

KONTEN ‘MARRIAGE IS SCARY’ DI MEDIA SOSIAL DAN IMPLIKASINYA TERHADAP KRITERIA MAHASISWA STDI DALAM MEMILIH PASANGAN

Farhan Akbar Pangestu, Akhmad Husaini
Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember
Email: akf093305@gmail.com

Abstract

The "Marriage is Scary" phenomenon on social media reflects the young generation's collective anxiety regarding marriage due to negative narratives of domestic violence and economic instability. This study aims to analyze the implications of this phenomenon on the transformation of partner selection criteria among STDI Imam Syafi'i Jember students from the perspective of the sociology of Islamic law. Employing a qualitative method with thematic analysis, data were collected through in-depth interviews and digital content documentation. The findings reveal that student responses vary across a spectrum ranging from resistance based on religious literacy to increased rational caution. Digital fear narratives drive a shift toward more selective standards, where emotional maturity and the trait of qana'ah (contentment) are now prioritized alongside ritual piety. The concept of kafa'ah has expanded in meaning to include psychological compatibility and financial vision as strategies for conflict risk mitigation. This study concludes that integrating Sharia understanding with psychological readiness functions as a crucial filter in transforming fear into mature readiness, emphasizing the urgency of a pre-marital guidance curriculum adaptive to digital era challenges.

Keywords: *Marriage is Scary; Social Media; Partner Criteria; Islamic Family Law*

Abstrak

Fenomena “*Marriage is Scary*” di media sosial merefleksikan kecemasan kolektif generasi muda terhadap pernikahan akibat narasi negatif kekerasan domestik dan ketidakstabilan ekonomi. Penelitian ini bertujuan menganalisis implikasi fenomena tersebut terhadap transformasi kriteria pemilihan pasangan mahasiswa STDI Imam Syafi'i Jember ditinjau dari sosiologi hukum Islam. Menggunakan metode kualitatif dengan analisis tematik, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dokumentasi konten digital. Temuan menunjukkan variasi respons mahasiswa yang berada pada spektrum antara resistensi berbasis literasi agama hingga peningkatan kewaspadaan rasional (*prudent*). Narasi ketakutan digital mendorong pergeseran standar kriteria pasangan menjadi lebih selektif, di mana kematangan emosional dan sifat *qana'ah* kini ditempatkan setara dengan urgensi kesalehan ritual. Konsep *kafa'ah* mengalami perluasan makna mencakup kompatibilitas psikologis dan visi finansial sebagai strategi mitigasi risiko konflik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa integrasi pemahaman syariat dan kesiapan psikologis berfungsi sebagai filter krusial dalam mentransformasi ketakutan menjadi kesiapan yang matang, serta menegaskan urgensi kurikulum bimbingan pranikah yang adaptif terhadap tantangan era digital.

Kata kunci: *Marriage is Scary; Media Sosial; Kriteria Pasangan; Hukum Keluarga Islam*

PENDAHULUAN

Fenomena “*marriage is scary*” (MiS) telah menjadi tren sosial dominan yang merefleksikan kecemasan kolektif generasi muda terhadap institusi pernikahan. Tren ini menonjolkan narasi negatif seperti kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), ketidakstabilan ekonomi, hingga krisis kepercayaan emosional. Media sosial berperan

sebagai ruang pembentuk persepsi di era digital melalui mekanisme *echo chamber* (ruang gema), di mana pengguna terus-menerus disuguhi konten serupa yang memvalidasi ketakutan mereka yang memperkuat narasi ketakutan (Asy'ari & Amelia, 2024). Akibatnya, pernikahan tidak lagi dipandang sebagai pencapaian hidup yang sederhana, melainkan sebagai keputusan personal yang sarat akan risiko. Hal ini memicu pergeseran makna pernikahan di kalangan Gen Z yang kini lebih mementingkan kesiapan emosional serta finansial (Raissa & Pradana, 2025).

Beberapa kajian mengonfirmasi bahwa ketakutan terhadap pernikahan dipicu oleh faktor ekonomi, paparan media, dan tekanan sosial budaya (Azizah et al., 2025). Ketidakstabilan ekonomi dan tingginya tuntutan hidup sering menjadi alasan utama munculnya kecemasan berlebih di kalangan anak muda (Nisa', 2025). Riska dan Khasanah (2023) menemukan bahwa mayoritas Gen Z memilih menunda pernikahan demi mengejar karir dan pendidikan sebagai strategi mitigasi risiko (Riska & Khasanah, 2023). Ketakutan ini sering kali berakar pada trauma masa lalu yang diperburuk oleh intensitas paparan narasi negatif di dunia maya. Meskipun studi menegaskan bahwa digitalisasi informasi tidak sepenuhnya menghilangkan relevansi nilai agama dalam penentuan kriteria pasangan, penerapan nilai tersebut kini menghadapi tantangan kompleks.

Krisis kepercayaan atau *trust issue* kolektif muncul akibat tingginya eksposur berita perselingkuhan dan kegagalan rumah tangga di platform digital (Adhani & Aripudin, 2024). Kondisi ini diperparah oleh fenomena *gamophobia* pada Gen Z yang memiliki korelasi kuat dengan riwayat trauma keluarga di masa lalu (Nisa & Abdullah, 2024). Untuk menghadapi gempuran kecemasan tersebut, kematangan emosi secara psikologis ditemukan memberikan pengaruh yang sangat dominan terhadap kesiapan menikah (Hikmah & Rahayu, 2025). Sejalan dengan itu, gaya kelekatan (*attachment style*) yakni pola ikatan emosional yang memengaruhi rasa aman juga memainkan peran vital dalam memprediksi keberanian individu untuk berkomitmen (Annisa & Dalimunthe, 2021). Dinamika ini memperlihatkan adanya proses negosiasi nilai yang kompleks, di mana keyakinan agama berhadapan langsung dengan keraguan psikologis yang mendalam.

Walaupun fenomena MiS telah dikaji secara lokal, masih terdapat kesenjangan literatur yang signifikan terkait perspektif laki-laki berlatar belakang pendidikan Islam. Sebagian besar penelitian cenderung berfokus pada pengalaman perempuan atau analisis konten semata, sehingga pandangan laki-laki belum terwakili secara memadai. Hal ini menjadikan posisi mahasiswa di lingkungan pendidikan Islam kurang terbahas secara mendalam dalam literatur kontemporer. Padahal, riset mengenai bagaimana mahasiswa Muslim memaknai tren ini melalui parameter nilai-nilai Islam masih sangat

minim (Haekal & Permana, 2024). Keterbatasan ini menegaskan perlunya penelitian yang menautkan persepsi mahasiswa dengan prinsip syariat sebagai rujukan utama.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implikasi konten MiS terhadap kriteria pemilihan pasangan mahasiswa STDI Imam Syafi'i Jember. Mahasiswa STDI ditempatkan sebagai fokus utama karena institusi ini menerapkan kurikulum pendidikan Islam yang intensif, termasuk mata kuliah Fikih Munakahat yang wajib ditempuh oleh seluruh mahasiswa, sehingga menyediakan konteks akademik yang relevan untuk mengkaji respons terhadap narasi digital terkait pernikahan. Pemilihan subjek ini krusial untuk melihat bagaimana kerangka normatif Islam yang dipelajari secara terstruktur berfungsi sebagai filter informasi di tengah gempuran budaya pop (Al Mafaz et al., 2024). Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan adalah mahasiswa laki-laki yang berada pada semester akhir dan telah menempuh minimal empat semester perkuliahan, sehingga dipastikan telah mendapatkan materi Fikih Munakahat sebagai bekal memahami isu pernikahan secara normatif. Studi ini meninjau kembali relevansi prinsip *kafa'ah* dan *istitha'ah* sebagai jawaban atas tantangan pernikahan di era digital. Dengan demikian, penelitian ini berupaya menghadirkan pemahaman komprehensif mengenai cara pandang mahasiswa terhadap isu pernikahan kontemporer.

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat akademis dengan memperkaya kajian hukum keluarga Islam di Indonesia melalui data empiris terbaru. Kajian ini menawarkan perspektif baru mengenai interaksi antara pengaruh media sosial dan pembentukan standar kriteria pemilihan pasangan Muslim. Selain itu, studi ini mengisi kekosongan literatur lokal yang belum menyoroti peran strategis mahasiswa laki-laki dalam dinamika sosial keislaman. Secara praktis, penelitian ini menekankan pentingnya pembinaan yang berakar pada pendidikan Islam sebagai benteng pertahanan mental generasi muda. Pembekalan yang selaras dengan syariat sangat penting untuk menghadapi arus informasi digital yang sering bertentangan dengan prinsip agama.

Pendidikan Islam harus diposisikan sebagai proses pembentukan *worldview* yang kokoh, bukan sekadar penyampaian pengetahuan agama secara teoretis. Melalui pembinaan yang berkelanjutan, pemuda Muslim diharapkan mampu melihat pernikahan sebagai ibadah luhur alih-alih sumber ketakutan. Hasil studi ini juga merekomendasikan formalisasi bimbingan pranikah yang adaptif terhadap isu kesehatan mental dan manajemen konflik finansial. Hal tersebut penting guna menciptakan generasi yang matang secara spiritual, emosional, dan sosial dalam menjalani kehidupan berumah tangga. Akhirnya, penelitian ini menjadi langkah awal untuk memperkuat peran institusi pendidikan dalam membangun ketahanan keluarga di era modern.

Penelitian ini menggunakan teori konstruksi sosial Peter L. Berger dan Thomas Luckmann sebagai pisau analisis utama (Berger & Luckmann, 1966). Fenomena

"*Marriage is Scary*" dipandang sebagai realitas virtual yang dikonstruksi melalui algoritma media sosial, diinternalisasi oleh mahasiswa sebagai bagian dari pengalaman subjektif mereka, dan dieksternalisasikan kembali dalam bentuk pergeseran kriteria pemilihan pasangan yang baru. Teori ini digunakan untuk menjelaskan proses dialektika antara narasi digital yang dominan, filter teologis yang dimiliki mahasiswa berlatar pendidikan Islam, dan agensi individu dalam merespons tekanan budaya digital tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan analisis tematik karena berfokus pada upaya memahami pengalaman subjektif mahasiswa dalam memaknai fenomena "*marriage is scary*" yang ramai di media sosial. Pendekatan ini dipilih untuk mendeskripsikan secara mendalam bagaimana mahasiswa membangun persepsi dan makna terhadap konten tersebut berdasarkan latar belakang nilai-nilai Islam yang mereka miliki, tanpa diarahkan untuk menguji hipotesis tertentu. Proses analisis dilakukan melalui tahapan reduksi data, pengkodean tematik, dan interpretasi makna secara induktif sehingga temuan yang dihasilkan bersifat kontekstual dan berakar pada pengalaman nyata informan. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang utuh mengenai cara mahasiswa STDI Imam Syafi'i Jember merespons isu "*marriage is scary*" dan implikasinya terhadap kriteria pemilihan pasangan hidup.

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki STDI Imam Syafi'i Jember yang berada pada tingkat semester akhir. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive dengan pertimbangan bahwa mahasiswa pada tahap tersebut dinilai telah memiliki kedewasaan intelektual, kematangan emosional, serta pemahaman keagamaan yang relatif lebih stabil dalam menilai pernikahan dan kriteria pasangan hidup. Jumlah informan dalam penelitian ini adalah empat orang, yang ditentukan berdasarkan prinsip kecukupan data (*data sufficiency*) dalam penelitian kualitatif, di mana penambahan informan dihentikan ketika jawaban yang diperoleh telah menunjukkan pengulangan pola tema yang konsisten atau mencapai titik jenuh (*thematic saturation*) (Creswell, 2013). Penelitian dilaksanakan di lingkungan STDI Imam Syafi'i Jember, Jawa Timur, dengan waktu pelaksanaan yang direncanakan pada November 2025. Lokasi ini dipilih karena karakteristik kampus yang berfokus pada pendidikan Islam dinilai relevan untuk mengkaji fenomena sosial dalam bingkai nilai-nilai keislaman, sehingga data yang dihasilkan diharapkan bersifat kontekstual dan sesuai dengan tujuan penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara langsung dan analisis dokumentasi. Wawancara dilaksanakan secara semi-terstruktur agar informan memiliki kebebasan dalam mengungkapkan pandangan dan pengalaman mereka secara alami, sekaligus tetap berada dalam koridor fokus penelitian. Teknik ini digunakan untuk

menggali persepsi mahasiswa terkait makna dan dampak konten “marriage is scary” dalam kehidupan mereka. Selain itu, dokumentasi berupa konten media sosial seperti TikTok dan X turut dianalisis untuk memahami bentuk representasi serta narasi yang berkembang mengenai tren tersebut. Penggunaan dua teknik ini diharapkan mampu menghasilkan data yang komprehensif, baik dari sisi empiris pengalaman mahasiswa maupun dari sisi konteks media sosial yang melatarbelakanginya.

Dalam penelitian ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama (human instrument) yang didukung oleh pedoman wawancara guna menjaga fokus pertanyaan pada tema-tema pokok, seperti pemahaman terhadap tren “marriage is scary”, dampaknya terhadap persepsi pernikahan, serta kriteria pemilihan pasangan hidup. Untuk mendukung keutuhan data, wawancara direkam menggunakan alat perekam suara agar tidak ada informasi verbal yang terlewat. Data sekunder diperoleh dengan memanfaatkan fitur bookmark dan tangkapan layar pada aplikasi media sosial untuk mengarsipkan konten-konten relevan sebagai bahan analisis. Dalam proses pengolahan data, analisis isi digunakan untuk membedah pesan-pesan yang terkandung dalam konten media sosial, sedangkan analisis tematik diterapkan untuk mengidentifikasi pola-pola makna dari transkrip wawancara. Kombinasi instrumen dan teknik ini dirancang untuk menjaga ketelitian dan validitas data penelitian.

Analisis data dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan. Tahap awal dimulai dengan reduksi data, yaitu menyeleksi dan memfokuskan data mentah agar sesuai dengan tujuan penelitian. Selanjutnya, data yang telah direduksi dikelompokkan ke dalam kategori-kategori tema berdasarkan pola makna yang muncul dari wawancara dan dokumentasi. Tahap berikutnya adalah interpretasi makna, di mana peneliti menafsirkan esensi pengalaman informan dengan mempertimbangkan konteks sosial serta nilai-nilai Islam. Proses analisis diakhiri dengan penarikan kesimpulan yang dirumuskan secara sistematis dan reflektif untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Melalui tahapan ini, hasil analisis diharapkan tidak hanya menguraikan narasi media sosial, tetapi juga menjelaskan implikasinya terhadap kriteria pemilihan pasangan hidup di kalangan mahasiswa STDI Imam Syafi'i Jember.

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan data hasil wawancara mendalam dari para mahasiswa dengan data dokumentasi konten media sosial serta literatur dari jurnal-jurnal terdahulu yang relevan. Langkah ini bertujuan untuk memastikan bahwa interpretasi peneliti terhadap fenomena “marriage is scary” tidak bersifat sepihak, melainkan didukung oleh kesesuaian antara persepsi subjek penelitian dan realitas digital yang mereka konsumsi. Dengan demikian, temuan penelitian diharapkan memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang lebih kuat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Makna Konten “Marriage is Scary” di Media Sosial

Analisis terhadap konten media sosial dilakukan pada tiga data primer yang dipilih secara purposif berdasarkan representativitas narasi dan platform. Pertama, konten TikTok berjudul *"Marriage is scary, what if my wife cheating on me with someone not even my type"* yang dipublikasikan pada 27 Oktober 2024. Konten ini menampilkan seorang laki-laki muda dengan ekspresi wajah datar (*deadpan*) yang mengungkapkan kekhawatiran terhadap kemungkinan pengkhianatan pasangan setelah menikah, dikemas dalam gaya humor satir tanpa narasi verbal. Analisis wacana terhadap konten ini menunjukkan bahwa narasi ketakutan terhadap komitmen pernikahan dinormalisasi melalui mekanisme humor, di mana *trust issue* dan *fear of betrayal* disampaikan secara tidak langsung sehingga terasa lebih mudah diterima oleh audiens. Kolom komentar yang dipenuhi respons bercanda semakin memperkuat normalisasi kecemasan tersebut sebagai pengalaman yang *relatable* di kalangan generasi muda.

Kedua, unggahan di platform X oleh akun @irrengmutlaq pada 17 Agustus 2024 yang berbunyi *"Gimana kalau misal trend 'marriage is scary' ini justru menambah kesadaran bahwa tanggung jawab di hadapan Allah setelah menikah itu besar..."* Berbeda dengan narasi dominan yang membingkai pernikahan sebagai sumber ketakutan, konten ini merepresentasikan *counter-narrative* religius yang memaknai ulang rasa takut menikah sebagai bentuk kesadaran spiritual terhadap besarnya amanah di hadapan Allah SWT. Analisis wacana terhadap konten ini memperlihatkan adanya kontestasi nilai di ruang digital, di mana perspektif Islam hadir sebagai alternatif pemaknaan yang konstruktif terhadap narasi ketakutan yang dominan. Respons audiens yang beragam dari yang sinis hingga yang mendukung mencerminkan bahwa ruang digital sesungguhnya bukan arena yang sepenuhnya homogen, melainkan medan pertarungan nilai yang kompleks.

Ketiga, unggahan di platform X oleh akun @JaenudinAprilia pada 9 Agustus 2025 yang berbunyi *"Isi berita 'selingkuh, cerai, KDRT' #marriageisscary"*. Konten ini mengaitkan ketakutan terhadap pernikahan dengan intensitas paparan berita negatif di media, menunjukkan pola *media-induced fear* di mana persepsi buruk terhadap pernikahan tidak bersumber dari pengalaman pribadi melainkan dari konsumsi informasi yang berulang. Analisis wacana terhadap konten ini menegaskan bahwa algoritma media sosial berperan sebagai penguat (*amplifier*) narasi negatif melalui mekanisme *echo chamber*, sehingga kegagalan pernikahan seolah menjadi pengalaman yang umum dan tak terhindarkan. Temuan ini relevan untuk menjelaskan mengapa mahasiswa yang terpapar konten serupa cenderung mengembangkan standar pemilihan

pasangan yang lebih selektif sebagai strategi mitigasi risiko. Ketiga pola narasi tersebut menjadi landasan empiris untuk memahami bagaimana mahasiswa STDI Imam Syafi'i Jember memaknai dan merespons fenomena "Marriage is Scary" dalam kehidupan mereka.

Fenomena "*marriage is scary*" (MiS) di media sosial dipahami sebagai representasi digital dari kecemasan kolektif generasi muda terhadap institusi pernikahan. Berdasarkan analisis terhadap konten di TikTok dan X, narasi MiS membingkai pernikahan sebagai sumber ketakutan emosional dan beban finansial yang sangat nyata. Salah satu konten TikTok secara spesifik menampilkan kecemasan terhadap pengkhianatan melalui narasi "*what if my wife cheating on me*" yang dikemas dengan ekspresi datar namun bernada satir. Algoritma media sosial memperkuat narasi negatif ini melalui mekanisme *echo chamber* sehingga kegagalan pernikahan seolah menjadi pengalaman yang umum (Asy'ari & Amelia, 2024). Akibatnya, akumulasi paparan tersebut membentuk konstruksi sosial di mana pernikahan kini dipandang sebagai keputusan yang sangat berisiko.

Gaya penyampaian yang menggunakan humor sarkastik berwajah datar (*deadpan*) dalam konten tersebut berfungsi sebagai mekanisme normalisasi terhadap krisis kepercayaan (*trust issue*) yang mendalam. Pola narasi ini membuat isu perselingkuhan dan perubahan sikap pasangan pasca-menikah seolah menjadi risiko yang tak terhindarkan bagi siapa saja. Hal ini mencerminkan krisis kepercayaan di kalangan pengguna media sosial yang memengaruhi kondisi psikologis audiens secara luas. Khoirun Nisa' (2025) menegaskan bahwa paparan konten negatif terkait pernikahan dapat meningkatkan kecemasan individu terhadap komitmen jangka panjang (Nisa', 2025). Dengan demikian, humor menjadi tameng emosional untuk mengekspresikan kecemasan tanpa terlihat terlalu serius atau emosional.

Pergeseran makna ini menunjukkan bahwa bagi Generasi Z, pernikahan tidak lagi dianggap sebagai sekadar kewajiban sosial atau pencapaian hidup yang harus dilewati. Makna pernikahan kini telah bergeser menjadi keputusan personal yang sangat bergantung pada tingkat kesiapan emosional serta finansial individu (Raissa & Pradana, 2025). Pengalaman buruk, trauma keluarga, serta narasi negatif di dunia digital terbukti memperkuat rasa takut dan keraguan terhadap institusi tersebut (Raissa & Pradana, 2025). Kecemasan ini berkelindan dengan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi ditemukan memiliki kaitan dengan tingkat kematangan emosi seseorang dalam menghadapi isu pernikahan (Herawati et al., 2022). Akumulasi dari ketakutan dan kesadaran psikologis inilah yang menciptakan standar baru di mana individu menjadi jauh lebih selektif dalam mengevaluasi calon pasangan hidup mereka.

Bagi perempuan Generasi Z, ketakutan ini mencakup kekhawatiran spesifik terhadap risiko kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) serta budaya patriarki (Lestari et al., 2024). Konstruksi makna tersebut diperkuat oleh paparan narasi di media sosial yang menonjolkan beban ganda serta tekanan sosial dalam kehidupan pernikahan (Rahmawati, 2025). Narasi ini kemudian memperoleh validasi melalui komentar afirmatif yang membentuk persepsi bahwa rasa takut menikah merupakan respon rasional. Hal ini terlihat jelas pada kolom komentar konten MiS yang dipenuhi pernyataan saling menguatkan, seperti istilah “relate banget” sebagai bentuk legitimasi sosial. Pada akhirnya, interaksi digital ini menciptakan kondisi di mana ketakutan individu mendapatkan dukungan masif dari audiens yang memiliki kecemasan serupa.

Selain aspek emosional, ketakutan finansial juga menjadi makna dominan yang memicu respon defensif berupa kecenderungan individu untuk menunda pernikahan. Di platform X, ketakutan finansial ditekankan melalui diskusi mengenai beban generasi *sandwich* dan tingginya biaya hidup pasca-menikah. Mayoritas Generasi Z saat ini memprioritaskan stabilitas ekonomi dan karier sebagai strategi utama untuk menghindari risiko kemiskinan (Riska & Khasanah, 2023). Sikap pragmatis ini seolah memperoleh pembenaran dari maraknya pemberitaan mengenai perceraian figur publik akibat faktor ekonomi yang sering menjadi viral (Adhani & Aripudin, 2024). Akumulasi dari kedua hal tersebut membentuk persepsi ekstrem bahwa melangkah ke jenjang pernikahan tanpa keamanan finansial dapat membahayakan masa depan individu secara sosial.

Di tengah arus kecemasan tersebut, kematangan emosi muncul sebagai faktor krusial yang menentukan bagaimana individu memaknai fenomena ketakutan ini. Penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi memberikan kontribusi pengaruh yang sangat signifikan, yakni sebesar 51,0%, terhadap kesiapan menikah (Hikmah & Rahayu, 2025). Semakin tinggi tingkat kematangan emosi seseorang, maka semakin tinggi pula kesiapannya untuk membangun hubungan yang sehat dan harmonis (Hikmah & Rahayu, 2025). Selain itu, gaya kelekatan (*attachment style*) individu turut berperan dalam memprediksi munculnya kesiapan menikah di tengah ketakutan yang ada (Annisa & Dalimunthe, 2021). Perbedaan gaya kelekatan inilah yang menjadi alasan mengapa respons setiap individu terhadap narasi MiS tidak seragam, melainkan bergantung pada fondasi emosional masing-masing.

Meski narasi ketakutan mendominasi, terdapat *counter-narrative* yang berupaya mengembalikan makna pernikahan pada dimensi spiritual sebagai bentuk pertahanan diri. Sejumlah konten edukatif mengajak audiens memaknai rasa takut bukan untuk menjauhi pernikahan, melainkan sebagai alarm kesadaran terhadap amanah di hadapan Allah SWT. Contohnya, terdapat narasi yang menekankan bahwa ketakutan yang

sesungguhnya adalah “menikah tanpa bekal ilmu agama” daripada pernikahan itu sendiri. Ruang digital menjadi arena kontestasi nilai di mana perspektif religius hadir sebagai alternatif terhadap narasi dominan ketakutan (Ardiningrum et al., 2025). Perspektif ini menggeser fokus mahasiswa dari sekadar rasa cemas menjadi urgensi untuk memperkuat kesiapan mental dan pemahaman syariat.

Bagi mahasiswa dengan literasi agama yang kuat, tren MiS justru menjadi pengingat penting untuk memperkuat kesiapan ilmu dan spiritual secara lebih matang. Dalam mekanisme ini, nilai-nilai religius berfungsi sebagai penyaring informasi yang mengubah ketakutan menjadi motivasi untuk melakukan persiapan yang lebih holistik. Temuan ini menunjukkan bahwa makna konten “*marriage is scary*” tidaklah tunggal, melainkan bersifat plural dan sangat ditentukan oleh latar belakang ideologis individu. Oleh sebab itu, pendidikan Islam menemukan relevansinya sebagai agen sosialisasi utama dalam membentuk cara pandang konstruktif tersebut. Konklusi ini menegaskan bahwa dampak fenomena MiS sangat bergantung pada sejauh mana individu mampu memfilter narasi digital dengan bekal pengetahuan yang memadai.

Perspektif Islam terhadap Kriteria Pasangan dan Kesiapan Menikah dalam Menjawab Fenomena 'Marriage is Scary'

Islam menempatkan pernikahan bukan sekadar sebagai kontrak perdata, melainkan sebagai ikatan perjanjian yang sangat kuat dan sakral atau *mitsaqan ghalizan*. Istilah ini secara eksplisit disebutkan dalam Al-Qur'an Surah An-Nisa ayat 21, di mana Allah SWT berfirman:

وَأَخَذْنَ مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا

Dan mereka (istri-istrimu) telah mengambil dari kamu perjanjian yang kuat.

Al-Hafizh Ibnu Katsir dalam tafsirnya menjelaskan bahwa *mitsaqan ghalizan* bermakna sebuah perjanjian yang berat dan teguh, di mana seorang suami mengambil istri dengan amanah Allah (Katsir, 1999). Penjelasan ini menegaskan bahwa pernikahan harus dibangun di atas fondasi yang kokoh dengan kriteria pemilihan yang terukur demi menjaga kesucian ikatan tersebut. Dalam konteks kekinian, kesadaran akan beratnya amanah ini sejalan dengan perspektif Generasi Z yang memandang pernikahan sebagai keputusan personal yang menuntut kesiapan emosional serta finansial (Raissa & Pradana, 2025). Dengan demikian, prinsip kehati-hatian (*prudent*) ini sejatinya menjadi sebuah keniscayaan dalam syariat agar tujuan pernikahan sebagai ibadah dapat tercapai dengan sempurna.

Dalam panduan teknis pemilihan pasangan, Rasulullah SAW memberikan arahan yang sangat spesifik melalui hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari:

تُنكِحُ الْمَرْأَةَ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا وَلِحَسَبِهَا وَلِجَمَالِهَا وَلِدِينِهَا، فَاظْفُرْ بِدَاتِ الدِّينِ تَرَبُّثٌ بِدَاكِ

Wanita itu dinikahi karena empat hal: karena hartanya, karena keturunannya, karena kecantikannya, dan karena agamanya. Maka pilihlah yang memiliki agama, niscaya engkau akan beruntung. (HR. Al-Bukhari)

Imam An-Nawawi dalam *Al-Minhaj* menjelaskan bahwa Rasulullah menekankan untuk memprioritaskan aspek agama agar kehidupan rumah tangga menjadi baik dan selamat (An-Nawawi, 2001). Penekanan pada aspek agama (*fadzfar bidzatiddin*) berfungsi sebagai barometer utama dan filter moral yang mencakup pemahaman hak, kewajiban, serta akhlak mulia (Haekal & Permana, 2024). Hal ini sangat relevan mengingat kematangan emosi terbukti memberikan kontribusi mayoritas terhadap kesiapan menikah (Hikmah & Rahayu, 2025). Tanpa landasan agama dan kematangan emosi, bangunan rumah tangga akan rentan goyah saat diterpa badai ujian seperti ketakutan finansial yang marak di media sosial.

Selain kriteria agama, Islam mengenal konsep *kafa'ah* atau kesetaraan yang bertujuan menciptakan keserasian dan meminimalisir potensi konflik. Kesetaraan ini mencakup visi ibadah, tingkat pendidikan, dan kematangan emosional yang kini menjadi perhatian utama para mahasiswa. Dalam perspektif *maqashid syariah*, pemilihan pasangan yang sekuifu merupakan upaya preventif (*sadd al-dzari'ah*) untuk menjaga ketenangan jiwa. Konsep *kafa'ah* menjadi semakin relevan di era digital sebagai filter seleksi pasangan (Chaliza & Oktaviani, 2025). Dalam tinjauan psikologis, kesiapan ini beririsan erat dengan pola kelekatan aman (*secure attachment*) yang menjadi fondasi mental dalam membangun hubungan yang setara.

Al-Qur'an memberikan respons teologis terhadap gejala ketakutan psikologis akibat fenomena “*marriage is scary*” melalui konsep *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Allah SWT berfirman dalam QS. Ar-Rum ayat 21:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً

Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang.

Syaikh Abdurrahman As-Sa'di dalam *Taisir Karimir Rahman* menafsirkan bahwa *sakinah* (ketenangan) muncul karena kesesuaian jenis manusia, sementara *mawaddah* dan *rahmah* adalah anugerah untuk memperkokoh ikatan batin (As-Sa'di, 2000). Pemahaman mendalam terhadap ayat ini berfungsi sebagai *healing spiritual* untuk mengubah narasi ketakutan menjadi optimisme yang beralasan (Rahma, 2025). Secara sosiologis, konsep ketenteraman ini hadir sebagai antitesis yang membantah kecemasan mayoritas perempuan Generasi Z terhadap risiko kekerasan dalam rumah tangga dan budaya patriarki (Lestari et al., 2024). Oleh karena itu, dapat dipahami bahwa institusi pernikahan dalam Islam sejatinya dirancang sebagai wadah stabilitas

emosional, bukan sumber tekanan mental seperti yang sering digambarkan dalam tren digital.

Al-Qur’an juga menjawab kecemasan finansial yang menjadi momok utama dalam konten MiS dengan memberikan jaminan kecukupan rezeki pada QS. An-Nur ayat 32:

إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ

Jika mereka miskin, Allah akan memampukan mereka dengan karunia-Nya.

Ibnu Katsir mengutip perkataan Abdullah bin Mas'ud yang menegaskan untuk mencari kekayaan dalam pernikahan bagi mereka yang berniat menjaga kehormatan diri (*‘iffah*) (Katsir, 1999). Janji Ilahi ini menjadi antitesis kuat terhadap narasi viral di TikTok yang sering menakut-nakuti generasi muda dengan bayangan kemiskinan pasca-menikah. Keyakinan akan jaminan rezeki ini merupakan solusi fundamental untuk meluruskan persepsi materialisme yang mereduksi makna pernikahan hanya pada aspek ekonomi semata. Kembali kepada teks suci adalah strategi kognitif penting untuk membangun keberanian dan kemantapan hati dalam mengambil keputusan besar. Selain itu, kehadiran dukungan sosial (*social support*) yang positif juga terbukti menjadi elemen pendukung yang krusial dalam membantu individu dewasa awal memantapkan kesiapan mereka (Hikmah & Rahayu, 2025).

Terkait dengan parameter kesiapan tersebut, Hukum Islam sejatinya telah menawarkan fleksibilitas melalui konsep *istitha’ah* atau kemampuan sebagai prasyarat fundamental yang bersandar pada sabda Rasulullah SAW:

يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ

Wahai sekalian pemuda, siapa saja di antara kalian yang telah memiliki kemampuan, maka hendaklah dia menikah. (HR. Al-Bukhari)

Imam An-Nawawi menjelaskan bahwa *al-ba’ah* bermakna kemampuan menanggung beban pernikahan, baik mahar, nafkah, maupun kesiapan mental (An-Nawawi, 2001). Hukum menikah bahkan dapat berubah menjadi makruh jika seseorang tidak memiliki kemampuan sehingga berpotensi menzalimi pasangannya (Al Mafaz et al., 2024). Pandangan ini selaras dengan "ketakutan rasional" mahasiswa yang memprioritaskan kematangan ekonomi dan emosional di tengah paparan media sosial yang masif. Sikap antisipatif ini menjadi semakin beralasan mengingat tingginya intensitas penggunaan media sosial justru berkorelasi dengan rendahnya tingkat kematangan emosi (Herawati et al., 2022). Dengan demikian, syariat Islam secara tegas menuntut persiapan holistik demi terwujudnya tujuan suci pernikahan yang langgeng dan penuh berkah.

Analisis Dampak Konten “Marriage is Scary” terhadap Mahasiswa STDI

Dampak konten 'Marriage is Scary' (MiS) terhadap mahasiswa STDI Imam Syafi'i Jember menunjukkan adanya variasi sikap yang beragam yang dipengaruhi oleh tingkat literasi keagamaan. Kelompok pertama, yang diwakili oleh MVA dan AAA, menunjukkan resistensi total terhadap narasi ketakutan tersebut dengan menjadikan ilmu agama sebagai benteng pertahanan utama. Mereka memandang konten negatif di media sosial sebagai produk dari ketidaktahuan masyarakat terhadap hakikat pernikahan, sehingga tidak menggoyahkan niat mereka untuk menikah. Narasi resistensi ini dikonfirmasi oleh pernyataan MVA yang memosisikan literasi agama sebagai imunitas kognitif (*cognitive immunity*) dalam merespons konten digital:

Bisa, dan itu tergantung personal yang terpapar konten tersebut, jika ia adalah orang yang memiliki dasar ilmu agama, insyaallah dia tidak akan terpengaruh oleh konten-konten seperti itu, karena dia punya benteng untuk itu, berbeda halnya dengan orang yang tidak punya dasar ilmu agama, bisa jadi mereka akan langsung terpengaruh oleh konten tersebut, sehingga enggan atau takut untuk menikah. (MVA, Wawancara, 10 November 2025)

Sikap resistensi ini mengonfirmasi bahwa internalisasi nilai-nilai Islam yang kuat mampu mereduksi dampak psikologis dari paparan media negatif secara signifikan (Azizah et al., 2025). Bagi kelompok ini, ketakutan yang tidak berdasar dianggap sebagai gangguan pikiran (*waswas*) yang harus diabaikan. Kemampuan mengabaikan hal tersebut terbentuk karena mahasiswa dengan fondasi keagamaan yang kokoh cenderung memiliki kestabilan emosi yang lebih baik dalam menyaring informasi digital yang destruktif. Kestabilan emosi inilah yang secara teoretis selaras dengan temuan psikologis, di mana individu dengan gaya kelekatan aman (*secure attachment*) memiliki predisposisi kesiapan menikah yang lebih tinggi dan tangguh terhadap kecemasan (Annisa & Dalimunthe, 2021).

Kekebalan persepsi ini juga dipengaruhi oleh konteks lingkungan STDI yang menerapkan kurikulum berbasis pemahaman Salafus Shalih secara intensif. Mata kuliah fikih dan akidah membentuk *worldview* bahwa setiap problematika hidup, termasuk tantangan pernikahan, memiliki solusi dalam koridor syariat. Lingkungan kampus yang kondusif memberikan dukungan sosial (*social support*) yang sangat penting dalam membangun optimisme mahasiswa. Penelitian secara spesifik menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif sebesar 24,5% terhadap kesiapan menikah pada individu dewasa awal (Hikmah & Rahayu, 2025). Di dalam ekosistem kampus tersebut, dukungan ini semakin diperkuat oleh kurikulum yang terintegrasi dengan nilai-nilai rabbani, sehingga pada akhirnya membuat narasi viral di media sosial menjadi kehilangan relevansinya.

Di sisi lain, terdapat kelompok mahasiswa (NQ dan LHF) yang mengakui bahwa paparan konten MiS memicu sikap yang lebih waspada dan berhati-hati (*prudent*). Ketakutan yang dirasakan bukanlah *gamophobia* yang irasional, melainkan *rational fear* atas besarnya tanggung jawab kepemimpinan dalam rumah tangga. Mereka menyadari bahwa kegagalan pernikahan yang viral sering kali disebabkan oleh ketidaksiapan karakter serta minimnya bekal ilmu. Kematangan emosi menjadi kunci, mengingat faktor ini berpengaruh lebih dari separuh terhadap kesiapan seseorang untuk melangkah ke jenjang pernikahan (Hikmah & Rahayu, 2025). Dinamika psikologis antara dorongan syariat dan realitas sosial ini terekam jelas dalam pengakuan NQ:

Biasanya para ustadz selalu menganjurkan untuk segera menikah, namun konten-konten seperti itu membuat saya lebih menahan diri. Saya jadi melihat bahwa pernikahan tidak sesederhana akad saja; ada banyak tantangan di dalamnya. Karena narasinya disampaikan seolah berdasarkan pengalaman nyata, hal itu menimbulkan rasa takut dan membuat saya jadi lebih ragu. (NQ, Wawancara, 17 November 2025)

Sikap reflektif ini menunjukkan kemampuan mahasiswa untuk mengolah informasi negatif menjadi bahan evaluasi diri atau *muhasabah* yang konstruktif. Fenomena ini membuktikan bahwa dampak media sosial tidak selalu destruktif, melainkan bisa menjadi pemicu kedewasaan jika disikapi dengan ilmu yang memadai. Sebagai manifestasinya, mahasiswa cenderung memandang pernikahan bukan lagi sekadar kewajiban sosial otomatis, melainkan keputusan personal yang menuntut kesiapan mental (Raissa & Pradana, 2025). Pandangan objektif ini terkonfirmasi melalui pernyataan LHF yang menyoroti dualitas pengaruh digital:

Ada sisi positif dan negatifnya. Positifnya, kita bisa belajar agar lebih siap sebelum menikah dan mengetahui hal-hal yang dapat memicu konflik. Negatifnya, tentu ada narasi yang dapat menimbulkan kekhawatiran berlebihan. (LHF, Wawancara, 18 November 2025)

Pernyataan di atas menegaskan bahwa kemampuan memfilter informasi memungkinkan mahasiswa untuk mengambil pelajaran (*ibrah*) dari narasi negatif tanpa harus tenggelam dalam ketakutan irasional.

Beranjak dari kesadaran akan tantangan realitas tersebut, temuan menarik lainnya adalah adanya pergeseran kriteria pasangan yang lebih spesifik sebagai respon terhadap ketakutan finansial dan gaya hidup. Mahasiswa secara eksplisit menyatakan preferensi untuk memilih pasangan yang memiliki sifat *qana'ah* (merasa cukup) dan pola hidup sederhana. Pilihan ini diambil untuk memitigasi risiko ketidakmampuan memenuhi ekspektasi gaya hidup tinggi yang sering memicu konflik dalam rumah tangga. Menariknya, kriteria kesederhanaan ini sejatinya menjadi solusi yang tepat

untuk meredakan kecemasan perempuan Generasi Z, yang kerap merasa tertekan oleh ekspektasi sosial dan beban ganda pasca-menikah (Lestari et al., 2024). Sikap realistis dalam menetapkan kriteria pasangan ini direpresentasikan dengan sangat lugas oleh MVA:

Saya lebih memilih yang baik agamanya dan kehidupannya sederhana, karena yang cantik dan kaya misalnya itu sangat kurang sekali menurutku, karena bisa jadi setelah menikah nanti kehidupannya berubah jadi lebih sederhana sedangkan ia terbiasa hidup berkecukupan bahkan lebih, itu bisa saja menjadi masalah nantinya... (MVA, Wawancara, 10 November 2025)

Pertimbangan ini merupakan bentuk mitigasi risiko yang cerdas dalam menghadapi ketidakpastian ekonomi dan narasi negatif media sosial (Satriyanto & Oktaviani, 2025).

Ketakutan spesifik yang diungkapkan para informan mengarah pada tiga tema dominan: kesiapan finansial, tanggung jawab suami, dan ekspektasi pasangan. MVA mengungkapkan bahwa ketakutan yang paling mengena adalah soal ekonomi: *"kalau dari sisi laki-laki sih, ketakutan yang paling mengena mungkin tentang ekonomi."* Kekhawatiran serupa disampaikan NQ yang menekankan bahwa finansial adalah pilar utama karena *"nanti ketika sudah menikah dan dilepas oleh orang tua sedangkan kita harus memberikan nafkah untuk anak orang lain."* Adapun AAA mengungkapkan ketakutan yang berbeda, yakni soal tanggung jawab yang tidak terstandarisasi: *"cara pandang seseorang terhadap kadar minimal tanggung jawab suami terhadap istri berbeda-beda, dan faktor ini di luar kendali kita."* Sementara LHF mengkhawatirkan ekspektasi pasangan yang tidak realistis: *"lebih khawatir ekspektasi istri yang terlalu tinggi dan istri tidak siap dengan keadaan yang sulit."*

Ketakutan-ketakutan tersebut secara teologis direspons oleh QS. An-Nur ayat 32 yang menegaskan bahwa Allah akan memampukan mereka yang menikah meskipun dalam kondisi kekurangan. Ketika ditanya mengenai ayat ini, keempat informan mengaku mengetahuinya, namun respons mereka beragam. MVA mengakui adanya pertarungan batin: *"tahu, cuma ya namanya hati kan berbolak-balik, terkadang kuat menghadapi ketakutan itu, cuma ada di satu waktu hati merasa lemah dan akhirnya larut dalam kekhawatiran."* NQ merespons serupa dengan menyatakan bahwa ia merasa tenang dengan ayat tersebut, *"tapi untuk menjadikan diri ini untuk siap menikah kayaknya belum"* karena ia masih melihat realita di lapangan banyak yang kesulitan setelah menikah. Berbeda dengan keduanya, AAA menyatakan bahwa ayat ini *"menambah keberanian untuk menikah, karena janji Allah adalah pasti."* Adapun LHF menyikapinya secara positif namun tetap realistis: *"ayat tersebut menjadi penenang, namun saya juga perlu usaha dan berpikir realistis."*

Pola respons yang beragam ini menunjukkan adanya fenomena yang dapat disebut sebagai kesenjangan antara kognisi teologis dan kondisi psikologis di mana informan mengetahui dan mengimani janji Allah, namun secara psikologis masih dibayangi kekhawatiran yang bersumber dari tekanan sosial dan narasi digital. Hal ini semakin diperkuat oleh respons mereka terhadap hadis istitha'ah (HR. Al-Bukhari): "*Wahai sekalian pemuda, siapa saja di antara kalian yang telah memiliki kemampuan, maka hendaklah ia menikah.*" MVA memaknai "*kemampuan*" secara holistik mencakup finansial, emosional, dan mental. NQ menegaskan bahwa finansial adalah pilar utama karena kesiapan mental dan emosional akan mengikuti dengan sendirinya ketika seseorang telah berazam untuk menikah. AAA merujuk pada makna *ba'ah* secara lahiriah dan batiniah, sementara LHF memaknainya secara umum tanpa membatasinya pada satu aspek saja. Temuan ini menunjukkan bahwa filter teologis yang dimiliki mahasiswa STDI berfungsi bukan sebagai penghapus ketakutan, melainkan sebagai kerangka pemaknaan ulang yang membantu mereka merespons narasi digital secara lebih terstruktur dan bernilai.

Melalui pernyataan tersebut, tampak jelas bahwa mahasiswa menyadari bahwa stabilitas rumah tangga sangat ditentukan oleh kesesuaian gaya hidup serta manajemen ekspektasi antara suami dan istri. Meskipun nilai agama tetap menjadi kriteria utama, kini mahasiswa juga menaruh perhatian besar pada aspek kematangan emosional dan kemampuan komunikasi. Tuntutan ini menjadi sangat beralasan, mengingat tingginya intensitas penggunaan media sosial memang ditemukan memiliki kaitan erat dengan rentannya tingkat kematangan emosi pasangan muda saat ini (Herawati et al., 2022). Oleh karena itu, kriteria calon pasangan kini berkembang menjadi lebih holistik dengan menggabungkan aspek spiritualitas dan realitas sosial.

Secara keseluruhan, mahasiswa STDI kini melengkapi kriteria agama dengan tuntutan kualitas interpersonal yang lebih tinggi dari pasangannya. Mereka tidak lagi hanya mencari sosok yang saleh secara ritual, tetapi juga mengharapkan kedewasaan mental untuk diajak bekerja sama membangun visi keluarga. Pergeseran ini sejalan dengan karakteristik Gen Z di era digital yang menuntut transparansi dan kemitraan yang sehat dalam hubungan (Chaliza & Oktaviani, 2025). Dalam praktiknya, mahasiswa mengintegrasikan tuntutan zaman ini dengan nilai-nilai syariat untuk menciptakan standar yang seimbang. Dengan demikian, dampak tren "*Marriage is Scary*" pada akhirnya justru mendorong mereka untuk melakukan persiapan pernikahan yang jauh lebih matang dan berlandaskan ilmu.

Tabel 1. Dampak Konten "Marriage is Scary" terhadap Mahasiswa STDI Imam Syafi'i Jember

No.	Aspek Dampak	MVA	AAA	NQ	LHF
-----	--------------	-----	-----	----	-----

1	Variasi sikap terhadap konten MiS	Menunjukkan resistensi total dengan memandang konten MiS sebagai produk ketidaktahuan masyarakat yang tidak menggoyahkan niat menikah	Menunjukkan resistensi total; nilai-nilai Islam yang terinternalisasi berfungsi sebagai benteng kognitif yang kokoh terhadap narasi negatif	Mengakui adanya sikap lebih waspada dan menahan diri (<i>prudent</i>); memandang pernikahan jauh lebih kompleks dari sekadar akad	Bersikap reflektif dengan mengakui adanya sisi positif dan negatif dari konten MiS sebagai bahan evaluasi dan pengambilan pelajaran (<i>ibrah</i>)
2	Respons terhadap dalil Islam (QS. An-Nur: 32 & Hadis Istitha'ah)	Mengetahui kedua dalil namun mengakui masih berbolak-balik; memaknai istitha'ah secara holistik mencakup kesiapan finansial, emosional, dan mental	Meyakini sepenuhnya janji Allah dalam QS. An-Nur: 32 sehingga menambah keberanian menikah; memaknai istitha'ah sebagai kesiapan lahiriah dan batiniah	Merasa tenang secara kognitif dengan dalil tersebut namun belum siap secara psikologis; menekankan finansial sebagai pilar utama istitha'ah	Menjadikan QS. An-Nur: 32 sebagai penenang hati sambil tetap bersikap realistis; memaknai istitha'ah secara menyeluruh tanpa membatasi pada satu aspek
3	Perubahan kriteria pemilihan pasangan	Memprioritaskan agama yang baik dan gaya hidup sederhana (<i>qana'ah</i>) sebagai strategi mitigasi risiko konflik finansial pasca menikah	Memprioritaskan agama sebagai kriteria utama yang dilengkapi dengan kematangan emosional dan kedewasaan karakter pasangan	Mengharapkan pasangan yang memiliki kesiapan mental, kemampuan komunikasi yang baik, serta kesiapan menghadapi berbagai tantangan bersama	Mengharapkan pasangan yang tidak memiliki ekspektasi berlebihan dan siap menerima kondisi hidup yang bervariasi dengan lapang dada

Tabel 1 di atas merangkum secara sistematis variasi dampak konten "*Marriage is Scary*" terhadap keempat informan, mulai dari sikap awal yang beragam, respons terhadap dalil Islam, hingga perubahan konkret pada kriteria pemilihan pasangan hidup mereka. Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa meskipun keempat informan terpapar konten yang sama, respons yang muncul tidaklah seragam melainkan sangat dipengaruhi oleh kedalaman internalisasi nilai-nilai Islam yang dimiliki masing-masing individu. Kelompok yang menunjukkan resistensi total (MVA dan AAA)

membuktikan bahwa fondasi keagamaan yang kokoh mampu berfungsi sebagai imunitas kognitif yang efektif dalam menangkal narasi negatif digital. Sementara itu, kelompok yang bersikap waspada rasional (NQ dan LHF) justru memperlihatkan kemampuan mengolah narasi negatif menjadi bahan refleksi dan evaluasi diri yang konstruktif. Yang paling menarik adalah bahwa kedua kelompok ini pada akhirnya bermuara pada kesimpulan yang sama, yakni perlunya persiapan pernikahan yang lebih matang, holistik, dan berlandaskan ilmu agama sebagai respons atas tantangan budaya digital yang terus berkembang.

Analisis Integratif dan Solusi Pendidikan

Fenomena respons mahasiswa STDI terhadap tren MiS dapat dianalisis menggunakan teori konstruksi sosial, di mana individu melakukan proses *decoding* yakni pemaknaan atau interpretasi sebuah pesan berdasarkan latar belakang pengetahuan mereka. Dalam proses *decoding* ini, mahasiswa STDI menggunakan filter teologis dari lingkungan akademik untuk memproses narasi ketakutan yang dibangun media sosial agar tidak terjadi hegemoni pikiran (Adhani & Aripudin, 2024). Melalui penyaringan kognitif tersebut, cara pandang mereka menjadi lebih objektif; bagi mereka, pernikahan kini bergeser dari sekadar kewajiban sosial menjadi keputusan personal yang sangat mempertimbangkan kesiapan emosional serta finansial (Raissa & Pradana, 2025). Ketahanan intelektual ini pada akhirnya membuktikan bahwa basis epistemologi Islam yang kuat mampu mendekonstruksi narasi digital yang sering kali mendistorsi nilai-nilai sakral pernikahan.

Secara yuridis-sosiologis, fenomena ini mencerminkan upaya nyata mahasiswa dalam menerapkan prinsip *hifz al-din* (menjaga agama) dan *hifz al-nasl* (menjaga keturunan). Ketakutan rasional yang dialami mahasiswa merupakan manifestasi dari kesadaran hukum bahwa pernikahan membawa konsekuensi hak dan kewajiban yang berat (Oktaviani & Krismono, 2025). Untuk mampu memikul beban yuridis tersebut, kematangan emosi terbukti menjadi prediktor utama kesiapan menikah seseorang (Hikmah & Rahayu, 2025). Oleh karena itu, sikap selektif dalam memilih pasangan yang sekufu (*kafa'ah*) bukanlah bentuk fobia irasional, melainkan murni implementasi prinsip *sadd al-dzari'ah* untuk menutup jalan keburukan di masa depan.

Ditinjau dari aspek psikologi sosial, tingginya intensitas penggunaan media sosial memang memiliki kaitan erat dengan rentannya tingkat kematangan emosi generasi muda saat ini (Herawati et al., 2022). Mahasiswa STDI merespons risiko ini tidak dengan kepanikan, melainkan dengan memperkuat gaya kelekatan aman (*secure attachment*), yang secara statistik terbukti mampu memprediksi kesiapan menikah sebesar 10,2% (Annisa & Dalimunthe, 2021). Sebagai bentuk nyata dari stabilitas emosional tersebut, kewaspadaan mahasiswa dimanifestasikan melalui peningkatan

tanggung jawab personal untuk memastikan keamanan finansial serta kesiapan mental sebagai calon pemimpin rumah tangga (Raissa & Pradana, 2025). Hal ini menjadi langkah preventif yang rasional untuk menghindari risiko kegagalan domestik yang sering dipotret secara negatif dalam narasi digital. Dengan demikian, tren MiS justru menjadi katalisator bagi mahasiswa untuk lebih fokus pada pengembangan kualitas internal dan kedewasaan sebelum berkomitmen.

Pentingnya peran pendidikan Islam sebagai *counter-narrative* terbukti sangat vital dalam membentuk imunitas kognitif bagi generasi muda. Mahasiswa secara konsisten merujuk pada materi perkuliahan dan bimbingan ustadz sebagai dukungan sosial nyata yang berkontribusi signifikan terhadap kesiapan mental mereka (Hikmah & Rahayu, 2025). Secara lebih luas, lingkungan STDI menanamkan *worldview* yang menjadi kompas bagi mahasiswa dalam menavigasi berbagai tantangan digital yang menghambat niat menikah. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan pranikah yang terstruktur adalah solusi paling efektif untuk meredam kecemasan berlebih (Riswandi et al., 2025). Sebaliknya, tanpa institusi pendidikan yang kuat, mahasiswa akan cenderung terombang-ambing oleh narasi viral yang tidak berlandaskan ilmu.

Sebagai solusi konkret, diperlukan penguatan materi bimbingan pranikah yang adaptif terhadap isu kontemporer seperti manajemen konflik digital dan kesehatan mental. Bimbingan pranikah yang komprehensif ini secara teoretis terbukti berkorelasi positif dengan ketahanan keluarga dan pemenuhan nafkah batin yang harmonis (Lubis & Muktaruddin, 2023). Selain pendekatan edukatif, literasi mengenai instrumen hukum seperti perjanjian pranikah juga dapat diperkenalkan sebagai opsi preventif (Makrifatin & Risalatusshiyam, 2024). Pada akhirnya, sinergi antara pemahaman teks syar'i, kematangan emosi, dan dukungan sosial menjadi kunci utama dalam mencetak generasi muslim yang tangguh. Dengan persiapan holistik seperti ini, ketakutan digital dapat dihadapi dengan optimisme yang berlandaskan pada kesiapan ilmu dan iman.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa fenomena “*marriage is scary*” di media sosial mendorong transformasi kriteria pemilihan pasangan mahasiswa STDI menjadi lebih pruden dan selektif. Mahasiswa kini tidak hanya menitikberatkan pada aspek kesalehan ritual, tetapi juga menuntut bukti kematangan emosional dan kesiapan mental yang kuat. Hal ini merupakan strategi preventif yang rasional untuk memitigasi risiko kegagalan rumah tangga yang sering dipotret secara negatif di ruang digital. Sebagai wujud konkret dari strategi tersebut, sifat *qana'ah* dan kemampuan komunikasi kini ditempatkan setara dengan urgensi pemahaman agama sebagai standar pemilihan yang realistis. Dengan demikian, literasi agama yang mendalam berfungsi sebagai filter kritis dalam menjaga kesucian institusi pernikahan di tengah arus informasi media sosial.

Lebih lanjut, prinsip pemilihan pasangan dalam Islam, khususnya konsep *kafa'ah* (kepadanan/kesetaraan), terbukti tetap adaptif namun mengalami perluasan makna di kalangan mahasiswa. Saat ini, *kafa'ah* tidak hanya dipandang dari sisi agama dan nasab semata, tetapi juga mencakup kompatibilitas psikologis serta kesamaan visi finansial. Integrasi antara pemahaman syariat dan kriteria yang terukur ini menjadi kunci penting dalam mengubah kecemasan digital menjadi kesiapan yang lebih matang. Dalam kerangka ini, kematangan emosi ditemukan sebagai barometer krusial bagi mahasiswa sebelum memutuskan untuk berkomitmen. Pada akhirnya, optimisme yang berlandaskan ilmu ini menjadi antitesis yang sangat efektif terhadap narasi ketakutan dan kegagalan materialistis di media sosial.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini menyarankan agar lembaga pendidikan Islam memperkuat kurikulum bimbingan pranikah yang responsif terhadap isu kontemporer. Materi pendidikan perlu mencakup manajemen kesehatan mental, gaya kelekatan (*attachment style*), dan mitigasi konflik finansial guna meningkatkan imunitas kognitif mahasiswa. Di ranah publik, tokoh agama juga diharapkan lebih proaktif menghadirkan *counter-narrative* positif untuk menyeimbangkan dominasi konten negatif yang meresahkan generasi muda. Sementara itu, di ranah domestik, dukungan sosial yang suportif dari keluarga sangat diperlukan untuk memfasilitasi kesiapan mental calon pengantin tanpa tekanan psikologis yang berlebihan. Pada akhirnya, sinergi antara edukasi formal dan dukungan sosial informal ini akan membantu mahasiswa membangun kesiapan yang holistik sebelum melangkah ke jenjang pernikahan.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan subjek penelitian pada pemuda Muslim dengan latar belakang pendidikan umum (non-agama) atau lintas organisasi Islam untuk mendapatkan perspektif yang lebih beragam. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah informan yang hanya berjumlah empat orang, sehingga temuan yang dihasilkan tidak dapat digeneralisasikan secara luas dan hanya merepresentasikan pengalaman subjektif informan dalam konteks spesifik STDI Imam Syafi'i Jember. Perluasan ini penting guna melihat apakah filter teologis yang ditemukan pada mahasiswa STDI juga berlaku pada demografi pemuda secara umum di era digital. Selain dari aspek subjek, dari segi metodologi, penggunaan metode kuantitatif juga sangat direkomendasikan untuk mengukur korelasi antara intensitas paparan media dengan tingkat kecemasan menikah secara lebih presisi, sekaligus mengeksplorasi efektivitas modul bimbingan pranikah tertentu dalam meningkatkan ketahanan keluarga Muslim Generasi Z. Dengan pengembangan riset yang komprehensif tersebut, diharapkan dapat dirumuskan strategi kebijakan bimbingan keluarga yang lebih tepat sasaran dan efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhani, A. F., & Aripudin, A. (2024). Perspektif Generasi Z di Platform X Terhadap Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia. *J-Kis: Jurnal Komunikasi Islam*, 5(1), 185–198. <https://doi.org/10.53429/j-kis.v5i1.1001>
- Al Mafaz, F., Arfan, A., & Fakhrudin. (2024). Marriage Is Scary Trend in the Perspective of Islamic Law and Positive Law. *Studi Multidisipliner: Jurnal Kajian Keislaman*, 11(2), 329–344. <https://doi.org/10.24952/multidisipliner.v11i2.13555>
- An-Nawawi, Y. S. (2001). *Al-minhaj syarh sahih muslim ibn al-hajjaj*. Dar Ihya’ al-Turath al-Arabi.
- Annisa, N. M., & Dalimunthe, F. G. (2021). Aman, Menghindar, Cemas: Pengaruh Attachment Style Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal. *JIPSI: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 12–18. <https://doi.org/10.37278/jipsi.v3i01.405>
- Ardiningrum, N., Haris Fatgehipon, A., & Martini. (2025). Fenomena “Marriage Is Scary” Di Tiktok Dan Implikasinya Terhadap Persepsi Pernikahan Pada Kalangan Mahasiswi. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 10(2), 51–60. <https://doi.org/10.9963/np1dsb96>
- As-Sa’di, A. N. (2000). *Taisir al-karim al-rahman fi tafsir kalam al-mannan*. Muassasah ar-Risalah.
- Asy’ari, M. F., & Amelia, A. R. (2024). Terjebak dalam Standar Tiktok: Tuntutan yang Harus Diwujudkan? (Studi Kasus Tren Marriage is Scary). *Jurnal Multidisiplin West Science*, 03(09), 1438–1445. <https://doi.org/10.58812/jmws.v3i09.1604>
- Azizah, M., Aini, N. N., Sari, S., & Hamzah, M. A. (2025). Pengaruh Fenomena “Marriage is Scary” terhadap Stigma Pernikahan dan Perilaku Seksual Pra-Nikah pada Generasi Muda. *ETNOREFLIKA: Jurnal Sosial Dan Budaya*, 14(2), 247–264. <https://doi.org/10.33772/etnoreflika.v14i2.3026>.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Doubleday.
- Bukhari, M. ibn I. (2002). *Sahih al-bukhari* (Hadis No. 5066). Dar Ibn Katsir.
- Bukhari, M. ibn I. (2002). *Sahih al-bukhari* (Hadis No. 5090). Dar Ibn Katsir.
- Chaliza, O., & Oktaviani, W. (2025). Kriteria Memilih Pasangan Ideal Di Era Digital: Perspektif Gen Z. *USRAH: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 6(4), 495–508. <https://doi.org/10.46773/usrah.v6i4.2586>
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Haekal, R., & Permana, M. Y. G. (2024). Kriteria Memilih Pasangan Hidup Alumni Pondok Pesantren Minhaj Shahabah Perspektif Hukum Islam. *SANGAJI: Jurnal Pemikiran Syariah Dan Hukum*, 8(1), 156–168. <https://doi.org/10.52266/sangaji.v8i1.3063>
- Herawati, I., Amita, N., & Rizal, I. (2022). Kualitas Pernikahan Pada Pasangan Muda Di Pekanbaru: Penggunaan Media Sosial dan Kematangan Emosi. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 19(2), 256–263. [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2022.vol19\(2\).11144](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2022.vol19(2).11144)
- Hikmah, W. N., & Rahayu, A. (2025). Kematangan Emosi Dan Dukungan Sosial Berpengaruh Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi*

