatbot*

Telegram sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah bagi calon pengantin melalui penilaian ahli media, ahli materi, dan pengguna sehingga dapat menjadi alternatif inovasi promosi kesehatan berbasis digital.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan kerangka pengembangan *P-process* untuk mengembangkan dan mengevaluasi kelayakan *chatbot* Telegram sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah. Data diperoleh dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara kepada ahli media, ahli materi dan calon pengantin sebagai pengguna *chatbot* Telegram. Sedangkan data sekunder dari studi literatur. Penelitian dilaksanakan pada kegiatan bimbingan perkawinan (BIMWIN) di Kator Urusan Agama Kecamatan Nusaherang, Kabupaten Kuningan, Jawa Barat. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian. Informan penelitian terdiri dari ahli media yang memiliki kompetensi dalam pengembangan teknologi/media digital, ahli materi yang memiliki kompetensi dalam bidang promosi kesehatan, psikologi, atau kesehatan jiwa, serta calon pengantin sebagai pengguna sasaran *chatbot* Telegram.

3. HASIL

Penelitian ini melibatkan informan yang terdiri dari ahli media, ahli materi, dan calon pengantin sebagai pengguna *chatbot* Telegram. Ahli media berperan dalam memberikan penilaian terhadap aspek teknis dan kemudahan penggunaan *chatbot*, sedangkan ahli materi memberikan evaluasi terhadap kesesuaian isi edukasi kesehatan mental pranikah. Calon pengantin dilibatkan untuk mengetahui penerimaan terhadap *chatbot* sebagai media edukasi.

a. Analisis (Analysis)

Tahap analisis dilakukan untuk memahami kebutuhan edukasi kesehatan mental bagi calon pengantin dan mengetahui permasalahan yang menjadi dasar dalam membuat media. Berdasarkan penelitian dan

analisis kebutuhan, ditemukan bahwa edukasi sebelum menikah biasanya masih lebih menekankan pada hal-hal seperti administrasi, kesehatan reproduksi, dan pemeriksaan fisik, sedangkan aspek kesehatan mental seperti kesiapan emosi, cara mengatasi stres, komunikasi antarpasangan, dan persiapan menghadapi kehidupan sebagai pasangan rumah tangga masih kurang diperhatikan. Kondisi ini menunjukkan bahwa diperlukan media pendidikan yang mudah ditemukan dan bisa digunakan sendiri oleh para calon pengantin. Oleh karena itu, *chatbot* Telegram dipilih sebagai alternatif media edukasi digital karena bisa memberikan informasi dengan cara yang fleksibel melalui sistem pembicaraan interaktif.

b. Tahap Perancangan strategi (*Strategic Design*)

Tahap strategi desain dilakukan dengan menentukan tujuan, target, media, serta konten pesan kesehatan yang akan disampaikan melalui *chatbot*. *Chatbot* ini dirancang supaya dapat membantu calon pengantin, karena kelompok ini membutuhkan informasi tentang kesiapan kesehatan mental sebelum menikah. Materi edukasi yang dirancang yaitu pengertian kesehatan mental pranikah, pentingnya menjaga kesehatan mental sebelum menikah, dan kesiapan mental menghadapi pernikahan. Strategi penyampaian informasi menggunakan bahasa yang mudah dan sederhana agar sesuai dengan sifat dan karakteristik pengguna.

c. Tahap Pembuatan dan Pengujian Media (*Development and Testing*)

Pada tahap ini dilakukan pembuatan *chatbot* Telegram serta evaluasi awal mengenai kemungkinan keberhasilan media tersebut. *Chatbot* itu dibuat menggunakan *platform ManyChat* dan terhubung ke aplikasi Telegram. Sistem *chatbot* dibuat dengan alur percakapan otomatis, sehingga pengguna bisa memilih menu yang tersedia untuk mengakses materi. Setelah *chatbot* selesai dikembangkan, dilakukan proses pengujian ahli media dan materi, yaitu:

Tabel 1. Hasil uji ahli media

Aspek	Informan	Hasil Temuan
Fungsi dan kinerja sistem chatbot	Ahli media/programmer	Chatbot Telegram dinilai telah berjalan dengan baik dan dapat digunakan sesuai dengan fungsi yang telah dirancang. Sistem chatbot mampu memberikan akses informasi edukasi kesehatan mental pranikah kepada pengguna. (AA1) <i>"Iya sudah berjalan dengan baik"</i>
Tampilan dan navigasi media	Ahli media/programmer	Tampilan chatbot dinilai sederhana dan mudah digunakan. Alur navigasi membantu pengguna dalam mengakses menu serta informasi yang tersedia pada chatbot. (AA1) <i>"Iya bagus, sudah cukup sederhana untuk digunakan para catin"</i>
Kemudahan penggunaan media	Ahli media/programmer	Chatbot dinilai memiliki sistem penggunaan yang mudah dipahami dan tidak membutuhkan keterampilan teknologi khusus, sehingga dapat digunakan oleh calon pengantin sebagai sasaran edukasi. (AA1) <i>"Mudah diakses dengan link barcode"</i>
Penggunaan bahasa dan komunikasi	Ahli komunikasi/bahasa	Bahasa yang digunakan dalam chatbot dinilai jelas, komunikatif, menggunakan bahasa baku, dan mudah dipahami oleh calon pengantin. (AA2) <i>"Cukup jelas dan mudah dipahami tertulis padat bisa untuk pengetahuan catin penting dan layak untuk diketahui catin, Tidak ada sudah terstruktur bahasanya sudah baku yang seharusnya memang layak digunakan"</i>
Struktur penyampaian informasi	Ahli komunikasi/bahasa	Penyusunan informasi dalam chatbot dinilai sudah terstruktur dengan baik melalui pembagian poin-poin materi sehingga memudahkan pengguna memahami pesan edukasi. (AA2) <i>"Cukup efektif untuk segi penulisan kalimatnya sudah ada poin-poin untuk sarana memudahkan catin untuk mendapatkan informasi yang lebih detail dan pentingnya sebuah bimbingan pranikah"</i>
Saran pengembangan media	Ahli media dan komunikasi	Pengembangan selanjutnya disarankan untuk meningkatkan aksesibilitas chatbot, salah satunya dengan mencantumkan tautan chatbot pada media resmi agar lebih mudah ditemukan oleh pengguna. (AA1) <i>"Mudah diakses dengan link barcode diserahkan atau Dicantumkan diwebsite Kantor Urusan Agama"</i> (AA2) <i>"Tidak ada sarana dan perbaikan sudah efektif dan baik dari segi penyampaian penyampaiannya"</i>

Tabel 2 Hasil Uji Ahli Materi

Aspek	Informan	Hasil Temuan
Kesesuaian materi kesehatan mental pranikah	Ahli materi (promosi kesehatan, psikologi, kesehatan jiwa)	Materi yang disajikan dalam <i>chatbot</i> dinilai sesuai dengan kebutuhan calon pengantin, khususnya dalam meningkatkan pemahaman mengenai kesiapan mental sebelum memasuki pernikahan. (AM1) <i>"Promkes sudah sesuai, diberikan tambahan media audio visual yang lain gambarnya atau mungkin bergerak ada video mungkin"</i> (AM2) <i>"Kalau untuk materinya itu sudah cukup bagus"</i>

Relevansi isi materi	Ahli materi	Materi dinilai telah mencakup aspek penting kesehatan mental pranikah dan sesuai dengan tujuan promosi kesehatan, yaitu memberikan edukasi serta meningkatkan kesadaran calon pengantin terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental. (AM1) <i>“Metode ini sangat atau cukup efektif ya, tapi menurut saya sangat efektif karena tadi yang dilihat di data pernikahan saat ini mayoritas seperti di Gen Z ya. Ini kan hampir mungkin semuanya sudah tidak asing atau sudah familiar dengan telegram sehingga ini metode yang efektif ya mereka tidak perlu mencari data dari luar yang kita juga belum tentu tahu apa kayak hoaks gitu ya kalau di telegram ini kan sepertinya ini sudah melewati bacaan yang sudah dirangkum dari referensi menjadi sudah sangat efektif untuk media promosi kesehatan”</i> (AM2) <i>“Kalau untuk materinya itu sudah cukup bagus”</i>
Kejelasan dan kelengkapan informasi	Ahli materi	Penyampaian materi dinilai cukup jelas dan informatif. Informasi yang diberikan dapat membantu calon pengantin memahami konsep kesehatan mental serta pentingnya persiapan psikologis sebelum menikah. (AM1) <i>“Secara prinsip promosi kesehatan, kita artinya dari oleh untuk masyarakat ya secara dari bahasa mungkin yang saya lihat sudah mudah dipahami oleh orang awam pun kemudian dari prinsipnya lagi ini ada dari mulai segi pencegahan ya kita lihat kesiapannya, kita lihat belajarnya, sampai dengan bagaimana caranya kalau kita memang menghadapi itu gitu bukan berarti kita bukan kewenangan kita tetapi kita hanya menyampaikan Ya sama halnya dengan preventif juga promotif dan preventifnya sudah sangat baik”</i>
Kesesuaian media dengan tujuan edukasi	Ahli materi	Penggunaan <i>chatbot</i> Telegram dinilai dapat mendukung penyampaian edukasi kesehatan mental karena memberikan akses informasi secara fleksibel dan sesuai dengan perkembangan teknologi digital. (AM1) <i>“sudah sangat baik mengenai program yang digunakan tapi mungkin perlu ada tambahan di segi media audio visual agar tidak terlalu boring, tidak terlalu monoton, kemudian apabila ini bisa berlanjut tambahkan platform-platform yang lain, agar semuanya jadi satu, satu circle yang memang fokus membahas tentang kesehatan mental pra nikah”</i>
Masukan pengembangan materi	Ahli materi	Disarankan adanya pengembangan materi yang lebih luas terkait pengelolaan stres, kecemasan, komunikasi pasangan, dan kesiapan menghadapi peran dalam kehidupan pernikahan. (AM2) <i>“Penelitian ini bagus, kedepannya bisa diperluas kembali. Ada cara mengelola stress, kecemasan, depresinya dan bisa diperluas kembali 5 tips yang sudah ada di chatbot Telegram”</i>

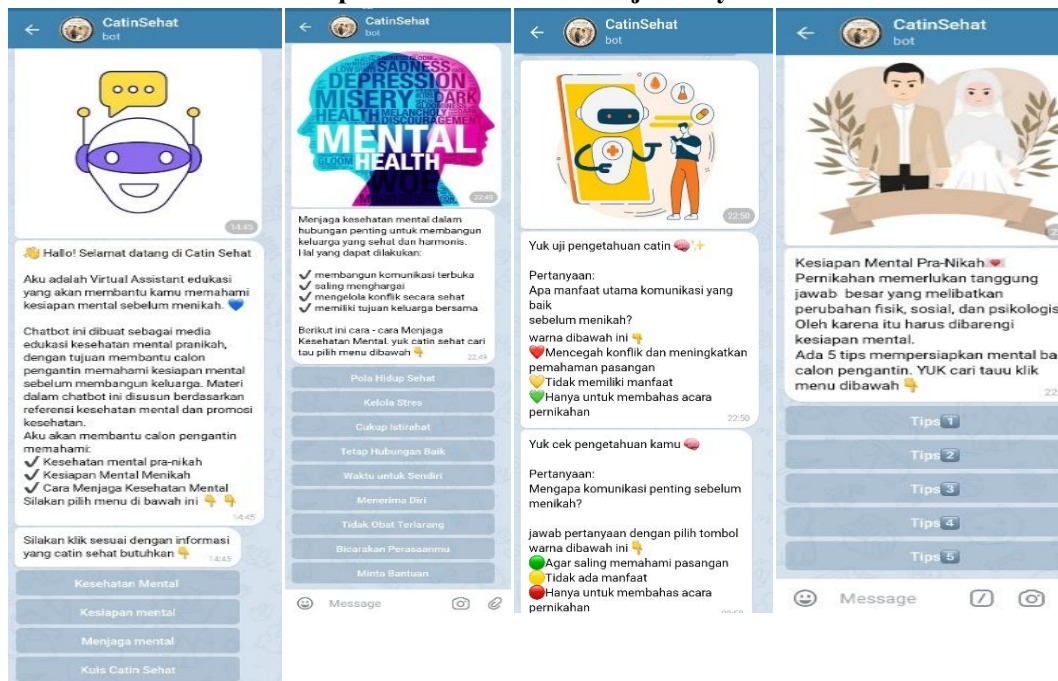
Evaluasi dilakukan oleh ahli media dan ahli materi untuk mengetahui kelayakan chatbot sebelum diterapkan kepada calon pengantin sebagai pengguna. Berdasarkan hasil evaluasi ahli, chatbot Telegram yang dikembangkan dinilai layak untuk digunakan sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah dengan

beberapa masukan pengembangan untuk meningkatkan kualitas media edukasi chatbot Telegram. Berikut merupakan hasil evaluasi ahli media dan ahli materi terhadap chatbot Telegram sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah.

Tampilan Chatbot Sebelum Uji Kelayakan



Tampilan Chatbot Setelah Uji Kelayakan



Gambar 1 Tampilan Chatbot Telegram Sebelum Dan Sesudah Uji Kelayakan

- d. Tahap Implementasi dan Pemantauan
(Implementation and Monitoring)

Pada tahap ini, dilakukan pengamatan mengenai bagaimana pengguna menerima

media, termasuk kemudahan penggunaan, pemahaman terhadap isi materi, serta pengalaman yang dirasakan selama menggunakan *chatbot*

Tabel 3 Hasil Uji Pengguna (Calon Pengantin)

Aspek	Hasil Temuan
Kemudahan akses dan penggunaan	Calon pengantin menyampaikan bahwa <i>chatbot</i> Telegram mudah digunakan dan dapat diakses melalui perangkat yang dimiliki. Alur penggunaan <i>chatbot</i> dinilai sederhana sehingga pengguna dapat memahami cara memperoleh informasi yang tersedia.
Pemahaman terhadap materi	Materi kesehatan mental pranikah dalam <i>chatbot</i> dinilai mudah dipahami karena menggunakan bahasa yang sederhana dan penyampaian informasi yang terstruktur. Informasi yang diberikan membantu calon pengantin memahami pentingnya kesiapan mental sebelum menikah.
Manfaat penggunaan <i>chatbot</i>	Pengguna menilai <i>chatbot</i> memberikan manfaat karena dapat menjadi sumber informasi tambahan mengenai kesehatan mental pranikah yang dapat diakses secara fleksibel tanpa terbatas waktu dan tempat.
Ketertarikan terhadap media	Calon pengantin menilai penggunaan <i>chatbot</i> sebagai media edukasi cukup menarik karena penyampaian informasi berbeda dari metode edukasi konvensional dan lebih sesuai dengan perkembangan teknologi saat ini.
Saran pengguna	Pengguna memberikan masukan agar <i>chatbot</i> dapat dikembangkan dengan penambahan fitur atau variasi penyampaian materi agar pengalaman penggunaan menjadi lebih menarik.

Hasil penilaian pengguna menunjukkan bahwa *chatbot* bisa digunakan sebagai alternatif media edukasi kesehatan mental yang memberikan akses informasi dengan cara yang lebih fleksibel.

e. Tahap Evaluasi dan Pengembangan Lanjutan (*Evaluation and Replanning*)

Evaluasi dilakukan dengan menggabungkan masukan dari ahli media, ahli materi, dan para calon pengantin. Hasil evaluasi digunakan untuk memahami aspek-aspek yang sudah memenuhi kebutuhan pengguna dan aspek-aspek yang masih perlu diperbaiki. Berdasarkan hasil penilaian, *chatbot* Telegram memiliki kemungkinan besar untuk digunakan sebagai alat edukasi mengenai kesehatan mental sebelum menikah karena memenuhi berbagai aspek kelayakan, yaitu mudah diakses, materi sesuai dengan kebutuhan calon pengantin, mendukung pembelajaran mandiri, dapat

menjadi alternatif inovasi promosi kesehatan digital. Namun, pengembangan lebih lanjut masih diperlukan, terutama dalam meningkatkan fitur interaksi, memperbarui materi, dan mengintegrasikan dengan layanan kesehatan.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *chatbot* Telegram berpotensi dimanfaatkan sebagai media edukasi kesehatan mental pranikah yang dapat diterima oleh calon pengantin. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa penggunaan teknologi percakapan merupakan opsi yang layak untuk diseminasi informasi kesehatan kepada populasi target. Aksesibilitas yang mudah melalui platform Telegram memfasilitasi calon pengantin untuk memperoleh informasi kesehatan mental

secara cepat, tanpa hambatan geografis maupun temporal. Hal ini menjadi relevan mengingat para calon pengantin sering kali menghadapi kendala dalam partisipasi pada sesi edukasi tatap muka, seraya meningkatnya kebutuhan akan pengetahuan mengenai kesiapan mental sebelum memasuki jenjang pernikahan.

Penerimaan *chatbot* dalam studi ini berkaitan erat dengan proses pengembangan yang didasarkan pada kerangka *P-process*. Tahap analisis, yang melibatkan identifikasi kebutuhan target audiens, berfungsi sebagai fondasi untuk menentukan materi dan format media yang sesuai dengan profil calon pengantin. Pendekatan ini selaras dengan prinsip-prinsip promosi kesehatan yang menggarisbawahi pentingnya analisis kebutuhan audiens sebelum merancang intervensi kesehatan. Melalui pemahaman mendalam mengenai kebutuhan informasi calon pengantin terkait kesehatan mental pranikah, *chatbot* dapat dikembangkan agar lebih relevan dan kontekstual, sehingga memperbesar kemungkinan adopsi oleh pengguna.

Dari perspektif teknis, para ahli informan menganggap bahwa *chatbot* Telegram memiliki tingkat kemudahan penggunaan yang relatif tinggi. Hal ini disebabkan oleh pemanfaatan platform yang sudah dikenal luas oleh publik. Pengguna dapat mengakses menu yang tersedia untuk mendapatkan informasi yang diperlukan tanpa membutuhkan keahlian teknologi yang rumit. Hasil ini bersesuaian dengan Model Penerimaan Teknologi (TAM) yang diajukan oleh Davis (1989), yang mengindikasikan bahwa kemudahan penggunaan yang dirasakan (*perceived ease of use*) merupakan determinan krusial dalam penerimaan teknologi oleh pengguna. Ketika sebuah teknologi dirasakan mudah dioperasikan, individu cenderung mengembangkan persepsi yang lebih positif terhadap teknologi tersebut dan lebih mungkin untuk menggunakannya. Dengan demikian, pemilihan Telegram sebagai basis *chatbot* mendukung kelayakan media ini sebagai instrumen edukasi kesehatan.

Selain dari kemudahan operasional, komponen nilai guna yang dialami oleh para pengguna juga merupakan elemen krusial dalam menetapkan seberapa layak sebuah *chatbot*. Para

partisipan riset mengemukakan bahwa *chatbot* memfasilitasi mereka dalam mengakses data terkait kesehatan mental pranikah dengan cara yang lebih efisien dan luwes. Observasi ini sejalan dengan terminologi *perceived usefulness* dalam kerangka *Technology Acceptance Model* (TAM), yang menguraikan bahwa subjek akan mengadopsi suatu teknologi ketika teknologi tersebut dinilai sanggup mengoptimalkan performa atau memberikan profit bagi penggunanya. Dalam konteks riset ini, profit yang terdeteksi mencakup kemudahan dalam memperoleh informasi perihal kesehatan mental, kesiapan dalam menghadapi institusi pernikahan, serta berbagai usaha untuk mempertahankan kondisi mental yang sehat sebelum memasuki fase kehidupan berumah tangga.

Berkaitan dengan kualitas konten, hasil survei mengindikasikan bahwa materi yang disajikan dalam *chatbot* dinilai relevan dengan keperluan calon mempelai. Materi yang berkaitan dengan kesehatan jiwa, kiat-kiat memelihara kesehatan jiwa, dan kesiapan jiwa sebelum pernikahan dinilai sesuai dengan situasi yang dialami oleh pasangan calon pengantin menjelang upacara pernikahan. Observasi ini konsisten dengan studi terdahulu yang mengindikasikan bahwa kesiapan psikologis adalah elemen krusial dalam membentuk ikatan pernikahan yang sehat dan langgeng. Pembekalan mengenai kesehatan jiwa pada tahap pranikah dapat memfasilitasi individu dalam memahami keadaan emosionalnya, mengoptimalkan cara mengatasi tekanan, serta menyiapkan diri untuk berbagai transisi peran pasca-pernikahan.

Temuan penelitian ini juga mengukuhkan hasil studi (Abd-Alrazaq et al., 2020) yang menggarisbawahi potensi *chatbot* sebagai sarana edukasi dan bantuan kesehatan, mengingat kemampuannya dalam menyajikan informasi secara efisien, mudah dijangkau, dan memungkinkan pemanfaatan individual oleh para pengguna. Dalam konteks kemajuan kesehatan digital, pemanfaatan *chatbot* semakin meluas untuk mendistribusikan informasi kesehatan. Hal ini dikarenakan kemampuannya dalam menjangkau audiens yang luas dengan biaya yang efisien. Sesuai dengan arahan dari World Health Organization (2016), penerapan

teknologi digital dalam sektor kesehatan dapat berkontribusi pada peningkatan akses terhadap informasi kesehatan, optimalisasi penyampaian pesan kesehatan, dan penguatan kampanye kesehatan kepada khalayak umum.

Namun demikian, studi ini juga mengidentifikasi beberapa kendala terkait penggunaan *chatbot*. Para narasumber berpendapat bahwa *chatbot* belum dapat sepenuhnya menggantikan interaksi antarmanusia, terutama saat pengguna memerlukan dialog yang bersifat pribadi dan mendalam. Keterbatasan ini menegaskan bahwa *chatbot* sebaiknya dianggap sebagai alat edukasi dan sumber informasi awal, alih-alih sebagai pengganti konsultasi profesional. Oleh karena itu, pengembangan *chatbot* di masa depan perlu mempertimbangkan peningkatan fungsionalitas interaktif, penambahan konten yang lebih luas, dan penyertaan kolaborasi dengan institusi kesehatan atau praktisi kesehatan mental yang berkualifikasi.

Secara keseluruhan, temuan penelitian mengindikasikan bahwa *chatbot* Telegram layak digunakan sebagai sarana edukasi kesehatan mental pranikah bagi individu yang akan menikah. Kelayakan ini didukung oleh keselarasan dengan kebutuhan audiens yang telah diidentifikasi melalui tahapan *P-process*, kemudahan pemanfaatan platform, kesesuaian materi edukasi, serta nilai positif yang dialami oleh pengguna. Hasil ini menunjukkan bahwa *chatbot* memiliki potensi sebagai salah satu bentuk inovasi promosi kesehatan digital yang dapat berkontribusi dalam memperluas jangkauan edukasi kesehatan mental pra-nikah dan mendukung persiapan calon pengantin sebelum memasuki jenjang pernikahan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini mengindikasikan bahwa *chatbot* Telegram menunjukkan potensi kelayakan sebagai sarana edukasi kesehatan mental pranikah untuk calon pengantin yang akan menikah. Melalui tahapan pengembangan yang berpedoman pada kerangka *P-process*, *chatbot* berhasil distrukturkan agar selaras dengan kebutuhan target audiens dan menerima respons yang baik dari ahli media, ahli materi, serta calon pengantin selaku pengguna.

Kelayakan *chatbot* ini diperkuat oleh aspek kemudahan akses dan operasional, relevansi konten kesehatan mental pranikah, serta keuntungan yang dialami oleh pengguna dalam mengakses informasi secara mandiri dan lebih *fleksibel*. Hasil penelitian ini menandakan bahwa *chatbot* Telegram dapat menjadi inovasi media promosi kesehatan digital yang efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan mental pranikah kepada calon pengantin. Akan tetapi, pengembangan lebih lanjut masih esensial, khususnya dalam hal peningkatan interaktivitas, optimalisasi fungsi percakapan, dan penambahan cakupan materi yang lebih meluas.

6. REFERENSI

- Abd-Alrazaq, A. A., Rababeh, A., Alajlani, M., Bewick, B. M., Mowafa, H., & Househ, M. (2020). Effectiveness and Safety of Using *Chatbots* to Improve Mental Health: Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 22(7), e16021. <https://doi.org/10.2196/16021>
- Badan Pusat Statistik Perceraian Indonesia. (2025, February). *Nikah dan cerai menurut provinsi*. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-provinsi.html>
- Badan Pusat Statistik Perceraian Kabupaten Kuningan. (2025, February). *Jumlah perceraian menurut kabupaten/kota dan faktor di Provinsi Jawa Barat*. BADAN PUSAT STATISTIK. <https://jabar.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTIZwRFVUMDkjMw%3D%3D/jumlah-perceraian-menurut-kabupaten-kota-dan-faktor-di-provinsi-jawa-barat--2022.html?year=2025>
- Badan Pusat Statistik Perceraian Provinsi Jawa Barat. (2025). *Jumlah perceraian menurut kabupaten/kota dan faktor di Provinsi Jawa Barat*. Badan Pusat Statistik.

- <https://jabar.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-kabupaten-kota-dan-faktor-di-provinsi-jawa-barat--2022.html>
- Eprila, Kusumawaty, I., & Yunike, Y. (2023). Kecemasan Calon Pengantin dalam Menghadapi Pernikahan. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 662–669. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.5830>
- Fatonah, F. R., Maylawati, D. S., & Nurlatifah, E. (2024). Chatbot Edukasi Pra-Nikah berbasis Telegram Menggunakan Bidirectional Encoder Representations From Transformers (BERT). *Jurnal Algoritma*, 21(2), 29–40. <https://doi.org/10.33364/algoritma/v.21-2.1657>
- Kusnul, Z., & Nugroho, C. (2025). PENGUATAN KESIAPAN MENTAL SOSIAL CALON PENGANTIN DI KUA KECAMATAN PARE. *Jurnal Abdimas Pamenang-JAP*, 3(2), 155–160. <https://doi.org/10.53599>
- World Health Organization. (2016). *Monitoring and Evaluating Digital Health Interventions A practical guide to conducting research and assessment*. Department of Reproductive Health and Research.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: transforming mental health for all*. World Health Organization.