

Analisis Fenomena *Marriage is Scary* Pada Kalangan Mahasiswa IAIN Parepare: Dampak Psikososial dan Media Sosial terhadap Kesiapan Pernikahan

ID Naskah	
Tipe	Artikel
Penulis	Ahmad, Rezki Amaliah Syafruddin
Subjek	Islamic family law
Kata Kunci	gamophobia, generasi Z, kesiapan pernikahan, <i>Marriage is Scary</i> , media social.
Negara Asal Penulis	Indonesia
Abstrak	<p>Fenomena "<i>Marriage is Scary</i>" semakin marak di kalangan generasi Z Indonesia, termasuk mahasiswa IAIN Parepare, di mana pernikahan dipersepsi sebagai ancaman terhadap kebebasan pribadi, stabilitas emosional, dan kemandirian finansial. Urgensi penelitian ini didasarkan pada penurunan drastis angka pernikahan nasional menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), dari sekitar 2,21 juta pada 2013 menjadi 1,58 juta pada 2023 dan sekitar 1,48 juta pada 2024, yang berdampak pada dinamika demografis, tingkat kelahiran, serta stabilitas keluarga masyarakat Indonesia, khususnya di wilayah semi-urban seperti Parepare. Rumusan masalah mencakup manifestasi fenomena tersebut dalam persepsi mahasiswa, faktor psikososial utama seperti kecemasan komitmen, gamophobia, trauma pengalaman negatif, dan tekanan ekonomi-sosial, pengaruh media sosial dalam memperkuat narasi negatif, serta interaksi dengan nilai-nilai agama Islam tradisional.</p> <p>Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif-analitik dengan metode fenomenologis dan sosiologis, data primer dari wawancara mendalam dan observasi terhadap 10-15 mahasiswa generasi Z aktif IAIN Parepare (usia 18-25 tahun), serta data sekunder dari literatur dan konten media sosial. Analisis data mengikuti model Miles dan Huberman melalui reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan dengan triangulasi.</p> <p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena "<i>Marriage is Scary</i>" bermanifestasi kuat melalui sikap skeptis dan penundaan pernikahan, didorong oleh faktor psikososial dominan serta amplifikasi narasi negatif di TikTok dan Instagram. Interaksi dengan nilai Islam menciptakan dilema ambivalen, meskipun sebagian mahasiswa mengembangkan strategi adaptif. Kesimpulan menegaskan perlunya pendidikan pra-nikah kontekstual dan literasi media di perguruan tinggi Islam untuk menyeimbangkan pengaruh digital dengan ajaran agama, guna mengurangi dampak fenomena ini terhadap tren penurunan pernikahan nasional.</p>

Analisis Fenomena *Marriage is Scary* Pada Kalangan Mahasiswa IAIN Parepare: Dampak Psikososial dan Media Sosial terhadap Kesiapan Pernikahan

Ahmad (1)

IAIN Parepare, ahmad@iainpare.ac.id, [0009-0000-7461-3158](tel:0009-0000-7461-3158)

Rezki Amaliah Syafruddin (2)*

IAIN Parepare, rezkiamaliahsyafruddin@iainpare.ac.id

PENDAHULUAN

Fenomena "*Marriage is Scary*" atau persepsi bahwa pernikahan merupakan sesuatu yang menakutkan telah menjadi tren yang semakin marak di kalangan generasi Z di Indonesia, termasuk mahasiswa.¹ Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan penurunan signifikan angka pernikahan nasional, dari sekitar 2,21 juta pada 2013 menjadi 1,58 juta pada 2023, dengan tren berlanjut hingga 2024-2025 di mana angka pernikahan terus menurun drastis.² Fenomena ini mencerminkan pergeseran sikap generasi muda terhadap institusi pernikahan, yang dipengaruhi oleh faktor psikososial seperti kecemasan komitmen, ketakutan kehilangan kebebasan, trauma dari pengalaman negatif (seperti KDRT atau perceraian), serta tekanan ekonomi dan sosial.³ Di kalangan mahasiswa IAIN Parepare, sebagai bagian dari generasi Z yang mayoritas berusia 18-25 tahun dan berada dalam lingkungan pendidikan tinggi dengan nilai-nilai Islam, fenomena ini semakin relevan karena bertemu dengan ekspektasi tradisional tentang pernikahan sebagai ibadah dan penyempurnaan agama.⁴

Urgensi penelitian ini terletak pada dampak jangka panjang fenomena tersebut terhadap dinamika sosial dan demografis masyarakat Indonesia, khususnya di wilayah Sulawesi Selatan seperti Parepare. Penundaan atau penolakan pernikahan dapat memengaruhi tingkat kelahiran, stabilitas keluarga, dan kesejahteraan psikologis generasi muda.⁵ Selain itu, paparan intensif terhadap media sosial seperti TikTok dan Instagram yang sering menampilkan narasi negatif tentang pernikahan (konflik rumah tangga, perselingkuhan, atau beban finansial) memperkuat persepsi "*Marriage is Scary*", sehingga

¹ Imam Taufiqurrahman, "PERSEPSI MAHASISWA GEN-Z TERHADAP KONTEN STANDAR TIKTOK 'MARRIAGE IS SCARY'(Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember Angkatan 24)," *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial* 11, no. 6 (2025): 121–30.

² Fajar, "Angka Pernikahan Di Indonesia Turun Drastis, Kemenag Imbau Generasi Muda," 2025.

³ Karimah Karimah, "Literasi Pendidikan PraNikah Di Tengah Kecenderungan Married Is Scary: Kajian Netizen Tik Tok," *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi* 2, no. 2 (2025): 96–106.

⁴ Author, "Observasi Mahasiswa Dan Mahasiswi IAIN Parepare" (Parepare, 2025).

⁵ Nabila Atika Ajra, Mela Desina, and Yuliana Intan Lestari, "Shifts in Modern Commitment: The Phenomenon of Fear of Marriage and Childfree from an Evolutionary Psychology Perspective," *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 3, no. 5 (2025): 521–29.

menurunkan kesiapan pernikahan.⁶ Di konteks mahasiswa IAIN Parepare, isu ini semakin mendesak karena institusi pendidikan tinggi Islam seharusnya menjadi agen pembentuk pandangan positif terhadap pernikahan, namun justru dihadapkan pada tantangan modern seperti gamophobia (ketakutan berlebih terhadap komitmen).

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji fenomena serupa. Misalnya, studi fenomenologi tentang "*Marriage is Scary*" pada generasi Z secara umum menemukan bahwa faktor sosial, budaya, dan teknologi (khususnya media sosial) membentuk persepsi negatif terhadap pernikahan, dengan penurunan minat menikah akibat paparan konten negatif.⁷ Penelitian lain di kalangan mahasiswi atau generasi Z di berbagai daerah (seperti Pekalongan, Binjai, atau Banjarmasin) menyoroti pengaruh media sosial terhadap persepsi pernikahan, di mana narasi tentang kegagalan rumah tangga dan tekanan patriarki menjadi pemicu utama ketakutan.⁸ Namun, penelitian-penelitian tersebut masih bersifat umum dan jarang fokus pada konteks mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam seperti IAIN Parepare, di mana nilai-nilai agama dapat menjadi moderator terhadap pengaruh psikososial dan media sosial.

Novelty penelitian ini terletak pada fokus spesifik terhadap mahasiswa IAIN Parepare sebagai representasi generasi Z Muslim di daerah semi-urban Sulawesi Selatan, yang mengintegrasikan analisis dampak psikososial (seperti kecemasan dan gamophobia) dengan pengaruh media sosial terhadap kesiapan pernikahan. Penelitian ini tidak hanya menggambarkan fenomena, tetapi juga mengeksplorasi interaksi antara nilai Islam tradisional dengan narasi digital modern, yang belum banyak dikaji secara mendalam di konteks lokal ini.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis fenomena "*Marriage is Scary*" pada kalangan mahasiswa IAIN Parepare, khususnya dampak faktor psikososial dan media sosial terhadap kesiapan pernikahan generasi Z, serta memberikan rekomendasi untuk pendidikan pra-nikah yang lebih kontekstual di lingkungan perguruan tinggi Islam.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian hukum empiris (sosiologis) yang berfokus pada fenomena sosial "*Marriage is Scary*" di kalangan mahasiswa. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif-analitik, bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara mendalam persepsi mahasiswa, faktor psikososial, serta pengaruh media sosial terhadap kesiapan pernikahan generasi Z. Pendekatan ini dipilih karena sifat

⁶ Nabila Salsabila, "Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial Dengan Kecemasan Terhadap Pernikahan Pada Generasi Z Di Fakultas Psikologi UNISSULA Angkatan 2021" (Universitas Islam Sultan Agung, 2025), <https://repository.unissula.ac.id/id/eprint/41959>.

⁷ Hawa Mutiara Satriyanto and Witia Oktaviani, "Analisis Dampak Fenomena 'Marriage Is Scary' Terhadap Minat Menikah Di Kecamatan Serang Baru, Bekasi," *Al-Mabsut: Jurnal Studi Islam Dan Sosial* 19, no. 2 (2025), <https://doi.org/10.56997/almabsut.v19i2.2392>.

⁸ Dwi Oktaviani, "ANALYSIS OF THE MARRIAGE IS SCARY PHENOMENON AMONG GENERATION Z," *Sahaja: Journal Sharia and Humanities* 4, no. 1 (2025): 422-39.

fenomena yang diteliti bersifat subjektif dan kontekstual, melibatkan pengalaman hidup serta interaksi sosial mahasiswa dalam lingkungan perguruan tinggi keagamaan Islam.

Metode pendekatan yang diterapkan meliputi pendekatan fenomenologis dan sosiologis. Pendekatan fenomenologis dimanfaatkan untuk menggali makna serta pengalaman subjektif mahasiswa terhadap ketakutan pernikahan, sedangkan pendekatan sosiologis digunakan untuk memeriksa interaksi antara faktor psikososial seperti kecemasan komitmen dan gamophobia dengan pengaruh eksternal, termasuk media sosial serta nilai-nilai agama Islam di masyarakat.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari informan melalui wawancara mendalam dan observasi, sementara data sekunder bersumber dari literatur, jurnal, buku, dokumen resmi seperti data BPS tentang angka pernikahan, serta konten media sosial yang terkait dengan fenomena "*Marriage is Scary*".

Pengambilan data dilakukan melalui beberapa teknik, yaitu wawancara semi-struktural mendalam dengan informan kunci untuk menggali persepsi dan faktor penyebab, observasi partisipan terhadap interaksi mahasiswa di kampus serta paparan mereka terhadap media sosial, dan studi dokumen terhadap konten media sosial seperti TikTok dan Instagram serta literatur terkait. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, untuk memilih informan yang representatif, yakni mahasiswa generasi Z yang aktif di media sosial dan menyatakan persepsi negatif terhadap pernikahan.

Objek penelitian adalah fenomena "*Marriage is Scary*" beserta dampak faktor psikososial dan media sosial terhadap kesiapan pernikahan. Subjek penelitian mencakup mahasiswa aktif IAIN Parepare dari generasi Z (usia 18-25 tahun), dengan jumlah informan awal 10-15 orang yang dapat ditambah hingga mencapai saturasi data. Lokasi penelitian adalah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare di Sulawesi Selatan, yang pada tahun 2025 memiliki sekitar 6.956 mahasiswa aktif, sebagai representasi perguruan tinggi keagamaan Islam di wilayah semi-urban.

Teknik analisis data mengikuti model Miles dan Huberman, yang meliputi tahap reduksi data untuk menyaring dan merangkum data relevan, penyajian data dalam bentuk narasi, matriks, atau tema, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi melalui interpretasi temuan dengan triangulasi sumber dan metode guna memastikan keabsahan data. Dengan metode ini, penelitian diharapkan dapat menghasilkan temuan yang mendalam dan kontekstual, sekaligus menjadi dasar bagi rekomendasi pendidikan pra-nikah yang lebih sesuai di lingkungan kampus Islam.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Manifestasi Fenomena "*Marriage is Scary*" dalam Persepsi dan Sikap Mahasiswa IAIN Parepare terhadap Institusi Pernikahan

Fenomena "*Marriage is Scary*" bermanifestasi secara nyata di kalangan mahasiswa IAIN Parepare melalui persepsi bahwa pernikahan merupakan beban berat yang mengancam kebebasan pribadi dan stabilitas emosional.⁹ Banyak mahasiswa generasi Z di kampus ini mengungkapkan ketakutan terhadap komitmen jangka panjang, di mana pernikahan dipandang sebagai sumber potensial konflik, hilangnya otonomi, dan tanggung jawab yang membebani. Sikap mereka tercermin dalam penundaan rencana menikah hingga setelah karir mapan atau bahkan penolakan total terhadap institusi pernikahan.¹⁰

Meskipun dalam lingkungan perguruan tinggi keagamaan Islam yang menekankan pernikahan sebagai sunnah dan penyempurna agama, mahasiswa sering menyatakan bahwa pernikahan "menakutkan" karena risiko kegagalan yang tinggi, sebagaimana tren nasional di mana generasi Z lebih memprioritaskan pengembangan diri daripada ikatan rumah tangga.¹¹ Manifestasi ini terlihat dari narasi sehari-hari di kampus, di mana diskusi informal sering menyentuh tema trauma perceraian orang tua atau pengalaman negatif dari lingkungan sekitar, sehingga memperkuat sikap skeptis terhadap pernikahan sebagai institusi yang ideal.¹²

Fenomena "*Marriage is Scary*" yang berkembang di kalangan mahasiswa IAIN Parepare merepresentasikan gejala sosial kompleks yang mencerminkan ketegangan fundamental antara nilai-nilai keagamaan Islam yang menganjurkan pernikahan sebagai ibadah dan realitas sosial-ekonomi-digital kontemporer yang mendorong generasi muda menunda atau menghindari komitmen pernikahan. Manifestasi ini bukan sekadar ekspresi emosional individual, melainkan konstruksi sosial terstruktur yang diperkuat oleh algoritma media sosial, pengalaman trauma keluarga, ketidakpastian ekonomi, dan norma budaya patriarki yang masih dominan.¹³ Di IAIN Parepare khususnya, fenomena ini menghadirkan paradoks unik: di lingkungan pendidikan keagamaan yang menekankan pernikahan sebagai sunnah dan penyempurna agama, mahasiswa justru mengekspresikan ketakutan mendalam terhadap institusi yang sama.

Mahasiswa IAIN Parepare mempersepsikan pernikahan melalui lensa ambivalen yang menggabungkan pengakuan nilai spiritual dengan kekhawatiran substansial terhadap risiko praktis. Persepsi negatif yang dominan memandang pernikahan sebagai beban berat yang mengancam tiga dimensi kehidupan sekaligus: kebebasan pribadi, stabilitas

⁹ Natasya Rahmawati, "Fenomena Marriage Is Scary Dan Dampaknya Terhadap Kesiapan Menikah Mahasiswa Generasi Z: Studi Pada Mahasiswa Jurusan Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah IAIN Ponorogo Perspektif Interaksionisme Simbolik" (Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, 2025), <http://etheses.iainponorogo.ac.id/id/eprint/32418>.

¹⁰ Author, "Wawancara Mahasiswa Dan Mahasiswi IAIN Parepare" (Parepare, 2025).

¹¹ Rindi Yani, "Tren Ketakutan Menikah (*Marriage Is Scary*) Di Kalangan Generasi Z Pengguna Aplikasi TikTok Perspektif Saddu Al-Dhari'ah" (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2025), <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/80447>.

¹² Muhammad Iqbal, *Psikologi Pernikahan: Menyelami Rahasia Pernikahan* (Gema Insani, 2020).

¹³ Muhamad Fadeli, *Filsafat Komunikasi: Konstruksi Makna Digital* (Jakad Media Publishing, 2025).

emosional, dan kemandirian finansial.¹⁴ Ketakutan akan komitmen jangka panjang menjadi tema sentral, dengan mahasiswa mengidentifikasi potensi konflik rumah tangga, hilangnya otonomi, dan tanggung jawab yang membebani sebagai risiko utama.¹⁵

Persepsi ini terbentuk melalui akumulasi paparan narasi negatif yang diterima mahasiswa sejak dulu. Diskusi informal di lingkungan kampus secara konsisten menyentuh tema-tema trauma perceraian orang tua, pengalaman kekerasan dalam rumah tangga dari anggota keluarga, dan kegagalan pernikahan dalam lingkungan sekitar. Pengalaman observasional ini menciptakan skema kognitif di mana pernikahan diidentifikasi sebagai institusi dengan risiko kegagalan yang inherent dan tinggi.

Aspek gender memainkan peran penting dalam membentuk persepsi ini. Mahasiswa perempuan khususnya mengekspos kekhawatiran tentang ketimpangan gender, beban domestik ganda, kehilangan aspirasi karir, dan kekerasan berbasis gender dalam konteks pernikahan.¹⁶ Mereka memahami pernikahan tidak hanya sebagai ikatan emosional, tetapi sebagai sistem hukum yang mengalokasikan beban tanggung jawab secara asimetris, dengan implikasi jangka panjang pada otonomi dan kesejahteraan mereka.¹⁷

Manifestasi sikap negatif terhadap pernikahan muncul dalam bentuk penundaan aktif dan pengambilan keputusan yang strategis. Berdasarkan survei Populix 2023, 61% mahasiswa Gen Z menyatakan tidak ingin menikah dalam waktu dekat, dan 21% mengaku tidak memiliki rencana menikah sama sekali.¹⁸ Penundaan ini bukan merupakan ketidaktahuan terhadap tuntutan sosial atau keagamaan, melainkan keputusan sadar untuk memprioritaskan fase kehidupan alternatif.

Penelitian menunjukkan bahwa 64,8% Gen Z menunda pernikahan untuk fokus pada pendidikan dan karir, sementara motivasi lain termasuk pencapaian finansial yang stabil, pembangunan identitas diri, dan pengembangan kapabilitas profesional.¹⁹ Penundaan ini diartikulasikan bukan sebagai penolakan terhadap nilai-nilai Islam yang menganjurkan pernikahan, tetapi sebagai interpretasi kontekstual terhadap ajaran hadis yang menekankan pentingnya kesiapan sebelum mengambil tanggung jawab.²⁰ Di IAIN Parepare khususnya, terdapat fenomena unik di mana meskipun institusi menekankan kesiapan

¹⁴ Angela Florida Mau, "Tantangan Perkawinan Di Tengah Perubahan Sosial: Perspektif Keluarga Kontemporer," *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan* 3, no. 1 (2025): 91–107.

¹⁵ S S Pormadi Simbolon and M Fil, *Pemikiran Zygmunt Bauman: Problematika Dan Prospek Kehidupan Terfragmentasi Masyarakat Posmodern* (PT Kanisius, n.d.).

¹⁶ Kurrota Aini, *Perkembangan Gender Dalam Perspektif Psikologi-Jejak Pustaka* (Jejak Pustaka, 2024).

¹⁷ Moh Rosil Fathony, "Forms of Husband and Wife Relationships in the Context of Differences in Economic Status and Their Impact on Household Harmony (Case Study in Masbagik District, East Lombok Regency)," *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies* 8, no. 1 (2025): 758–72.

¹⁸ Runita Agustia Putri, "Gen Z Memilih Untuk Menunda Nikah: Sudut Pandang Generasi Z Terhadap Pernikahan," 2025.

¹⁹ Herliana Riska and Nur Khasanah, "Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z," *Indonesian Health Issue* 2, no. 1 (2023): 48–53, <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.44>.

²⁰ Daru Prayitno and A Kumedi Ja'far, "Interpretasi Hukum Islam Terhadap Tren Menunda Pernikahan: Perspektif Hukum Keluarga Dan Tantangan Sosial," *Bulletin of Islamic Law* 2, no. 1 (2025): 21–28.

mental-finansial sebelum menikah melalui sosialisasi pencegahan pernikahan dini, mahasiswa menginterpretasikan pesan ini sebagai validasi untuk menunda pernikahan hingga kondisi ideal tercapai. Penelitian terhadap mahasiswa IAIN Parepare di Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Islam menemukan hanya beberapa mahasiswa yang menikah pada masa studi dari seluruh fakultas, jumlah yang sangat rendah dan mengindikasikan pergeseran norma di antara mahasiswa institusi keagamaan.

Faktor-Faktor Pendorong "*Marriage is Scary*"

A. Faktor Ekonomi dan Ketidakpastian Finansial

Ketidakpastian ekonomi merupakan faktor dominan dalam mendorong fenomena ini, berkontribusi 31,99% dari total penyebab ketakutan menikah.²¹ Mahasiswa menghadapi konteks ekonomi yang kompleks: biaya hidup yang terus meningkat, ketidakstabilan lapangan kerja lulusan, dan norma budaya yang menuntut calon suami memiliki kapabilitas finansial yang mapan sebelum menikah.²² Penelitian menunjukkan bahwa 9 dari 10 pemuda menganggap stabilitas finansial sebagai syarat penting sebelum menikah, dan sebagian besar menunda pernikahan hingga usia 25-30 tahun ketika mereka memperkirakan telah mencapai independensi finansial.

Dimensi ekonomi ini berkembang menjadi kekhawatiran yang lebih dalam tentang kemampuan untuk menafkahi keluarga secara layak, memberikan pendidikan berkualitas untuk anak-anak, dan menghindari terperangkap dalam siklus kemiskinan yang mereka saksikan di sekitar mereka. Banyak mahasiswa mengartikulasikan prinsip etis bahwa menikah tanpa persiapan finansial equivalent dengan melakukan dosa, mengacu pada hadis Nabi tentang tanggung jawab menafkahi keluarga.

B. Trauma Persepsi Keluarga dan Pengalaman Mendalam

Pengalaman keluarga masa lalu menjadi determinan psikologis yang signifikan dalam membentuk ketakutan pernikahan. Mahasiswa yang menyaksikan perceraian orang tua, kekerasan dalam rumah tangga, atau dinamika pernikahan yang tidak sehat mengembangkan apa yang dalam literatur psikologi disebut "gamophobia" – ketakutan berlebihan terhadap pernikahan.²³ Trauma ini tidak bersifat kognitif abstrak, melainkan embodied experience yang menciptakan asosiasi emosional negatif dengan institusi pernikahan.

Penelitian menemukan bahwa paparan traumatis terhadap perceraian parental, kekerasan fisik atau emosional dalam rumah tangga, dan pengabaian emosional menciptakan model mental di mana pernikahan dikaitkan dengan kepedihan,

²¹ M Faesal Fakih and Budiawan A Sidik, "Fenomena Generasi Muda Lebih Takut Miskin Daripada Takut Tidak Menikah," *Kompas.Id*, 2025, <https://www.kompas.id>.

²² Hanan Nahda et al., "Analisis Pemahaman Mahasiswa Terhadap Konsep Kesiapan Pernikahan," *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 10, no. 1 (2024): 1–21.

²³ Udi Rosida Hijrianti et al., *Psikologi Keluarga Kontemporer: Dinamika, Tantangan, Dan Intervensi Di Era Digital* (PT. Green Pustaka Indonesia, 2025).

ketidakberdayaan, dan trauma lintas-generasi. Mahasiswa sering mengekspresikan kekhawatiran bahwa mereka akan mengulangi pola keluarga asal mereka, menciptakan anxiety yang self-perpetuating tentang kesiapan mereka untuk menikah dengan cara yang sehat.

C. Pengaruh Media Sosial dan Konstruksi Digital

Media sosial, khususnya TikTok, berperan signifikan dalam mediasi dan amplifikasi ketakutan terhadap pernikahan. Platform ini menggunakan algoritma personalisasi yang memperkuat konten sesuai dengan perilaku engagement pengguna, menciptakan "filter bubble" di mana mahasiswa terus-menerus terpapar dengan narasi negatif tentang pernikahan. Hashtag #marriageisscary menjadi viral dan menjangkau Indonesia, dengan jutaan Gen Z berpartisipasi dalam mengurusi dan membagikan cerita tentang perselingkuhan, KDRT, dan kegagalan pernikahan.²⁴

Fenomena ini diperkuat oleh mekanisme validasi sosial di media sosial: konten yang menerima likes dan shares tinggi adalah konten yang beresonansi dengan pengalaman audiens. Ketika ribuan mahasiswa mengekspresikan ketakutan yang sama dengan narasi yang serupa, ini menciptakan illusion of consensus bahwa ketakutan tersebut merepresentasikan realitas universal tentang pernikahan.²⁵ Perempuan Gen Z khususnya mengonsumsi konten yang menampilkan narasi patriarkal yang merugikan, menampilkan pasangan yang tidak setia, tidak supportif secara emosional-finansial, atau melakukan kekerasan.

Studi ditempat lain terhadap mahasiswa di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menemukan bahwa paparan konten tentang kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di media sosial memicu dua bentuk anxiety: anxiety ringan yang berfungsi sebagai motivasi untuk persiapan diri, dan anxiety sedang yang menghasilkan kecenderungan penundaan pernikahan yang signifikan. Algoritma media sosial tidak hanya menyajikan konten; ia secara aktif membentuk persepsi melalui mekanisme amplifikasi yang kompleks.

D. Realitas Statistik: Perceraian dan Kekerasan dalam Rumah Tangga

Data objektif tentang perceraian dan kekerasan dalam rumah tangga memberikan fondasi faktual untuk ketakutan yang diekspresikan mahasiswa. Pada 2024, terdapat 394.608 kasus perceraian di Indonesia, dengan ratio kritis bahwa 1 dari 4 pernikahan berakhir dengan perceraian. Proporsi perempuan yang mengajukan perceraian mencapai 78,3%, mengindikasikan bahwa perempuan secara signifikan lebih sering inisiatif mengakhiri pernikahan, potensial mengisyaratkan tingkat ketidakpuasan yang tinggi di antara istri.

²⁴ Nuraleina Putri Asyari and Herlina Suksmawati, "Tren 'Marriage Is Scary' Di TikTok: Analisis Resepsi Perempuan Generasi Z," *Jurnal Komunikasi Universitas Garut: Hasil Pemikiran Dan Penelitian* 11, no. 2 (2025), <https://doi.org/10.52434/jk.v11i2.42714>.

²⁵ Suparman Abdullah et al., *Perilaku Dan Aktualisasi Mahasiswa Di Era Digital Dan Media Sosial* (Unhas Press, 2024).

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) mencapai 28.789 total kasus pada 2024, dengan mayoritas korban perempuan (24.793 kasus), mencerminkan tingkat kekerasan gender yang substansial. Data bulanan menunjukkan rata-rata >1000 kasus KDRT per bulan, dengan rekor tertinggi di Juli 2025 mencapai 1.395 kasus baru.²⁶ Statistik ini bukan abstraksi untuk mahasiswa; mereka melihat kasus-kasus spektakuler yang dipublikasikan di media sosial – ibu yang melakukan infantisida setelah gangguan mental akibat tekanan pernikahan, kasus mutilasi yang menggambarkan kekerasan ekstrem – yang mengkonfirmasi narasi ketakutan mereka.

Mahasiswa IAIN Parepare, sebagai individu yang tumbuh dalam era globalisasi digital sambil mempertahankan identitas keagamaan Islam, menghadapi konflik nilai yang kompleks antara sistem nilai tradisional dan modern. Norma patriarki yang masih dominan dalam masyarakat Indonesia membuat pernikahan dipandang sebagai institusi yang mengalokasikan tanggung jawab secara asimetris, dengan beban yang tidak proporsional pada perempuan. Ekspektasi tradisional bahwa perempuan akan mengambil peran sebagai istri rumah tangga, ibu, dan pendukung emosional bertentangan dengan aspirasi modern untuk kemandirian, aktualisasi diri, dan karir profesional.

Penelitian menemukan bahwa mahasiswa Muslim Gen Z mengartikulasikan kesadaran bahwa adat tradisional yang mengiringi pernikahan – mulai dari biaya walimahan yang mahal hingga ekspektasi terhadap peran gender tertentu – menambah burden finansial dan psikologis pernikahan. Tradisi ini dipersepsikan bukan hanya sebagai praktik budaya, melainkan sebagai sistem yang memperkuat ketimpangan gender dan menciptakan tekanan yang tidak proporsional.

Teori Kesadaran Budaya (Sue & Sue) memberikan kerangka untuk memahami fenomena ini bukan sebagai patologi individual, melainkan sebagai respon rasional terhadap konflik antara dua sistem nilai yang legitimate: nilai tradisional yang menjunjung tinggi pernikahan sebagai pencapaian hidup, dan nilai modern yang memprioritaskan kemandirian, self-actualization, dan relationship authenticity.²⁷ Mahasiswa mengalami tension yang genuine antara ingin menjalankan ajaran agama mereka dan ingin menjalani kehidupan yang autentik sesuai dengan nilai-nilai personal mereka.

IAIN Parepare mempresentasikan paradoks yang instruktif untuk analisis fenomena *Marriage is Scary*. Sebagai institusi pendidikan tinggi Islam yang secara eksplisit mengajarkan bahwa pernikahan adalah sunnah Nabi yang mulia dan penyempurna agama, Kampus ini juga menjalankan program-program sosialisasi tentang pentingnya kesiapan emosional, finansial, dan mental sebelum menikah. Mahasiswa KKN (Kuliah Kerja Nyata), Pengabdian masyarakat oleh Dosen dan Himpunan Mahasiswa Program Studi IAIN Parepare secara aktif melakukan pendataan dan sosialisasi tentang bahaya pernikahan dini

²⁶ T P Kurnianingrum, "Urgensi Perlindungan Terhadap Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga," *Info Singkat* 17, no. 1 (2025): 1-5.

²⁷ Ferdy Kusno, *Kebudayaan Dalam Lensa Sosiologi* (Penerbit Adab, 2023).

di masyarakat luas, mengidentifikasi faktor-faktor seperti tekanan ekonomi, pendidikan rendah, dan kurangnya pemahaman hak-kewajiban rumah tangga sebagai hambatan terhadap pernikahan yang sehat.

Pesan ini, meskipun dimaksudkan untuk mencegah pernikahan dini yang merugikan, dipersepsikan oleh sebagian mahasiswa sebagai validasi institusional untuk menunda pernikahan hingga kondisi ideal tercapai.²⁸ Dalam konteks di mana kondisi ideal – stabilitas finansial yang mapan, kematangan emosional penuh, pendidikan tinggi yang selesai – terus bergeser seiring dengan dinamika pasar kerja dan ekspektasi sosial yang meningkat, pesan pencegahan ini secara paradoks menjadi pesan penunda-an tanpa batas.

Studi case terhadap beberapa mahasiswa Fakultas Syariah dan Ilmu Hukum Islam IAIN Parepare yang menikah pada masa studi menunjukkan bahwa mereka menggunakan strategi adaptif: introspeksi diri, komunikasi intens dengan pasangan, saling percaya, saling memahami, dan prinsip musyawarah untuk membangun keluarga sakinah (keluarga yang penuh kedamaian). Namun, angka yang sangat kecil ini – hanya beberapa mahasiswa dari seluruh fakultas – mengindikasikan bahwa pesan tentang kesiapan telah berhasil, mungkin terlalu berhasil, dalam mencegah mahasiswa mengambil keputusan menikah.

Menariknya, penelitian menemukan bahwa mahasiswa Muslim Gen Z tidak menolak keseluruhan nilai agama tentang pernikahan, melainkan mengembangkan interpretasi yang lebih kontekstual dan fleksibel. Berdasarkan analisis terhadap pandangan mahasiswa, terdapat tiga kelompok pemikiran utama:

Kelompok Pertama (Tradisional): Kelompok minoritas yang memandang pernikahan sebagai kewajiban moral dan pengamalan ajaran Islam yang harus segera dijalankan, berpegang pada pemahaman bahwa menikah adalah sunnah Nabi yang fundamental.

Kelompok Kedua (Mayoritas): Kelompok mayoritas yang melihat pernikahan sebagai keputusan yang memerlukan pertimbangan matang, tidak menolak anjuran Islam tetapi menekankan kesiapan finansial, emosional, dan psikologis sebagai prasyarat.²⁹ Kelompok ini mengutip hadis tentang tanggung jawab menafkahi keluarga dan hadis tentang prinsip kemudahan dalam Islam (tidak memaksa diri melampaui kemampuan) sebagai dasar interpretasi mereka.

Kelompok Ketiga (Kritis-Budaya): Kelompok yang menganalisis pernikahan dari sudut pandang budaya dan sosial, mempertanyakan ekspektasi tradisional dan menekankan pentingnya kesetaraan gender dan otonomi personal.

Fleksibilitas ini dalam interpretasi hukum keluarga Islam sesungguhnya sejalan dengan tradisi fikih Islam yang memungkinkan hukum pernikahan berbeda-beda (wajib,

²⁸ Fauzie Rahman et al., *MEMBANGUN KESIAPAN REMAJA: STRATEGI PENDEWASAAN USIA PERNIKAHAN* (Uwais Inspirasi Indonesia, 2025).

²⁹ Nabila Zahwa Aldisa, "The Early Marriage From The Perspective Of Islamic Law And Its Impact," *Qanuni: Journal of Indonesian Islamic Family Law* 3, no. 01 (2025): 41–58.

sunnah, makruh, haram) tergantung pada kapabilitas individual dan konteks hidupnya. Mahasiswa memanfaatkan fleksibilitas ini secara intelektual untuk merekonsiliasi ketegangan antara nilai agama dan realitas sosial-ekonomi mereka.

Penelitian terhadap mahasiswa Gen Z di institusi pendidikan keagamaan menunjukkan bahwa ketakutan terhadap pernikahan tidak selalu menghasilkan pasivitas atau keputusan definitif untuk tidak menikah. Sebaliknya, banyak mahasiswa mengembangkan strategi adaptif dan reflektif:

Penguatan Pengetahuan dan Kesiapan Mental: Mahasiswa secara aktif mencari informasi tentang dinamika pernikahan yang sehat, hak-kewajiban pasangan, dan strategi komunikasi yang efektif.³⁰ **Pemfilteran Konten Digital:** Mahasiswa menjadi lebih sadar tentang algoritma media sosial dan secara aktif membatasi paparan konten negatif, mengikuti akun yang menyediakan perspektif seimbang tentang pernikahan.

Diskusi dengan Figur Terpercaya: Mahasiswa membawa kekhawatiran mereka kepada orang tua, mentor akademik, atau konselor, mencari perspektif yang lebih bermuansa daripada yang disajikan media sosial. **Pengaturan Ekspektasi Realistik:** Mahasiswa mengembangkan pemahaman bahwa pernikahan tidak perlu sempurna, tetapi memerlukan komitmen, komunikasi, dan kerja sama untuk mengatasi tantangan. **Selektivitas dalam Memilih Pasangan:** Ketakutan menghasilkan standar yang lebih tinggi dalam pemilihan pasangan, dengan fokus pada nilai-nilai shared, komunikasi yang sehat, dan komitmen terhadap kesetaraan.

Strategi ini mengindikasikan bahwa fenomena "*Marriage is Scary*" tidak harus dipahami semata-mata sebagai krisis atau patologi sosial, melainkan juga sebagai bentuk refleksivitas kritis di mana generasi muda meninjau ulang institusi sosial dengan standar yang lebih tinggi.

Fenomena "*Marriage is Scary*" di IAIN Parepare dan lebih luas di kalangan mahasiswa Muslim Indonesia merepresentasikan gejala sosial kompleks yang mencerminkan pergeseran fundamental dalam cara generasi muda memahami komitmen, tanggung jawab, dan otonomi personal. Manifestasi ini tidak dapat dijelaskan oleh faktor tunggal, melainkan oleh konvergensi antara faktor psikologis (trauma keluarga), ekonomi (ketidakpastian finansial), sosial-budaya (norma patriarki), teknologi (algoritma media sosial), dan religius (interpretasi agama yang berkembang).

Aspek yang paling signifikan adalah bahwa fenomena ini muncul justru di institusi pendidikan keagamaan, mengindikasikan bahwa ajaran agama tentang kesiapan dan tanggung jawab, meskipun bertujuan baik untuk mencegah pernikahan yang merugikan, secara paradoks telah diinterpretasi oleh mahasiswa sebagai dukungan untuk penundaan

³⁰ Ainul Yakin and Syamsul Ma'arif, "Ketimpangan Hak Dan Kewajiban Pasangan Mahasiswa Prespektif Kompilasi Hukum Islam: Studi Kasus Pasangan Suami Istri Mahasiswa Universitas Nurul Jadid," *USRAH: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 6, no. 2 (2025): 193–208.

pernikahan tanpa batas. Tren penurunan angka pernikahan Indonesia dari 1,9 juta (2022) menjadi 1,478 juta (2024) bukan sekadar statistik, melainkan manifestasi dari pergeseran fundamental dalam pola keputusan hidup generasi muda.

Namun, penelitian juga menunjukkan bahwa strategi adaptif mahasiswa mengindikasikan bahwa fenomena ini tidak perlu dipandang semata-mata sebagai krisis, tetapi juga sebagai kesempatan untuk reimagine institusi pernikahan dengan standar yang lebih tinggi untuk kesetaraan, komunikasi, dan persiapan emosional-finansial yang matang. Mahasiswa tidak menolak nilai pernikahan; mereka menuntut bahwa institusi ini direformasi agar lebih sejalan dengan nilai-nilai kontemporer tentang kemandirian, otonomi, dan human dignity.

Faktor Psikososial Utama yang Berkontribusi terhadap Rendahnya Kesiapan Pernikahan di Kalangan Mahasiswa Generasi Z IAIN Parepare

Rendahnya kesiapan pernikahan di kalangan mahasiswa Generasi Z IAIN Parepare merepresentasikan manifestasi kompleks dari multiple psychosocial factors yang bekerja secara sinergis dan interdependen. Penelitian komprehensif terhadap mahasiswa Muslim di institusi keagamaan ini mengungkapkan bahwa tidak ada satu faktor tunggal yang menjelaskan fenomena ini, melainkan konvergensi antara lima dimensi psikososial utama: commitment anxiety (kecemasan komitmen), gamophobia (ketakutan berlebih terhadap pernikahan), fear of lost freedom (ketakutan kehilangan kebebasan pribadi), trauma dari pengalaman negatif keluarga, dan tekanan ekonomi yang sistemik.³¹ Yang paling signifikan adalah bahwa faktor-faktor ini tidak bersifat individual-psychological semata, melainkan deeply embedded dalam konteks sosial-budaya, ekonomi struktural, dan lingkungan media digital yang dialami mahasiswa secara simultan.

Kecemasan terhadap komitmen (commitment anxiety) merupakan faktor psikologis yang paling mendasar dan menjadi determinan utama dalam kesiapan pernikahan mahasiswa Gen Z. Commitment anxiety mengacu pada kekhawatiran eksistensial akan ketidaksesuaian personal, ketidakpuasan relasional jangka panjang, dan tanggung jawab yang inexorably bertambah ketika seseorang memasuki ikatan pernikahan. Fenomena ini manifesto dalam tiga dimensi simultan yang saling memperkuat: dimensi kognitif (pikiran negatif tentang kegagalan pernikahan), dimensi emosional (rasa cemas, takut, ragu-ragu yang mendalam), dan dimensi fisiologis (respon tubuh terhadap tekanan psikologis yang materialisasi dalam gejala somatic).

Dalam konteks mahasiswa IAIN Parepare khususnya, commitment anxiety tidak hanya bersifat theoretical abstraction, melainkan lived experience yang diartikulasikan melalui discourse yang konsisten dalam interaksi informal di kampus. Mahasiswa secara regular mengekspresikan kekhawatiran bahwa menikah berarti "memberikan seluruh diri

³¹ Sofi Fauziyah et al., "(Studi Kajian Tematik) SOLUSI FENOMENA 'MARRIAGE IS SCARY' PERSPEKTIF AL QUR'AN: Studi Kajian Tematik," *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 10, no. 01 (2025): 237–52.

kepada satu orang", suatu konsep yang dipersepsikan sebagai antithetical terhadap nilai individualism dan self-actualization yang mereka internalisasi melalui exposure terhadap media global dan educational discourse tentang pengembangan diri.

Survei terhadap mahasiswa Gen Z secara nasional mengungkapkan bahwa hanya 73,7% yang bersedia mempertimbangkan pernikahan, 21,2% mungkin mempertimbangkan, dan 5,3% secara tegas menolak.³² Proporsi ketiga ini mereka yang secara eksplisit menolak pernikahan merepresentasikan ekstremitas dari commitment anxiety spectrum, di mana kekhawatiran terhadap komitmen bukan lagi ambivalence melainkan conviction yang solid untuk menghindari institusi tersebut.

Gamophobia istilah yang berasal dari kata Yunani "gamos" (pernikahan) dan "phobos" (rasa takut mendalam) merepresentasikan fenomena psikologis yang lebih ekstrem dibanding commitment anxiety biasa.³³ Jika commitment anxiety adalah kekhawatiran rasional terhadap tantangan pernikahan, gamophobia adalah ketakutan irrational dan berlebihan yang menciptakan aversion patterns yang menghalangi individuals dari bahkan mempertimbangkan pernikahan sebagai opsi kehidupan yang viable.

Penelitian klinis di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendokumentasikan bahwa gamophobia di kalangan Gen Z bukan sekadar emotional anxiety, melainkan structured phobia dengan karakteristik diagnostik yang jelas: kekhawatiran terhadap ikatan pernikahan dan aspectnya, anxiety akan bertambahnya beban tanggung jawab, dan kesulitan menjalin hubungan yang intimate. Mereka yang mengalami gamophobia secara konsisten mengartikulasikan persepsi bahwa "menikah hanya akan menambah masalah baru yang tidak dapat diselesaikan", suatu belief yang bersifat deeply ingrained and resistant terhadap rational counter-arguments.

Aspek yang particularly relevant untuk konteks IAIN Parepare adalah bahwa gamophobia ini frequently emerges dari observasi terhadap failed marriages di lingkungan sekitar, bukan dari abstract philosophical concerns tentang marriage institution. Mahasiswa sering menceritakan kasus-kasus concrete dari perceraian tetangga, keluarga extended, atau teman, menciptakan basis empirical dari perspektif mereka untuk ketakutan terhadap pernikahan sebagai inherently fragile structure. Media sosial kemudian mengamplifikasi narratives ini melalui algorithmic amplification, sehingga setiap story tentang marital failure mendapatkan visibility yang disproportionate terhadap marital success stories.

Satu dari tiga mahasiswa Gen Z yang diteliti mengidentifikasi "ketakutan akan kehilangan kebebasan pribadi" sebagai alasan utama penundaan atau penghindaran pernikahan. Ketakutan ini bukan merupakan articulation dari desire untuk promiscuity

³² Kania Dewi Tirta and Sinta Nur Arifin, "Studi Fenomenologi: Marriage Is Scary Pada Generasi Z," *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 8, no. 3 (2025), <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>.

³³ Nurfadiana Nurfadiana, "Analisis Fenomena Gamophobia Pada Generasi Muda Perspektif Maqāṣid Al-Syarī'ah: Studi Kasus Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto" (Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri, 2025), <http://repository.uinsaizu.ac.id/id/eprint/30178>.

atau moral transgression; melainkan fear yang sophisticated dan culturally-informed bahwa pernikahan dalam konteks budaya Indonesia yang masih patriarchal akan membatasi autonomy mereka dalam cara-cara yang fundamental.

Perempuan Gen Z khususnya mengekspresikan specific anxieties yang rooted dalam observasi terhadap mothers, aunts, dan female relatives mereka: "Bagaimana jika dia nggak mau ngurus anak sama-sama karena menganggap itu tugas seorang ibu?", "Bagaimana jika aku nggak dibolehkan kerja dan cuma boleh di rumah aja?", "Bagaimana jika keluarganya selalu menyalahkan aku kalau ada masalah?" Kekhawatiran-kekhawatiran ini bukan product dari Western feminist ideology yang diasimilate tanpa critical engagement; melainkan rational extrapolations dari patriarchal gender dynamics yang masih dominant dalam masyarakat Indonesia dynamics yang mereka saksikan dan sometimes personally experience dalam keluarga asal mereka.

Fenomena ini berkorelasi dengan penelitian yang menunjukkan bahwa Gen Z lebih menghargai kebebasan dan fleksibilitas dalam berbagai aspek kehidupan. Mereka memilih konsep pernikahan yang lebih egalitarian seperti mingle party weddings yang menghindari formalitas dan hierarchical structures sebagai reflection dari nilai-nilai deeper tentang kebebasan dan inclusivity yang mereka junjung tinggi.³⁴ Dengan konteks ini, pernikahan tradisional dipersepsikan bukan hanya sebagai komitmen emosional, melainkan sebagai institutional constraint yang akan fundamentally alter trajectory dari kehidupan mereka.

Pengalaman traumatis di keluarga asal khususnya persaksian terhadap perceraian orang tua, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), atau dysfunction relasional yang chronic merepresentasikan salah satu faktor psikologis paling powerful dalam menentukan fear of marriage di kalangan Gen Z. Tidak berbeda dengan mekanisme pembentukan trauma pada umumnya, anak yang menyaksikan orang tuanya tidak lagi saling mencintai, atau yang mengalami KDRT di rumah mereka sendiri, mengembangkan schema kognitif yang deeply ingrained tentang pernikahan sebagai institusi yang inevitably leads kepada penderitaan.

Dalam kasus Nawa yang dikaji dalam literatur psikologi kognitif, seorang perempuan berusia 22 tahun dari keluarga broken home mengekspresikan keputusan sederhana namun profound: "Aku tidak akan menikah". Keputusan ini bukan hasil dari rational deliberation tentang pros and cons pernikahan; melainkan protective mechanism yang dikembangkan berdasarkan asosiasi emosional antara pernikahan dan kepedihan, antara commitment and conflict. Setiap pertengkaran antara orang tuanya, setiap momen ketakutan akan perceraian, telah menyebabkan neurological imprinting yang membuat pernikahan sebagai cue untuk anxiety response yang automatic and habitual.

Penelitian terhadap perempuan dewasa awal dari keluarga bercerai mengungkapkan dua mekanisme adaptif yang distinctly different: Pertama, dystonic isolation (DIS) di mana

³⁴ Devalucia Dwi Anggraeny, *Pernikahan Generasi Millennial; Seni Pacaran Setelah Menikah* (Elex Media Komputindo, 2017).

fear of marriage bersifat ego-dystonic (tidak aligned dengan self-concept yang desired) dan menciptakan hambatan nyata terhadap marriage readiness. Individu dalam kategori ini menginginkan keluarga, namun anxiety mereka menjadi barrier yang sulit diatasi. Kedua, syntonic isolation (SIS) di mana isolasi dari pernikahan menjadi congruent dengan identitas diri, sebagai conscious choice yang diartikulasikan sebagai "saya memilih untuk tidak menikah karena itu lebih selaras dengan nilai-nilai saya". Dalam kasus ini, ketakutan tidak lagi dipersepsikan sebagai pathology melainkan sebagai prudence kehati-hatian rasional dalam menghadapi institusi yang secara statistik memiliki tingkat kegagalan tinggi.

Data dari Indonesia mengkonfirmasi rational basis dari ketakutan ini: pada 2024, terdapat 399.921 kasus perceraian, berarti 1 dari 4 pernikahan berakhir dengan perceraian.³⁵ Statistik ini bukan sekadar abstract number bagi mahasiswa; mereka telah internalisasi fakta ini melalui media sosial, discourse di kampus, dan observasi personal terhadap lingkungan mereka, sehingga ketakutan mereka bersifat grounded dalam empirical reality.

Tekanan ekonomi merupakan faktor yang perhaps paling underestimated dalam diskusi tentang marriage anxiety di kalangan Gen Z, namun dari perspektif mahasiswa sendiri, ini adalah faktor yang most compelling and most immediate. Penelitian longitudinal terbaru oleh Pusat Kajian Demografi Universitas Indonesia (2023-2025) melibatkan 8.400 responden di 12 kota besar mengungkapkan fakta yang incontrovertible: 68% responden berusia 23-35 tahun secara conscious menunda atau bahkan membatalkan rencana pernikahan karena tekanan biaya hidup dan ketidakpastian ekonomi.

Lebih spesifik lagi, ketika diminta untuk mengidentifikasi reason paling berat, jawaban yang paling dominan adalah: "Saya tidak ingin menikah dulu kalau hanya akan membuat pasangan saya ikut menderita secara finansial". Pernyataan ini mengungkapkan ethical dimension dari marriage anxiety yang sering terabaikan: mahasiswa tidak menolak pernikahan karena fear irrational atau commitment phobia semata, melainkan karena commitment ethical terhadap prinsip bahwa menikah tanpa persiapan finansial adalah bentuk dosa suatu kesadaran yang mereka artikulasikan dengan mengutip hadis Nabi tentang tanggung jawab nafkah.

Komponen spesifik dari beban ekonomi ini adalah: Biaya Pernikahan: Rata-rata biaya pernikahan sederhana di kota besar Indonesia mencapai Rp180-250 juta (termasuk resepsi, catering, dokumentasi, sewa gedung), belum termasuk biaya tempat tinggal. Untuk mahasiswa yang 58% dari kelompok usia 25-30 tahun berpenghasilan di bawah Rp10 juta per bulan, angka ini merepresentasikan 18-25 kali dari monthly salary mereka sebuah financial barrier yang essentially insurmountable. Biaya Properti: Bagi mereka yang belum memiliki rumah 41% masih tinggal dengan orang tua atau kontrak kos akuisisi properti

³⁵ Emanuella Bungasmara Ega Tirta, "Fenomena Baru Di RI: Istri Ramai-Ramai Gugat Cerai Suami, Ada Apa?," 2025, <https://www.cnbcindonesia.com/research/20251026105301-128-679268/fenomena-baru-di-ri-istri-ramai-ramai-gugat-cerai-suami-ada-apa>.

menjadi prerequisite untuk menikah menurut norma sosial dan keluarga, namun property prices di urban centers terus meningkat, membuat homeownership semakin distant dream. Ketidakpastian Pekerjaan: 61,7% responden mengidentifikasi ketidakpastian pekerjaan dan penghasilan sebagai concern utama. Dalam era gig economy dan contract work, employment stability adalah luxury yang banyak Gen Z tidak possess, sehingga commitment terhadap marriage yang mengimplisitkan long-term financial obligation menjadi exceptionally risky.

Perspektif Shifted: Perubahan paradigma tentang pernikahan dari "goal of life" menjadi "shared responsibility requiring strong economic foundation" mengindikasikan bahwa Gen Z tidak menolak marriage values, melainkan demanding higher standards of economic readiness sebelum marriage diambil sebagai commitment.

Developmental psychology memberikan konteks penting untuk memahami psychological unreadiness mahasiswa Gen Z terhadap pernikahan. Pada fase life stage ini, mahasiswa sedang actively mengkonstruksi identitas pribadi dan sosial mereka, suatu developmental task yang competing dengan demands dari pernikahan.³⁶ Erikson's theory about identity formation menunjukkan bahwa individu dalam tahap ini (young adulthood) memiliki developmental priority yang bertentangan: intimacy vs isolation, namun dalam konteks contemporary, "isolation" sering kali dipilih bukan karena inability untuk form intimate relationships, melainkan karena perceived necessity untuk resolve identity questions terlebih dahulu.

Penelitian menunjukkan bahwa 65% calon pengantin memiliki tingkat kematangan emosional sedang, 25% tinggi, dan 10% rendah. Aspek crucial adalah bahwa kematangan emosional berkontribusi 42% terhadap marriage readiness secara keseluruhan. Individu dengan low emotional maturity yang karakteristikasnya termasuk ketidakkonsistenan emosi saat under pressure, inability untuk manage anger and conflict, and difficulty dalam emotional regulation memiliki substantially higher risk untuk marital failure.

Mahasiswa Muslim Gen Z yang sedang dalam fase pencarian identitas mungkin merasa particularly vulnerable karena mereka harus simultaneously: 1. Establish religious identity sebagai Muslim di era globalization; 2. Negotiate antara traditional Islamic values dan contemporary secular values; 3. Develop professional identity and career aspirations; 4. Navigate romantic relationships. Accumulation dari demands ini menciptakan cognitive load yang signifikan, sehingga commitment terhadap marriage yang mengimplisitkan surrender dari some independence and adoption dari new role dipersepsi sebagai premature and overwhelming.

Mahasiswa IAIN Parepare hidup dalam konteks cultural yang deeply patriarchal, namun simultaneously exposed kepada global discourse tentang gender equality and

³⁶ Dinda Nurviana, "Tantangan Psikososial Quarter-Life Crisis Mahasiswa S2 MIAI UII Tahun Akademik 2022-2024: Studi Implementasi Teori Perkembangan Erik Erikson Dalam Kehidupan Akademik Dan Sosial" (Universitas Islam Indonesia, 2025).

feminist values. Hasil dari tension ini adalah sophisticated awareness terhadap patriarchal constraints yang still embedded dalam Indonesian society dan Islamic cultural practice.

Patriarki dalam rumah tangga Indonesia manifesto dalam: allocation roles yang rigid (perempuan responsible untuk domestic tasks: memasak, membersihkan, merawat anak; laki-laki sebagai sole breadwinner); asymmetric decision-making power (laki-laki mendominasi keputusan rumah tangga); dan gender-based division of labor yang tidak equitable.³⁷ Bagi perempuan Gen Z yang telah internalize egalitarian values through education dan media exposure, prospek masuk ke system seperti ini menciptakan cognitive dissonance dan anxiety yang substantial.

Teori Kesadaran Budaya (Sue & Sue) memberikan framework yang useful untuk memahami ini: ketakutan terhadap pernikahan bukan sekadar psychological disorder, melainkan rational response terhadap conflict antara dua value systems yang legitimate traditional values yang mendorong pernikahan sebagai achievement dan modern values yang memprioritaskan autonomy and self-determination. Mahasiswa bukan irrational dalam ketakutan mereka; mereka adalah rational agents yang weighing actual costs (loss of freedom, risk of KDRT, sacrifice of career) terhadap uncertain benefits (companionship, financial security, social legitimacy).

IAIN Parepare mempresentasikan paradoks yang instruktif. Sebagai institusi pendidikan Islam, Kampus ini secara explicit mengajarkan bahwa pernikahan adalah sunnah Nabi yang mulia dan penyempurna agama (religion is complete only through marriage). Namun, simultaneously, institusi juga menjalankan extensive programs untuk prevent early marriage mahasiswa KKN melakukan outreach tentang dangers of early marriage di masyarakat luas.

Mahasiswa program Hukum Keluarga Islam secara particular menemukan themselves dalam posisi ironis: mereka sedang deep study of Islamic family law yang mengkupas complexities dan challenges dari marital relationships, sering kali dengan case studies dari divorce disputes dan marital conflict yang documented dalam Pengadilan Agama. Exposure ini meskipun academically valuable untuk preparation mereka sebagai future Islamic family law practitioners memiliki unintended effect dari reinforcing narratives tentang marriage sebagai institution full of risk dan difficulty.

Program HMPS HKI IAIN Parepare tentang konseling keluarga dengan tema "Hindari perselisihan, perbanyak solusi, jauhi perceraian" merepresentasikan upaya yang well-intentioned untuk reduce divorce rates and strengthen marital relationships. Namun, pesan ini simultaneously dapat di-interpret oleh mahasiswa sebagai: "marriage adalah keputusan yang harus dipikirkan dengan sangat serius dan hanya boleh dilakukan jika kondisi

³⁷ Muhammad Irfan Firdaus and Lilik Andaryuni, "The Forms of Gender Injustice in Family Relations," *International Journal on Advanced Science, Education, and Religion* 8, no. 2 (2025): 437–44.

sempurna dicapai" suatu interpretation yang paradoxically memperkuat marriage delay attitudes.

Meskipun landscape psychosocial ini formidable, penelitian juga mengungkapkan bahwa mahasiswa Gen Z tidak semata pasif victims dari anxiety dan fear. Banyak yang mengembangkan strategic adaptive mechanisms: Penguatan Pengetahuan: Mahasiswa secara proactive mencari informasi tentang healthy marital dynamics, communication skills, dan conflict resolution strategies. Mereka membaca books, follow social media accounts yang provide balanced perspectives tentang marriage (bukan hanya horror stories), dan discuss dengan mentors yang mereka trust. Selective Media Consumption: Consciously filtering content dari TikTok dan Instagram untuk avoid algorithm-driven exposure terhadap excessive negative narratives.³⁸ Mereka unfollow accounts yang consistently post about marital problems dan follow accounts yang provide encouraging, realistic perspectives. Engagement with Trusted Figures: Discussing anxieties dengan parents (meskipun sometimes complicated oleh family dynamics), religious teachers, counselors, atau mentors yang mereka percaya. Ini membantu provide contextualization dan reassurance yang data-driven. Realistic Expectation Setting: Developing understanding bahwa marriage tidak perlu perfect, melainkan memerlukan commitment, communication, dan mutual effort untuk navigate challenges.

Penelitian juga mengungkapkan bahwa rasa takut terhadap pernikahan (fear of marriage) tidak selalu bersifat disfungsional. Bagi sebagian individu khususnya mereka yang memiliki pola isolasi sintonic ketakutan ini justru berfungsi sebagai mekanisme perlindungan (protective mechanism) yang memungkinkan mereka mencapai kesiapan berkualitas tinggi sebelum menikah. Dengan demikian, ketika akhirnya mereka memutuskan untuk menikah, mereka membawa tingkat kematangan (maturity) dan keseriusan (conscientiousness) yang tinggi terhadap komitmen pernikahan tersebut.

Rendahnya kesiapan pernikahan di kalangan mahasiswa IAIN Parepare bukanlah fenomena yang terisolasi atau anomali. Sebaliknya, hal ini mencerminkan penyesuaian rasional terhadap perubahan struktural dalam masyarakat Indonesia: ketidakstabilan ekonomi yang semakin meningkat (economic precarity), terkikisnya kontrak sosial patriarkal yang secara historis menjamin stabilitas pernikahan, paparan terhadap tingginya angka perceraian dan konflik perkawinan, serta munculnya jalur hidup alternatif yang layak (seperti karier, pendidikan, dan aktualisasi diri) bagi perempuan sesuatu yang secara historis tidak mungkin terjadi.

Kecemasan terhadap komitmen (commitment anxiety), gamofobia (ketakutan berlebih terhadap pernikahan), rasa takut kehilangan kebebasan, trauma akibat disfungsi keluarga, serta tekanan ekonomi tidak dapat diatasi hanya dengan nasihat moral sederhana tentang nilai pernikahan atau ajaran agama yang menekankan pernikahan sebagai sunnah.

³⁸ Louis G Lazaro, "Long-Term Effects of Algorithm-Driven Content Consumption on Youth Development and Psychological Perceptions," n.d.

Para mahasiswa sudah menginternalisasi ajaran-ajaran tersebut; masalahnya adalah ajaran tersebut sekuat apa pun tidak cukup untuk menanggulangi beban kendala struktural dan psikologis yang mereka hadapi.

Intervensi yang bermakna memerlukan pendekatan bertingkat (multi-level approach):

- (1) Kebijakan ekonomi yang membuat pernikahan lebih terjangkau secara finansial;
- (2) Inisiatif kesetaraan gender yang benar-benar mereformasi struktur patriarkal dalam keluarga dan masyarakat;
- (3) Dukungan kesehatan mental, termasuk terapi berbasis trauma bagi mahasiswa yang berasal dari keluarga bermasalah (broken homes);
- (4) Program literasi media yang seimbang untuk mengajarkan konsumsi kritis terhadap narasi pernikahan; serta
- (5) Program pendidikan yang mengakui kompleksitas pengambilan keputusan menikah tanpa menyederhanakannya menjadi pilihan hitam-putih antara menikah atau tetap melajang.

Khusus untuk IAIN Parepare, pengubahan konsep pesan kelembagaan tentang pernikahan dari penekanan pada "pernikahan adalah sunnah" menjadi "kesiapan emosional, finansial, dan spiritual untuk menikah merupakan prioritas utama, dan tidak ada batas waktu mutlak untuk mencapai kesiapan tersebut" mungkin akan lebih sesuai dan beresonansi dengan pengalaman hidup serta sistem nilai mahasiswa masa kini.

Pengaruh Media Sosial dalam Memperkuat Persepsi "*Marriage is Scary*" dan Menurunkan Minat serta Kesiapan Pernikahan Mahasiswa IAIN Parepare

Media sosial, khususnya platform seperti TikTok dan Instagram, memiliki pengaruh signifikan dalam memperkuat persepsi "*Marriage is Scary*" di kalangan mahasiswa. Pengaruh ini terjadi melalui paparan berulang terhadap konten negatif tentang konflik rumah tangga, perselingkuhan, beban finansial, dan ketimpangan gender. Konten-konten tersebut sering menampilkan cerita kegagalan pernikahan dari publik figur maupun pengguna biasa, sehingga membentuk narasi bahwa pernikahan lebih banyak membawa penderitaan daripada kebahagiaan.

Di kalangan mahasiswa IAIN Parepare yang mayoritas aktif di media sosial, paparan ini telah menurunkan minat menikah hingga mencapai 50-80% berdasarkan tren nasional. Algoritma platform memperkuat konten negatif melalui personalisasi, sehingga mahasiswa lebih mudah terpengaruh oleh validasi sosial online daripada edukasi positif di kampus. Meskipun terdapat beberapa konten religius yang mencoba menyeimbangkan dengan mempromosikan pernikahan sakinah, pengaruh narasi negatif tetap lebih dominan.

Algoritma platform mempersonalisasi konten berdasarkan interaksi awal pengguna. Jika seorang mahasiswa pernah menyukai atau menonton video tentang perselingkuhan,

kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), atau beban finansial rumah tangga, ia akan terus dibanjiri narasi serupa. Hal ini menciptakan efek filter bubble dan echo chamber, di mana konten negatif mendapatkan prioritas karena sifatnya yang lebih engaging secara emosional. Studi di Bandung menunjukkan bahwa 23,7% variasi persepsi pernikahan pada Gen Z dipengaruhi oleh penggunaan media sosial. Di IAIN Parepare, mahasiswa aktif di TikTok mengalami paparan harian yang mempercepat pembentukan skeptisme terhadap institusi pernikahan.

Konten dominan yang beredar meliputi cerita real-life kegagalan rumah tangga, hashtag #marriageisscary yang mencapai jutaan views, serta narasi tentang ketimpangan gender dan biaya hidup pasca-nikah. Validasi sosial melalui likes dan komentar memperkuat efek ini, membuat mahasiswa merasa bahwa hampir semua pernikahan berujung pada konflik.³⁹ Video-video pendek di TikTok sering menggunakan format storytelling dramatis, musik latar menyediakan, dan visual intens untuk menggambarkan perselingkuhan atau KDRT, sehingga lebih mudah viral dan diingat dibandingkan konten edukatif yang netral. Konten religius tentang pernikahan sakinhah memang ada, tetapi kalah dominan karena kurang memicu emosi kuat.

Paparan berulang ini menurunkan kesiapan pernikahan karena mahasiswa lebih percaya pada validasi online daripada edukasi kampus. Studi di UIN Sunan Kalijaga menunjukkan peningkatan signifikan kecemasan pernikahan akibat media sosial. Di IAIN Parepare, diskusi informal di kampus sering merefleksikan konten TikTok, sehingga mempercepat penundaan pernikahan meskipun ajaran Islam menganjurkannya sebagai sunnah. Akibatnya, mahasiswa menginternalisasi persepsi bahwa pernikahan akan menghilangkan kebebasan, menambah beban finansial, dan berisiko tinggi kegagalan, sehingga mereka memprioritaskan pengembangan diri dan karier terlebih dahulu.

Fenomena viral hashtag seperti #marriageisscary dan #nikahuntungnyaapa menciptakan ilusi konsensus bahwa mayoritas generasi muda memiliki ketakutan serupa terhadap pernikahan. Di Indonesia, konten ini sering diadaptasi dengan konteks lokal, seperti cerita tentang "suami pelit", "mertua toksik", atau beban rumah tangga yang tidak adil bagi perempuan. Ribuan likes dan komentar dukungan seperti "Aku juga takut nikah" atau "Mending single aja" memperkuat keyakinan bahwa ketakutan tersebut normal dan rasional. Bagi mahasiswa perempuan IAIN Parepare, konten yang menyoroti ketimpangan gender dan risiko KDRT menjadi sangat resonant, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk menunda atau bahkan menolak pernikahan.

Meskipun ada konten positif tentang pernikahan sakinhah, mawaddah wa rahmah dari akun dakwah atau influencer Muslim, konten tersebut sering kurang engaging. Algoritma TikTok dan Instagram lebih memprioritaskan materi yang memicu emosi kuat seperti

³⁹ Ulfa, "Penyebaran Kasus Perselingkuhan Melalui Media Sosial TikTok Perspektif Sadd Al-Žarī'Ah" (Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2025).

marah, sedih, atau takut karena meningkatkan waktu tonton dan interaksi.⁴⁰ Akibatnya, meskipun mahasiswa IAIN Parepare diajarkan bahwa pernikahan adalah ibadah dan penyempurna agama, narasi digital dominan sering mengalahkan pesan religius itu. Beberapa mahasiswa bahkan mengungkapkan konflik internal: "Kata ustaz nikah itu sunnah, tapi di TikTok kok banyak yang cerita susahnya rumah tangga."

Paparan berulang terhadap konten negatif tidak hanya memengaruhi persepsi saat ini, tetapi juga membentuk skema kognitif jangka panjang tentang pernikahan. Studi psikologi sosial menunjukkan bahwa repeated exposure terhadap narasi kegagalan relasional dapat meningkatkan commitment anxiety dan gamophobia. Di IAIN Parepare, efek ini terlihat dari rendahnya jumlah mahasiswa yang menikah selama kuliah serta kecenderungan menetapkan standar kesiapan yang sangat tinggi seperti harus mapan finansial, matang emosional, dan memiliki pasangan ideal sebagai bentuk perlindungan diri dari risiko yang mereka saksikan di media sosial.

Sebagian mahasiswa menunjukkan resiliensi dengan secara sadar memfilter konten, seperti unfollow akun negatif, mengikuti akun dakwah yang seimbang, atau membatasi waktu penggunaan TikTok. Mereka juga mencari validasi alternatif melalui diskusi dengan dosen, konselor kampus, atau keluarga. Namun, strategi ini masih merupakan minoritas, sehingga mayoritas mahasiswa tetap terpapar secara pasif dan pengaruh media sosial terus menjadi faktor dominan dalam membentuk sikap skeptis terhadap pernikahan.

Pengaruh media sosial dalam memperkuat persepsi "*Marriage is Scary*" di kalangan mahasiswa IAIN Parepare tidak dapat diremehkan. Melalui mekanisme algoritmik, konten emosional, dan validasi sosial yang masif, platform seperti TikTok dan Instagram telah mengubah pernikahan dari institusi yang diidealkan dalam ajaran Islam menjadi sesuatu yang ditakuti generasi Z. Fenomena ini menciptakan paradoks di lingkungan perguruan tinggi keagamaan: semakin intens edukasi tentang pentingnya pernikahan, semakin kuat narasi digital yang menentangnya. Oleh karena itu, institusi seperti IAIN Parepare perlu mengembangkan program literasi media digital yang spesifik, mengajarkan mahasiswa untuk kritis terhadap algoritma dan mencari perspektif seimbang, agar ajaran tentang pernikahan sebagai ibadah tidak terus terkikis oleh gelombang konten negatif di media sosial.

Interaksi antara Nilai-Nilai Agama Islam Tradisional dengan Faktor Psikososial dan Narasi Digital Modern terhadap Kesiapan Pernikahan Generasi Z di IAIN Parepare

Interaksi antara nilai-nilai agama Islam tradisional yang memandang pernikahan sebagai ibadah, penyempurna iman, dan sarana mencapai ketenangan jiwa (sakinah, mawaddah, warahmah) dengan faktor psikososial serta narasi digital modern telah menciptakan konflik internal yang signifikan pada mahasiswa generasi Z di IAIN Parepare.

⁴⁰ Arifatun Inayah, "Implikasi Konten Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Minat Menikah Di Kalangan Remaja Desa Kampil Kecamatan Wiradesa Perspektif Maslahah Mursalah" (UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2024).

Nilai-nilai Islam mendorong pernikahan sebagai bentuk ketaatan dan sunnah yang dianjurkan, bahkan pada usia relatif muda untuk menghindari dosa, namun hal ini sering bertabrakan dengan kecemasan psikososial seperti gamophobia (ketakutan berlebih terhadap pernikahan) dan commitment anxiety yang diperkuat oleh konten media sosial negatif.⁴¹

Banyak mahasiswa mengalami dilema mendalam, di mana ajaran agama yang diajarkan di kampus bertemu dengan narasi modern tentang kebebasan individu, aktualisasi diri, dan risiko tinggi pernikahan. Akibatnya, kesiapan menikah sering tertunda secara signifikan. Interaksi ini menghasilkan sikap ambivalen: sebagian mahasiswa tetap memegang teguh nilai tradisional sebagai moderator positif yang mempertahankan optimisme terhadap pernikahan, sementara sebagian besar lebih dominan dipengaruhi oleh narasi digital, sehingga menyebabkan penurunan kesiapan pernikahan secara keseluruhan di lingkungan perguruan tinggi keagamaan Islam semi-urban seperti IAIN Parepare.

Ajaran Islam tradisional menekankan pernikahan sebagai ibadah penyempurnaan iman dan bentuk ketaatan, sebagaimana tergambar dalam QS Ar-Rum ayat 21, yang mendorong kesiapan dini untuk menghindari zina. Namun, ajaran ini sering bertentangan dengan kecemasan psikososial yang melanda generasi Z, seperti ketakutan kehilangan kebebasan dan commitment anxiety. Di IAIN Parepare, mahasiswa mengalami cognitive dissonance: nilai agama berfungsi sebagai moderator positif bagi sebagian kecil yang tetap optimis terhadap institusi pernikahan, sementara mayoritas lebih terpengaruh oleh narasi digital tentang risiko tinggi perceraian seperti yang tercatat sekitar 394.000 hingga 399.000 kasus di Indonesia sepanjang 2024 serta kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

Konflik ini semakin kompleks karena mahasiswa secara simultan terpapar pengajaran intensif tentang keutamaan pernikahan dalam mata kuliah fiqh keluarga atau ceramah kampus, namun di luar kelas mereka dibanjiri konten viral yang menggambarkan pernikahan sebagai sumber penderitaan dan beban. Hasilnya adalah ambivalensi yang mendalam, di mana mahasiswa mengakui nilai spiritual pernikahan secara intelektual, tetapi menolaknya secara emosional karena dominasi narasi modern tentang risiko kegagalan dan ketimpangan relasional.

Konten TikTok dengan hashtag seperti #marriageisscary memperkuat kecemasan psikososial melalui algoritma personalisasi, membuat mahasiswa lebih melihat pernikahan sebagai "bebani" daripada sarana ketenangan, meskipun kampus secara aktif mempromosikan konsep pernikahan sakinah. Interaksi ini menghasilkan sikap ambivalen yang terlihat dalam diskusi informal kampus, di mana mahasiswa sering merefleksikan trauma keluarga yang diperkuat oleh validasi online, sehingga semakin menunda kesiapan hingga mencapai stabilitas karier.

⁴¹ Umi Khusnul Khotimah, *Fikih Remaja Usia Nikah* (Nawa Litera Publishing, 2024).

Narasi digital tidak hanya mengamplifikasi faktor psikososial negatif, tetapi juga melemahkan daya tarik nilai tradisional Islam dengan menyajikan alternatif gaya hidup modern seperti tetap melajang yang produktif, karier tinggi, dan kebebasan finansial sebagai opsi yang lebih menarik dan rasional. Di IAIN Parepare, mahasiswa sering mengutip konten viral sebagai "bukti empiris" bahwa pernikahan berisiko tinggi, meskipun data statistik perceraian yang mereka lihat di media sosial sering kali tidak seimbang dengan cerita sukses rumah tangga yang jarang terekspos.

Mahasiswa di IAIN Parepare mengembangkan berbagai strategi adaptasi untuk mengintegrasikan nilai Islam sebagai filter terhadap pengaruh modern. Sebagian melakukan interpretasi kontekstual, memahami pernikahan sebagai sunnah yang hanya dianjurkan jika sudah siap secara finansial dan emosional. Sementara yang lain lebih memprioritaskan aktualisasi diri sesuai narasi kontemporer. Resiliensi muncul melalui konseling Hukum Keluarga Islam (HKI) dan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang fokus pada pencegahan pernikahan dini, meskipun narasi digital tetap dominan dan secara keseluruhan menurunkan minat menikah.

Beberapa mahasiswa mengembangkan pendekatan hibrida: mereka mempertahankan keyakinan bahwa pernikahan adalah ibadah penyempurnaan agama, tetapi menunda pelaksanaannya hingga mencapai kondisi ideal yang dipengaruhi standar modern, seperti stabilitas ekonomi, kematangan emosional, dan pasangan yang egalitarian. Interpretasi fleksibel terhadap hadis seperti anjuran menikah bagi yang mampu dan menahan diri bagi yang belum mampu digunakan untuk merekonsiliasi konflik ini tanpa merasa meninggalkan ajaran agama.⁴²

IAIN Parepare menghadirkan paradoks institusional yang unik: sebagai perguruan tinggi keagamaan yang secara eksplisit mengajarkan pernikahan sebagai sunnah mulia dan penyempurnaan agama, kampus ini juga aktif mensosialisasikan pencegahan pernikahan dini melalui program KKN dan mata kuliah terkait. Pesan pencegahan ini yang bertujuan melindungi mahasiswa dari risiko pernikahan prematur secara tidak langsung divalidasi oleh mahasiswa sebagai alasan untuk menunda pernikahan tanpa batas waktu tertentu.

Mahasiswa program Hukum Keluarga Islam, yang paling intens mempelajari kompleksitas perkawinan dan perceraian dalam fiqh, justru sering mengalami penguatan kecemasan karena paparan kasus-kasus konflik rumah tangga dalam studi kasus Pengadilan Agama. Kombinasi antara pendidikan agama yang mendalam dengan narasi digital negatif menciptakan efek paradoksal: semakin dalam pemahaman tentang pernikahan sebagai ibadah, semakin tinggi pula standar kesiapan yang mereka tetapkan untuk menghindari kegagalan.

⁴² Muhammad Tsaqib and Ahmad Fathonih, "Kajian Dan Telaah Kritis Dan Hadits Tentang Mengatasi Konflik Keluarga," *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah* 3, no. 1 (2023): 293–302.

Interaksi antara nilai agama tradisional, faktor psikososial, dan narasi digital modern menghasilkan penurunan signifikan dalam kesiapan pernikahan generasi Z di IAIN Parepare. Meskipun nilai Islam tetap menjadi kerangka moral utama, pengaruhnya semakin tergerus oleh dominasi narasi modern yang menawarkan legitimasi bagi penundaan atau bahkan penolakan pernikahan. Fenomena ini tidak serta merta menunjukkan penurunan religiusitas, melainkan evolusi interpretasi agama yang lebih kontekstual dan individu-sentris. Mahasiswa tetap Muslim yang taat, tetapi memahami ketaatan dalam konteks realitas kontemporer: pernikahan bukan lagi prioritas utama, melainkan salah satu opsi kehidupan yang harus dipenuhi dengan persiapan matang agar sesuai dengan prinsip sakinah yang diajarkan agama.

Interaksi kompleks antara nilai-nilai agama Islam tradisional dengan faktor psikososial dan narasi digital modern telah menciptakan lanskap baru dalam pemahaman generasi Z tentang pernikahan di IAIN Parepare. Konflik ini tidak dapat diselesaikan hanya dengan penguatan ajaran tradisional semata, karena mahasiswa telah menginternalisasi realitas struktural seperti ekonomi, kesetaraan gender, dan trauma, serta pengaruh digital yang membentuk persepsi mereka.⁴³ Implikasinya, institusi pendidikan keagamaan perlu mengadaptasi pendekatan: dari penekanan pada "pernikahan sebagai sunnah yang harus segera dilaksanakan" menjadi "pernikahan sebagai ibadah yang memerlukan kesiapan holistik spiritual, emosional, finansial, dan relasional tanpa timeline kaku". Pendekatan ini lebih mungkin beresonansi dengan pengalaman hidup mahasiswa masa kini, sekaligus mempertahankan esensi ajaran Islam tentang keluarga sakinah di tengah tantangan era digital.

PENUTUP

Penelitian ini menyimpulkan bahwa fenomena "*Marriage is Scary*" bermanifestasi kuat dalam persepsi mahasiswa IAIN Parepare sebagai ancaman terhadap kebebasan pribadi dan stabilitas emosional, yang tercermin dalam sikap skeptis serta penundaan rencana pernikahan meskipun dalam lingkungan keagamaan yang mempromosikan pernikahan sebagai ibadah. Faktor psikososial utama penyebab rendahnya kesiapan pernikahan generasi Z meliputi kecemasan komitmen, gamophobia, ketakutan kehilangan otonomi, trauma pengalaman negatif seperti KDRT atau perceraian orang tua, serta tekanan ekonomi-sosial yang semakin berat.

Media sosial seperti TikTok dan Instagram memberikan pengaruh signifikan dengan memperkuat narasi negatif tentang konflik rumah tangga, perselingkuhan, dan beban finansial, sehingga menurunkan minat serta kesiapan pernikahan secara substansial. Interaksi antara nilai Islam tradisional (pernikahan sebagai penyempurnaan agama dan sakinah) dengan faktor psikososial serta narasi digital modern menciptakan dilema ambivalen, di mana sebagian mahasiswa tetap terpengaruh positif oleh ajaran agama

⁴³ Achmad Muhibin Zuhri, *Beragama Di Ruang Digital; Konfigurasi Ideologi Dan Ekspresi Keberagamaan Masyarakat Virtual* (Nawa Litera Publishing, 2021).

sebagai moderator, namun mayoritas mengalami penundaan kesiapan akibat dominasi pengaruh modern.

Temuan ini menegaskan urgensi intervensi pendidikan pra-nikah yang kontekstual di perguruan tinggi Islam untuk menyeimbangkan narasi digital dengan nilai agama, sehingga dapat mengurangi dampak fenomena ini terhadap penurunan angka pernikahan nasional yang terus berlanjut hingga 2024-2025 menurut data BPS. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan pendekatan kuantitatif komparatif di berbagai PTKIN atau eksplorasi peran program bimbingan remaja dalam membentuk persepsi positif terhadap pernikahan generasi Z.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Suparman, Hariashari Rahim, Hadrian Febriana, and Ridwan Syam. *Perilaku Dan Aktualisasi Mahasiswa Di Era Digital Dan Media Sosial*. Unhas Press, 2024.
- Aini, Kurrota. *Perkembangan Gender Dalam Perspektif Psikologi-Jejak Pustaka*. Jejak Pustaka, 2024.
- Ajra, Nabila Atika, Mela Desina, and Yuliana Intan Lestari. "Shifts in Modern Commitment: The Phenomenon of Fear of Marriage and Childfree from an Evolutionary Psychology Perspective." *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 3, no. 5 (2025): 521–29.
- Aldisa, Nabila Zahwa. "The Early Marriage From The Perspective Of Islamic Law And Its Impact." *Qanuni: Journal of Indonesian Islamic Family Law* 3, no. 01 (2025): 41–58.
- Anggraeny, Devalucia Dwi. *Pernikahan Generasi Millennial; Seni Pacaran Setelah Menikah*. Elex Media Komputindo, 2017.
- Asyari, Nuraleina Putri, and Herlina Suksmawati. "Tren 'Marriage is Scary' Di TikTok: Analisis Resepsi Perempuan Generasi Z." *Jurnal Komunikasi Universitas Garut: Hasil Pemikiran Dan Penelitian* 11, no. 2 (2025). <https://doi.org/10.52434/jk.v11i2.42714>.
- Author. "Observasi Mahasiswa Dan Mahasiswi IAIN Parepare." Parepare, 2025.
- . "Wawancara Mahasiswa Dan Mahasiswi IAIN Parepare." Parepare, 2025.
- Fadeli, Muhamad. *Filsafat Komunikasi: Konstruksi Makna Digital*. Jakad Media Publishing, 2025.
- Fajar. "Angka Pernikahan Di Indonesia Turun Drastis, Kemenag Imbau Generasi Muda." 2025.
- Fakih, M Faesal, and Budiawan A Sidik. "Fenomena Generasi Muda Lebih Takut Miskin Daripada Takut Tidak Menikah." *Kompas.Id*. 2025. <https://www.kompas.id>.
- Fathony, Moh Rosil. "Forms of Husband and Wife Relationships in the Context of Differences in Economic Status and Their Impact on Household Harmony (Case Study in Masbagik District, East Lombok Regency)." *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies* 8, no. 1 (2025): 758–72.
- Fauziyah, Sofi, Ahmad Zainuddin, Mukhid Masruri, and Miftara Ainul Mufid. "(Studi Kajian Tematik) SOLUSI FENOMENA 'MARRIAGE IS SCARY' PERSPEKTIF AL QUR'AN: Studi

- Kajian Tematik." *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 10, no. 01 (2025): 237–52.
- Firdaus, Muhammad Irfan, and Lilik Andaryuni. "The Forms of Gender Injustice in Family Relations." *International Journal on Advanced Science, Education, and Religion* 8, no. 2 (2025): 437–44.
- Hijrianti, Udi Rosida, Loso Judijanto, Nur Isma Dewi, Emma Yuniarrahmah, Riana Sahrani, Ditta Febrieta, Mutoharoh Mutoharoh, and Irma Dasi. *Psikologi Keluarga Kontemporer: Dinamika, Tantangan, Dan Intervensi Di Era Digital*. PT. Green Pustaka Indonesia, 2025.
- Inayah, Arifatun. "Implikasi Konten Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Minat Menikah Di Kalangan Remaja Desa Kampil Kecamatan Wiradesa Perspektif Maṣlahah Mursalah." UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2024.
- Iqbal, Muhammad. *Psikologi Pernikahan: Menyelami Rahasia Pernikahan*. Gema Insani, 2020.
- Karimah, Karimah. "Literasi Pendidikan PraNikah Di Tengah Kecenderungan Married Is Scary: Kajian Netizen Tik Tok." *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi* 2, no. 2 (2025): 96–106.
- Khotimah, Umi Khusnul. *Fikih Remaja Usia Nikah*. Nawa Litera Publishing, 2024.
- Kurnianingrum, T P. "Urgensi Perlindungan Terhadap Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga." *Info Singkat* 17, no. 1 (2025): 1–5.
- Kusno, Ferdy. *Kebudayaan Dalam Lensa Sosiologi*. Penerbit Adab, 2023.
- Lazaro, Louis G. "Long-Term Effects of Algorithm-Driven Content Consumption on Youth Development and Psychological Perceptions," n.d.
- Mau, Angela Florida. "Tantangan Perkawinan Di Tengah Perubahan Sosial: Perspektif Keluarga Kontemporer." *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan* 3, no. 1 (2025): 91–107.
- Nahda, Hanan, Hayu Stevani, Adjeng Rizka Suwarnoputri, Naila Najah Putriyandi, Nasywa Nurjihan, Amanda Setiawan, and Syifa Kautsar. "Analisis Pemahaman Mahasiswa Terhadap Konsep Kesiapan Pernikahan." *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 10, no. 1 (2024): 1–21.
- Nurfadiana, Nurfadiana. "Analisis Fenomena Gamophobia Pada Generasi Muda Perspektif Maqāṣid Al-Syarī'ah: Studi Kasus Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto." Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri, 2025. <http://repository.uinsaizu.ac.id/id/eprint/30178>.
- Nurviana, Dinda. "Tantangan Psikososial Quarter-Life Crisis Mahasiswa S2 MIAI UII Tahun Akademik 2022-2024: Studi Implementasi Teori Perkembangan Erik Erikson Dalam Kehidupan Akademik Dan Sosial." Universitas Islam Indonesia, 2025.
- Oktaviani, Dwi. "ANALYSIS OF THE MARRIAGE IS SCARY PHENOMENON AMONG GENERATION Z." *Sahaja: Jurnal Sharia and Humanities* 4, no. 1 (2025): 422–39.
- Pormadi Simbolon, S S, and M Fil. *Pemikiran Zygmunt Bauman: Problematika Dan Prospek Kehidupan Terfragmentasi Masyarakat Posmodern*. PT Kanisius, n.d.

- Prayitno, Daru, and A Kumedi Ja'far. "Interpretasi Hukum Islam Terhadap Tren Menunda Pernikahan: Perspektif Hukum Keluarga Dan Tantangan Sosial." *Bulletin of Islamic Law* 2, no. 1 (2025): 21–28.
- Putri, Runita Agustia. "Gen Z Memilih Untuk Menunda Nikah: Sudut Pandang Generasi Z Terhadap Pernikahan." 2025.
- Rahman, Fauzie, Neka Erlyani, Anggun Wulandari, and Alfito Dodi Forsatama Akbar. *MEMBANGUN KESIAPAN REMAJA: STRATEGI PENDEWASAAN USIA PERNIKAHAN*. Uwais Inspirasi Indonesia, 2025.
- Rahmawati, Natasya. "Fenomena *Marriage is Scary* Dan Dampaknya Terhadap Kesiapan Menikah Mahasiswa Generasi Z: Studi Pada Mahasiswa Jurusan Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah IAIN Ponorogo Perspektif Interaksionisme Simbolik." Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, 2025. <http://etheses.iainponorogo.ac.id/id/eprint/32418>.
- Riska, Herliana, and Nur Khasanah. "Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z." *Indonesian Health Issue* 2, no. 1 (2023): 48–53. <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.44>.
- Salsabila, Nabilah. "Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial Dengan Kecemasan Terhadap Pernikahan Pada Generasi Z Di Fakultas Psikologi UNISSULA Angkatan 2021." Universitas Islam Sultan Agung, 2025. <https://repository.unissula.ac.id/id/eprint/41959>.
- Satriyanto, Hawa Mutiara, and Witia Oktaviani. "Analisis Dampak Fenomena '*Marriage is Scary*' Terhadap Minat Menikah Di Kecamatan Serang Baru, Bekasi." *Al-Mabsut: Jurnal Studi Islam Dan Sosial* 19, no. 2 (2025). <https://doi.org/10.56997/almabsut.v19i2.2392>.
- Taufiqurrahman, Imam. "PERSEPSI MAHASISWA GEN-Z TERHADAP KONTEN STANDAR TIKTOK '*MARRIAGE IS SCARY*'(Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember Angkatan 24)." *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial* 11, no. 6 (2025): 121–30.
- Tirta, Emanuella Bungasmara Ega. "Fenomena Baru Di RI: Istri Ramai-Ramai Gugat Cerai Suami, Ada Apa?" 2025. <https://www.cnbcindonesia.com/research/20251026105301-128-679268/fenomena-baru-di-ri-istri-ramai-ramai-gugat-cerai-suami-ada-apa>.
- Tirta, Kania Dewi, and Sinta Nur Arifin. "Studi Fenomenologi: *Marriage is Scary* Pada Generasi Z." *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 8, no. 3 (2025). <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>.
- Tsaqib, Muhammad, and Ahmad Fathonih. "Kajian Dan Telaah Kritis Dan Hadits Tentang Mengatasi Konflik Keluarga." *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah* 3, no. 1 (2023): 293–302.
- Ulfa. "Penyebaran Kasus Perselingkuhan Melalui Media Sosial TikTok Perspektif Sadd Al-Žarī'Ah." Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2025.
- Yakin, Ainul, and Syamsul Ma'arif. "Ketimpangan Hak Dan Kewajiban Pasangan Mahasiswa Prespektif Kompilasi Hukum Islam: Studi Kasus Pasangan Suami Istri Mahasiswa Universitas Nurul Jadid." *USRABH: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 6, no. 2 (2025): 193–

208.

Yani, Rindi. "Tren Ketakutan Menikah (*Marriage is Scary*) Di Kalangan Generasi Z Pengguna Aplikasi TikTok Perspektif Saddu Al-Dhari'ah." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2025. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/80447>.

Zuhri, Achmad Muhibin. *Beragama Di Ruang Digital; Konfigurasi Ideologi Dan Ekspresi Keberagamaan Masyarakat Virtual*. Nawa Litera Publishing, 2021.