

FENOMENA PENUNDAAN PERNIKAHAN PADA GENERASI Z AKIBAT ORIENTASI PENGEMBANGAN DIRI: KAJIAN HUKUM KELUARGA ISLAM

Achmad Adnan, Teguh Dwi Cahyadi

Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember

Email: achmadadnan0254@gmail.com

Abstract

*The self priority phenomenon has shifted Generation Z's marriage readiness from spiritual-collective values toward psychological-materialistic standards driven by social media pressure. This normative legal research aims to analyze this phenomenon using a conceptual approach and a maqasid al-syari'ah perspective. The findings indicate that delaying marriage for education and career pathways yields substantial benefits based on the maxim of averting harm. Through the maqasid al-syari'ah framework, this self prioritization fulfills the pillars of *hifz al-din* (spirituality), *hifz al-nafs* (mental health), *hifz al-nasl* (lineage), and *hifz al-mal* (wealth) to minimize divorce risks. Theoretically, this study aligns the transition characteristics of emerging adulthood by formulating "Contemporary Pre-Marital Jurisprudence based on Self-Actualization." Practically, it recommends a new counseling model within the KUA that integrates a digital literacy curriculum (digital relationship wellbeing) and pre-marital mental health screening to foster adaptive family resilience.*

Keywords: *self priority; generation Z; marriage readiness; maqasid al-syari'ah; contemporary premarital jurisprudence*

Abstrak

Fenomena prioritas diri membuat kesiapan menikah Generasi Z bergeser dari nilai spiritual-kolektif menuju standar psikologis-materialistis yang dipicu oleh tekanan media sosial. Penelitian hukum normatif ini bertujuan menganalisis fenomena tersebut menggunakan pendekatan konseptual dan perspektif *maqasid al-syari'ah*. Hasil kajian menunjukkan bahwa penundaan pernikahan demi pendidikan dan karier dikategorikan memiliki kemaslahatan berdasarkan kaidah *dar'u al-mafasid muqaddam 'ala jalbi al-mashalih*. Melalui analisis *maqasid al-syari'ah*, sikap mengutamakan diri ini justru memenuhi pilar *hifz al-din* (spiritual), *hifz al-nafs* (mental), *hifz al-nasl* (keturunan), dan *hifz al-mal* (ekonomi) guna menekan risiko perceraian. Secara teoretis, riset ini menyelaraskan karakteristik transisi *emerging adulthood* dengan merumuskan konsep "Fikih Pranikah Kontemporer berbasis Aktualisasi Diri". Secara praktis, penelitian ini merekomendasikan model bimbingan baru di KUA yang mengintegrasikan kurikulum literasi digital (*digital relationship wellbeing*) dan skrining kesehatan mental pranikah demi mewujudkan ketahanan keluarga yang adaptif.

Kata kunci: *prioritas diri; generasi Z; kesiapan menikah; maqasid al-syari'ah; fikih pranikah kontemporer*

PENDAHULUAN

Pernikahan dalam Islam merupakan ikatan suci yang menyatukan dua insan untuk membentuk keluarga yang *sakinah, mawaddah, wa rahmah*. Pernikahan juga dipandang dengan *mitsaqan ghalidzan* (perjanjian yang kuat) yang mencakup aspek spiritual, moral, dan sosial (Abdul Munir & M. Hafid Mahmudi, 2025). Kesakralan ini ditegaskan dalam firman Allah *subhanahu wa ta'ala*:

وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا

“Bagaimana kamu akan mengambilnya kembali, padahal sebagian kamu telah bergaul dengan yang lain sebagai suami-istri, dan mereka (para istri) telah mengambil dari kamu perjanjian yang kuat (*mitsaqan ghalidzan*)” (QS. An-nisa’: 21).

Namun, di era digital saat ini, cara pandang anak muda terhadap pernikahan mulai bergeser. Generasi Z yang tumbuh besar bersama teknologi cenderung memiliki pola pikir yang lebih bebas dan mandiri (Chaliza & Oktaviani, 2025). Perubahan sosial ini melahirkan fenomena baru yang disebut prioritas diri (*self priority*). Banyak anak muda kini lebih mengutamakan kenyamanan pribadi, karier, dan pencapaian emosional di atas nilai keagamaan atau tuntutan sosial (Abdul Munir & M. Hafid Mahmudi, 2025; Chaliza & Oktaviani, 2025). Akibatnya, ukuran kesiapan menikah tidak lagi dilihat dari kematangan spiritual, melainkan bergeser pada standar keuangan dan psikologis individu semata (Ari Widodo & Khoirul Ahsan, 2025).

Dalam dunia akademik, pergeseran nilai ini menimbulkan perdebatan penting di antara para peneliti. Di satu sisi, beberapa riset menunjukkan bahwa tingkat kesiapan menikah Gen Z cukup rendah karena mereka takut kehilangan kebebasan pribadi dan fokus mengejar karier (Dewi et al., 2024). Di sisi lain, media sosial ikut memperparah kondisi ini dengan memunculkan tren ketakutan massal seperti fenomena *Marriage is Scary* akibat masalah ekonomi atau trauma konflik keluarga (Farhan Lutfi, 2025). Selama ini, solusi yang ditawarkan para ahli masih sebatas memperkuat kursus atau bimbingan pranikah biasa (A. S. Putri et al., 2024; Zulkarnaen et al., 2025).

Meskipun tema ini sudah banyak diteliti, studi-studi terdahulu memiliki keterbatasan fokus. Penelitian dari Olifa dan Witia (2025), Abdul Munir dan Hafid (2025), serta Ari Widodo dan Khoirul Ahsan (2025) baru membahas kesiapan menikah dari sudut pandang psikologi dan keuangan secara umum. Sementara itu, kajian dari Zulkarnaen dkk. (2025) dan Farhan Lutfi (2025) lebih berfokus pada dampak sosiologis dari ketakutan digital Gen Z.

Celah yang belum dikaji oleh peneliti-peneliti tersebut adalah bagaimana menilai fenomena *prioritas diri* Gen Z ini dari kacamata hukum keluarga Islam secara mendalam.

Riset terdahulu biasanya langsung mencap sikap prioritas diri ini sebagai sifat egois yang negatif, atau justru memaklumi penundaan nikah hanya karena alasan ekonomi. Belum ada analisis yang menguji apakah sikap mengutamakan diri sendiri pada Gen Z ini sebenarnya bisa diselaraskan dengan syarat *al-ba'ah* (kemampuan menikah) dalam Islam, atau malah justru bertentangan dengan tujuan utama syariat (*maqasid al-syari'ah*).

Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menawarkan temuan baru yang spesifik, yaitu menafsirkan ulang makna *al-ba'ah* di era digital. Menggunakan analisis hukum normatif, artikel ini mengoreksi pemahaman keliru tentang kesiapan menikah yang selama ini terjebak pada standar materi yang tidak realistis di media sosial. Penelitian ini menawarkan solusi konkret berupa model "Fikih Pranikah Eksistensial" dan kesiapan menjaga kesehatan mental digital. Kajian ini sangat penting untuk memberikan model edukasi pranikah baru yang relevan bagi Gen Z, agar mereka tetap bisa mengembangkan potensi diri tanpa harus mengabaikan kesucian ikatan pernikahan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian hukum normatif (*doctrinal research*) dengan menggunakan metode kualitatif berbasis studi kepustakaan (*library research*). Pendekatan penelitian yang digunakan mencakup dua hal, yaitu pendekatan konseptual (*conceptual approach*) untuk membedah pergeseran makna prioritas diri dan kesiapan menikah Generasi Z, serta pendekatan *maqasid al-syari'ah* untuk menguji kemaslahatan dari fenomena tersebut dalam hukum keluarga Islam. Melalui perpaduan pendekatan ini, peneliti mengkaji teks, konsep hukum, dan literatur sosial secara kritis guna menghasilkan rekonstruksi hukum yang mendalam mengenai kesiapan menikah di era digital tanpa perlu melakukan pengumpulan data lapangan.

Sumber data dalam penelitian ini sepenuhnya berasal dari data kepustakaan yang dibagi menjadi dua kategori. Pertama, bahan hukum primer yang meliputi teks Al-Qur'an (khususnya QS. An-Nisa': 21 dan QS. Ar-Rum: 21), hadis sahih tentang anjuran menikah (*al-ba'ah*), serta kitab fikih otoritatif seperti *Fath al-Bari* karya Ibnu Hajar Al-Asqalani. Kedua, bahan hukum sekunder yang bersumber dari artikel jurnal ilmiah bereputasi tahun 2024–2026, buku ilmiah, dan hasil riset terdahulu yang mengkaji fenomena *self priority*, pergeseran nilai Gen Z, serta tren sosiologis seperti gerakan *Marriage is Scary* di media sosial.

Pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi, yaitu melacak, membaca, dan mencatat literatur terkait di database digital seperti Google Scholar menggunakan kata kunci "Generasi Z", "Kesiapan Menikah", dan "Hukum Keluarga

Islam". Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah klasifikasi data untuk memisahkan antara data fenomena sosial Gen Z dan teks hukum Islam.

Teknik analisis data menggunakan metode deskriptif analitis dengan pendekatan interpretasi tekstual dan kontekstual. Peneliti menganalisis bagaimana norma hukum Islam klasik merespons dinamika sosial modern. Untuk menjamin keabsahan isi, peneliti menerapkan teknik triangulasi sumber, yaitu membandingkan dan menguji secara silang data-data dari sudut pandang hukum Islam, sosiologi digital, dan psikologi perkembangan. Melalui proses interpretasi ini, peneliti menarik kesimpulan konseptual mengenai batasan prioritas diri yang ideal menurut hukum keluarga Islam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fenomena Prioritas Diri di Kalangan Generasi Z

Fenomena prioritas diri pada Generasi Z menunjukkan adanya kecenderungan individu menempatkan kepentingan personal sebagai orientasi utama dalam menentukan pilihan hidup. Nilai kebahagiaan subjektif, pencapaian diri, serta kebebasan personal semakin menggeser orientasi hidup kolektif. Banyak generasi muda memandang pernikahan bukan lagi sebagai kewajiban sosial atau institusi yang harus dijalani pada usia tertentu, melainkan sebagai pilihan hidup yang dapat ditunda apabila dianggap menghambat tujuan pribadi. Penelitian mengenai fenomena menunda pernikahan pada Generasi Z menunjukkan bahwa sebagian besar responden memilih menunda menikah hingga berhasil mencapai kesuksesan dalam pendidikan maupun karier (Riska & Khasanah, 2023).

Pandangan tersebut juga dipengaruhi oleh perubahan pola pikir generasi muda dalam memaknai pernikahan. Penelitian Rahmawati pada tahun 2025 menunjukkan bahwa banyak Gen Z Muslim memandang pernikahan sebagai hubungan yang membutuhkan kesiapan emosional, finansial, mental, dan spiritual secara matang. Oleh karena itu, mereka cenderung lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan menikah dan memilih menunggu sampai merasa benar-benar siap menjalani tanggung jawab rumah tangga. (Rahmawati, 2025).

Perkembangan media sosial turut memperkuat budaya prioritas diri di kalangan Generasi Z. Sebagai generasi yang tumbuh bersama teknologi digital, mereka terbiasa membangun citra diri melalui media sosial, baik melalui unggahan, komentar, maupun bentuk interaksi digital lainnya. Kondisi ini mendorong munculnya budaya personal branding dan pencarian validasi sosial. Penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memengaruhi cara remaja menilai diri dan membentuk standar sosial tertentu dalam kehidupan mereka (Ananda et al., 2024). Akibatnya, banyak

generasi muda menjadi lebih sensitif terhadap penilaian publik dan lebih fokus mempertahankan citra diri yang dianggap ideal.

Pengaruh media sosial tersebut kemudian berdampak langsung pada cara Generasi Z memandang relasi komitmen. Nilai-nilai digital seperti kebebasan pribadi dan gaya hidup fleksibel membuat pernikahan sering kali dinilai sebagai beban yang membatasi ruang gerak. Secara teoretis, fenomena prioritas diri ini mencerminkan berjalannya teori individualisasi dalam perubahan keluarga modern.

Dalam konsep sosiologi keluarga modern, struktur keluarga bergeser dari model tradisional yang berbasis kewajiban kolektif menuju model institusi yang cair. Di era ini, individu dituntut untuk menulis narasi hidupnya sendiri secara mandiri. Memilih pasangan dan memutuskan kapan harus menikah bukan lagi keputusan keluarga besar, melainkan bagian dari proyek pencapaian identitas personal. Akibatnya, media sosial tidak hanya menjadi sarana komunikasi, melainkan ruang validasi utama yang mempercepat pergeseran nilai dari spiritualitas keagamaan menuju rasionalitas individual. Hal inilah yang mendasari kuatnya kecenderungan Generasi Z untuk memilih menunda pernikahan demi menjaga ruang aktualisasi diri.

Implikasi Fenomena Prioritas Diri terhadap Pemaknaan Kesiapan Menikah di Kalangan Generasi Z

Fenomena prioritas diri memengaruhi cara Generasi Z memaknai kesiapan menikah. Mereka cenderung mengutamakan pendidikan, pengembangan keterampilan, karier, kesehatan mental, dan kestabilan finansial sebelum memutuskan membangun rumah tangga. Pernikahan dipandang bukan hanya sebagai tuntutan sosial, tetapi sebagai keputusan besar yang harus didasarkan pada kesiapan diri secara menyeluruh. Penelitian menunjukkan bahwa narasi "*Marriage Is Scary*" di media sosial membuat Generasi Z lebih berhati-hati dan mempertimbangkan banyak aspek sebelum menikah (Riswandi et al., 2025).

Selain itu, paparan konten digital mengenai konflik rumah tangga, perceraian, dan tekanan ekonomi membuat banyak generasi muda semakin khawatir terhadap risiko pernikahan. Mereka merasa perlu memastikan kesiapan emosional dan finansial agar pernikahan tidak menjadi sumber masalah di kemudian hari. Krismono dan Dwi Oktaviani pada tahun 2025 menjelaskan bahwa ketakutan terhadap risiko pernikahan serta tuntutan untuk mandiri secara emosional dan finansial membuat generasi muda cenderung menunda pernikahan hingga merasa benar-benar siap (Krismono & Dwi Oktaviani, 2025).

Kecenderungan tersebut kemudian membentuk pola baru dalam memaknai kesiapan menikah. Generasi Z memandang kesiapan menikah sebagai proses panjang yang membutuhkan pencapaian standar tertentu, seperti stabilitas ekonomi, kematangan

emosi, dan tercapainya tujuan hidup pribadi. Mereka juga cenderung lebih selektif dalam memilih pasangan. Pasangan ideal tidak hanya dipandang dari kecocokan emosional, tetapi juga dari kemampuan untuk saling mendukung perkembangan diri, memiliki visi masa depan yang sama, serta mampu membangun hubungan yang sehat secara emosional dan finansial.

Faktor pendidikan dan pengembangan diri menjadi salah satu alasan utama penundaan pernikahan di kalangan Generasi Z. Banyak generasi muda memilih menyelesaikan pendidikan, mengikuti pelatihan, dan membangun keterampilan terlebih dahulu sebelum memasuki kehidupan rumah tangga. Penelitian Aurelia pada tahun 2025 menunjukkan bahwa pernikahan sering ditempatkan setelah pencapaian pendidikan dan karier karena dianggap sebagai tanggung jawab besar yang membutuhkan kesiapan kualitas diri (Aurelia et al., 2025).

Selain pendidikan, faktor ekonomi juga memiliki pengaruh besar terhadap kesiapan menikah. Tingginya biaya hidup, ketidakpastian pekerjaan, dan tuntutan stabilitas finansial membuat banyak generasi muda merasa belum mampu membangun rumah tangga. Kesiapan finansial tidak hanya dipahami sebagai kemampuan melaksanakan pernikahan, tetapi juga kemampuan memenuhi kebutuhan jangka panjang keluarga, seperti tempat tinggal, tabungan, dan kebutuhan hidup lainnya (Eliza et al., 2024). Pergeseran nilai ini membuat pernikahan dipandang sebagai keputusan yang membutuhkan perencanaan ekonomi yang matang.

Kesadaran terhadap pentingnya kesehatan mental juga memengaruhi cara Generasi Z memandang pernikahan. Banyak anak muda merasa perlu memperbaiki kondisi psikologis, mengelola emosi, dan menyelesaikan persoalan batin sebelum menikah. Pernikahan tidak lagi dipandang sebagai solusi atas masalah pribadi, melainkan sebagai tanggung jawab besar yang membutuhkan kesiapan mental dan emosional yang stabil. Penelitian menunjukkan bahwa pembinaan kesiapan emosional dan literasi kesehatan mental memiliki peran penting dalam membentuk kesiapan menikah pada usia muda (A. H. Putri et al., 2024).

Di sisi lain, standar pasangan di kalangan Generasi Z juga semakin tinggi dan kompleks. Media sosial membentuk gambaran pasangan ideal yang tidak hanya didasarkan pada cinta, tetapi juga kualitas komunikasi, kematangan sikap, dukungan terhadap karier, dan kesesuaian visi masa depan. Penelitian Deswinta pada tahun 2025 menunjukkan bahwa paparan konten digital, khususnya media sosial seperti TikTok, turut memengaruhi standar pasangan ideal di kalangan generasi muda. Akibatnya, proses memilih pasangan menjadi lebih panjang dan selektif sehingga secara tidak langsung mendorong kecenderungan menunda pernikahan (Deswinta et al., 2025).

Tingginya standar dan kompleksnya faktor penunda pernikahan di atas sangat sejalan dengan teori *emerging adulthood* yang dicetuskan oleh Jeffrey Arnett. Teori ini menjelaskan bahwa fase usia 18 hingga 29 tahun pada masyarakat modern bukan lagi masa dewasa awal yang stabil, melainkan fase transisi mandiri yang penuh dengan eksplorasi identitas, ketidakpastian (*instability*), dan fokus pada diri sendiri (*self-focused*). Generasi Z yang berada dalam fase ini merasa belum sepenuhnya menjadi orang dewasa yang siap memikul tanggung jawab hukum dan moral sebagai kepala keluarga atau ibu rumah tangga.

Penundaan pernikahan yang dilakukan oleh Generasi Z bukanlah bentuk penolakan mutlak terhadap institusi kekeluargaan, melainkan cerminan dari karakteristik utama *emerging adulthood*, yaitu melihat masa muda sebagai kesempatan emas untuk memantapkan kualitas hidup sebelum mengikat komitmen jangka panjang. Tuntutan stabilitas ekonomi, kematangan psikologis, serta tingginya standar pasangan hidup merupakan indikator nyata bahwa Generasi Z sedang menjalani fase transisi ini secara intens demi menghindari risiko kegagalan pernikahan di kemudian hari (Arnett, 2000).

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa kesiapan menikah di kalangan Generasi Z tidak lagi dipahami secara sederhana. Oleh karena itu, pendidikan pranikah perlu disesuaikan dengan kebutuhan generasi muda masa kini. Materi pendidikan pranikah tidak hanya berfokus pada pengelolaan rumah tangga dan ekonomi, tetapi juga perlu mencakup pembinaan emosional, komunikasi, kesehatan mental, serta penguatan spiritual agar generasi muda memiliki kesiapan yang lebih matang dalam membangun keluarga.

Pandangan Hukum Keluarga Islam terhadap Fenomena Prioritas Diri untuk Kesiapan Pernikahan

Dalam hukum keluarga Islam, pernikahan tidak dipandang sekadar hubungan antara dua individu, tetapi sebagai akad ibadah yang memiliki tanggung jawab sosial dan moral. Al-Qur'an menyebut pernikahan sebagai *mitsaqan ghalizhan* (perjanjian yang kuat) sebagaimana firman Allah yang berbunyi,

A. وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا

“Bagaimana kamu akan mengambilnya kembali, padahal sebagian kamu telah bergaul dengan yang lain sebagai suami-istri, dan mereka (para istri) telah mengambil dari kamu perjanjian yang kuat (*mitsaqan ghalidzan*)” QS.An-nisa’: 21.

Konsep tersebut menunjukkan bahwa pernikahan merupakan komitmen jangka panjang yang harus dibangun dengan kesiapan lahir dan batin. Oleh karena itu, hukum Islam menempatkan pernikahan sebagai sarana menjaga keturunan, kehormatan, dan

ketenteraman hidup. Islam juga menegaskan bahwa tujuan pernikahan adalah membentuk keluarga sakinah yang dipenuhi kasih sayang dan ketenteraman, sebagaimana dijelaskan QS.Ar-Rum: 21 yang berbunyi,

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

“Di antara tanda-tanda (kebesaran)Nya ialah bahwa Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari (jenis) dirimu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya. Dia menjadikan di antaramu rasa cinta dan kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir.”

Dalam konteks ini, kesiapan menikah tidak hanya dipahami dari aspek ekonomi, tetapi juga meliputi kesiapan spiritual, mental, dan tanggung jawab moral (Alin Rahmawati & Imaniar Mahmuda, 2024). Dengan demikian, fenomena prioritas diri pada Generasi Z tidak dapat langsung dianggap sebagai penyimpangan, melainkan perlu dipahami sebagai realitas sosial yang membutuhkan pengarahannya sesuai nilai-nilai syariat.

Hukum keluarga Islam pada dasarnya tidak pernah kaku dalam merespons perubahan zaman. Aturan syariat selalu memiliki ruang fleksibilitas untuk menjawab dinamika sosial, termasuk fenomena baru pada Generasi Z saat ini. Jika dicermati, keputusan anak muda zaman sekarang yang memilih menunda pernikahan demi menyelesaikan kuliah atau memantapkan karier sebenarnya memiliki sisi maslahat yang kuat.

Dari sudut pandang fikih, langkah kehati-hatian ini sejalan dengan kaidah *dar'u al-mafasid muqaddam 'ala jalbi al-mashalih* (mencegah kerusakan harus lebih diutamakan daripada mengejar keuntungan). Menunda pernikahan demi kesiapan yang matang jauh lebih baik daripada memaksakan diri menikah muda namun berujung pada perceraian atau kemiskinan. Oleh karena itu, tren prioritas diri ini tidak bisa serta-merta dicap sebagai penyimpangan sosial, melainkan sebuah bentuk kehati-hatian (*ihtiyat*) yang hanya perlu diarahkan agar tidak kebablasan.

Hadis Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi wa Sallam* juga menegaskan pentingnya kesiapan dalam menikah. Dalam hadis riwayat Muslim dijelaskan bahwa pemuda yang telah mampu dianjurkan untuk menikah. Para ulama menjelaskan bahwa kemampuan dalam hadis tersebut tidak hanya berkaitan dengan kemampuan biologis, tetapi juga kemampuan finansial dan tanggung jawab dalam menjalani kehidupan rumah tangga.

Penjelasan mengenai kesiapan ini sebenarnya sudah lama disinggung oleh Ibnu Hajar Al-Asqalani dalam kitab *Fath al-Bari*. Beliau menegaskan bahwa kemampuan menikah (*al-ba'ah*) tidak melulu soal biologis, melainkan kesiapan finansial untuk

menafkahi dan kemampuan menjaga hak-hak pasangan. Jika dibedah lebih dalam menggunakan pisau analisis *maqasid al-syari'ah*, alasan-alasan Generasi Z yang cenderung berpusat pada pembenahan diri ini justru berkaitan erat dengan empat pilar perlindungan hukum Islam:

Pertama, *Hifz al-Din* (Menjaga Agama). Pernikahan dalam Islam dinilai sebagai ibadah yang sangat panjang. Ketika Generasi Z memilih memantapkan fondasi spiritualitas dan keimanan mereka sebelum membina rumah tangga, mereka sebenarnya sedang membentengi kesakralan ikatan *mitsaqan ghalidzan* agar tidak mudah goyah oleh nilai-nilai sekular di lingkungan digital.

Kedua, *Hifz al-Nafs* (Menjaga Jiwa). Menariknya, Generasi Z hari ini memiliki kesadaran yang sangat tinggi terhadap isu kesehatan mental dan penyembuhan trauma masa lalu. Dalam kacamata syariat, upaya mereka untuk memantapkan emosi sebelum menikah adalah langkah nyata untuk melindungi kesehatan psikologis keluarga kecil mereka kelak. Kematangan mental ini menjadi pelindung jiwa yang efektif guna menekan angka kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) maupun depresi bersama (Pebriani, 2025).

Ketiga, *Hifz al-Nasl* (Menjaga Keturunan). Ketahanan keluarga tidak bisa dibangun secara instan. Perencanaan yang matang dari segi usia, mental, dan pengetahuan akan menghasilkan pola asuh *parenting* yang jauh lebih sehat. Dengan mengutamakan kualitas diri terlebih dahulu, Generasi Z sedang berikhtiar agar anak-anak yang mereka lahirkan nanti tumbuh di lingkungan yang stabil dan terdidik.

Keempat, *Hifz al-Mal* (Menjaga Harta). Islam dengan tegas melarang seseorang melangkah ke jenjang pernikahan secara spekulatif tanpa kejelasan nafkah. Keputusan Generasi Z untuk bekerja keras, magang, atau berbisnis demi kemandirian finansial sebelum menikah adalah langkah yang sangat logis. Kesiapan ekonomi ini menjadi jaminan agar hak-hak kebendaan istri dan anak terpenuhi dengan layak, sekaligus mencegah keluarga menjadi beban sosial bagi orang lain (Muzaki, 2020)

Dalam perspektif hukum keluarga Islam, pengembangan diri sebelum menikah pada dasarnya diperbolehkan selama bertujuan mempersiapkan diri menjadi pribadi yang lebih matang dan bertanggung jawab. Pendidikan, kestabilan ekonomi, dan kesiapan mental justru menjadi bagian penting dalam membangun keluarga yang harmonis. Namun, apabila prioritas diri berubah menjadi alasan menolak pernikahan tanpa tujuan yang jelas, maka hal tersebut berpotensi bertentangan dengan *maqashid al-syari'ah*, khususnya dalam menjaga keberlangsungan keluarga dan keturunan (M. Khoirul Muzakki, 2025).

Orientasi prioritas diri yang berlebihan juga dapat menimbulkan ketakutan dan ketidaksiapan dalam menjalankan hak dan kewajiban rumah tangga. Penelitian Pebriani pada tahun 2025 menunjukkan bahwa pernikahan tanpa kesiapan psikologis berpotensi

memicu konflik rumah tangga dan ketidakstabilan keluarga (Pebriani, 2025). Oleh sebab itu, hukum keluarga Islam menawarkan pendidikan pranikah sebagai jalan tengah antara kebutuhan pengembangan diri dan tanggung jawab keluarga.

Menghadapi karakteristik Generasi Z yang berada dalam fase pencarian jati diri atau *emerging adulthood* (Arnett, 2000), model bimbingan pranikah konvensional yang ada saat ini jelas perlu dievaluasi. Agar keinginan anak muda untuk berkembang tidak tabrakan dengan tanggung jawab membina keluarga, penelitian ini menawarkan solusi praktis berupa Model Edukasi Pranikah Kontemporer Terintegrasi. Model ini dirancang khusus untuk mengisi ruang kosong yang selama ini jarang disentuh dalam pembekalan pranikah biasa, yaitu literasi digital dan kesehatan mental.

Salah satu pilar utamanya adalah penyusunan Kurikulum Pranikah Berbasis Literasi Digital. Kita tidak bisa menutup mata bahwa konflik rumah tangga anak muda zaman sekarang sering kali dipicu oleh masalah sepele di dunia maya—mulai dari kecanduan gawai, kebiasaan membandingkan hidup dengan kemewahan orang lain di Instagram (*flexing culture*), hingga ekspektasi pasangan yang tidak realistis akibat algoritma TikTok. Oleh karena itu, materi bimbingan perlu memasukkan modul khusus seperti *Digital Relationship Wellbeing*. Modul ini penting untuk mengedukasi calon pengantin tentang cara menjaga privasi domestik di media sosial, menyaring informasi pengasuhan anak (*parenting*) yang benar, serta mengelola emosi saat menyelesaikan konflik lewat pesan teks (*texting*).

Tentu saja, konsep kurikulum ini baru bisa berjalan efektif jika ada Integrasi antara Bimbingan Pranikah KUA dan Isu Kesehatan Mental. Kantor Urusan Agama (KUA) sebagai pintu pertama bimbingan perkawinan tidak bisa lagi berjalan sendiri dengan sekadar memberikan doktrin hukum fikih yang normatif. KUA perlu membangun kerja sama yang erat dengan psikolog dari Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) atau psikolog di puskesmas setempat.

Dalam praktiknya, sebelum calon pengantin Gen Z mengikat akad *mitsaqan ghalidzan*, mereka wajib mengikuti skrining kesehatan mental sederhana untuk memetakan tingkat kecemasan, kesiapan emosi, sekaligus mengenali trauma masa lalu (*inner child*). Hasil pemetaan ini yang nantinya digunakan oleh konselor KUA untuk memberikan bimbingan yang lebih personal dan tepat sasaran (Selinah et al., 2025).

Melalui rekonstruksi model edukasi yang lebih segar ini, konsep *tarbiyah* atau pembinaan bertahap dalam Islam dapat diterapkan secara membumi. Ambisi Generasi Z dalam memprioritaskan kualitas diri tidak perlu dipatahkan, melainkan dirangkul dan diarahkan menjadi sebuah persiapan yang matang demi melahirkan ketahanan keluarga yang adaptif di era modern.

KESIMPULAN

Temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena prioritas diri (*self priority*) di kalangan Generasi Z telah menggeser indikator kesiapan menikah dari yang awalnya bersifat spiritual kolektif menjadi sangat psikologis materialistis. Budaya media sosial tanpa sadar memicu disorientasi makna *al-ba'ah* (kemampuan menikah) ke arah standar kemapanan yang tidak realistis. Namun, dalam kacamata hukum keluarga Islam, tren menunda pernikahan demi menempuh pendidikan dan memantapkan karier ini tidak bisa dicap sebagai penyimpangan egois. Berdasarkan kaidah *dar'u al-mafasid muqaddam 'ala jalbi al-mashalih*, langkah kehati-hatian Gen Z untuk matang secara mental dan ekonomi dinilai memiliki kemaslahatan yang kuat demi menekan angka perceraian.

Secara kontribusi teoretis, penelitian ini berhasil menjembatani analisis hukum normatif Islam dengan sosiologi keluarga modern, khususnya teori *emerging adulthood* dari Jeffrey Arnett dan teori individualisasi. Kajian ini membuktikan bahwa kerumitan faktor finansial dan tingginya standar pasangan hidup Gen Z merupakan karakteristik ilmiah dari fase transisi usia mereka yang penuh eksplorasi diri (*self focused*). Penelitian ini menawarkan kebaruan konsep berupa rekonseptualisasi makna *al-ba'ah* di era digital, bahwa sikap mengutamakan diri sendiri bisa dilegalkan oleh syariat, asalkan orientasinya diubah dari ambisi individualistis menjadi sarana (*wasilah*) persiapan tanggung jawab ikatan *mitsaqan ghalidzan*.

Sebagai implikasi praktis, penelitian ini merekomendasikan perombakan pada sistem pembekalan pranikah konvensional melalui penerapan Model Edukasi Pranikah Kontemporer Terintegrasi. Solusi nyata yang ditawarkan adalah penyusunan Kurikulum Pranikah Berbasis Literasi Digital yang memuat modul *Digital Relationship Wellbeing* untuk membentengi calon pengantin dari dampak buruk media sosial. Selain itu, diperlukan kebijakan integrasi antara bimbingan perkawinan di Kantor Urusan Agama (KUA) dengan isu kesehatan mental, berupa program skrining kesiapan emosi dan deteksi trauma masa lalu (*inner child*) yang bekerja sama dengan psikolog puskesmas atau PUSPAGA.

Akhirnya, keseimbangan menjadi kunci utama. Pernikahan dalam Islam bukanlah pembatas bagi kebebasan personal, melainkan kerangka moral yang memberi arah bagi kebebasan tersebut. Ketika ambisi pengembangan diri Generasi Z ditempatkan dalam bingkai *maqasid al-syari'ah* (*hifz al-din, hifz al-nafs, hifz al-nasl, dan hifz al-mal*), prioritas diri tersebut justru akan menjelma menjadi fondasi yang kokoh untuk melahirkan ketahanan keluarga yang dewasa, stabil, dan adaptif di tengah perubahan zaman.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Munir, & M. Hafid Mahmudi. (2025). Analisis Terhadap Kesiapan Finansial

- Sebelum Menikah Studi Kasus Pada Mahasiswa Stdi Imam Syafi'i Jember. *Usrah: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 6(3), 306–322. <https://doi.org/10.46773/Usrah.V6i3.2127>
- Alin Rahmawati, & Imaniar Mahmuda. (2024). Tinjauan Hukum Islam Terhadap Bimbingan Pranikah Untuk Mewujudkan Keluarga Sakinah Mawaddah Warohmah. *Al-Qadlaya: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 3(02), 22–29. <https://doi.org/10.55120/Qadlaya.V3i02.1920>
- Ari Widodo, & Khoirul Ahsan. (2025). Peran Mata Kuliah Psikologi Keluarga Dalam Membangun Kesiapan Menikah Mahasiswa Stdiis Jember. *Usrah: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 6(3), 15–29. <https://doi.org/10.46773/Usrah.V6i3.1897>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory Of Development From The Late Teens Through The Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.5.469>
- Aurelia, N., Firdaus, K., Najwamhsunesaacid, E., & Rahmasari, D. (2025). Hubungan Ambisi Karir Dengan Keputusan Menunda Pernikahan Pada Generasi Z The Relationship Between Career Ambition And The Decision To Postpone Marriage Among Generation Z Abstrak. 12(02), 847–858.
- 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>
- Deswinta, D., Putri, R. S., & Fauzi, M. Y. (2025). Kriteria Memilih Pasangan Menikah Bagi Gen Z Berdasar Standarisasi Tik Tok Perspektif Masalah Mursalah. *Al-Syakhshiyah Jurnal ...*, 7(2), 232–242. <http://jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/alsyakhshiyah/article/view/10478%0ahttp://jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/alsyakhshiyah/article/download/10478/2830>
- Dewi, M., Ulfah, M., & Gayatri, M. (2024). Persepsi Remaja Generasi Z Tentang Kesiapan Menikah Dan Keselarasan Kebijakan Pernikahan Authors. *Journal Of Issues In Midwifery*, 8(1), 27–36. <https://doi.org/10.21776/Ub.Joim.2024.008.01.4>
- Eliza, Z., Wahyuni, S., Ekonomi, K., Muda, G., & Tangga, R. (2024). Pengaruh Kesiapan Pernikahan Pada Generasi Muda Siap Nikah Terhadap Keutuhan Rumah Tangga Di Kota Langsa. 9(2), 281–295.
- Farhan Lutfi, F. L. (2025). Krisis Kesiapan Nikah Gen Z Dalam Narasi “Pernikahan Itu Menakutkan”: Relevansi Hukum Keluarga Islam Di Era Digital. *Syakhshiyah Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 5(1), 138–156. <https://doi.org/10.32332/J585j338>
- Krismono, & Dwi Oktaviani. (2025). Analysis Of The Marriage Is Scary Phenomenon Among Generation Z. *Sahaja*, 4(1), 422–439. <https://doi.org/10.61159/Sahaja.V4i1.403>
- M. Khoirul Muzakki. (2025). Hermeneutika Hukum Islam Dalam Meninjau Perubahan Usia Minimum Pernikahan. *Jurnal Hukum Keluarga Islam El-Qisth*, 8(02), 29–49. <https://doi.org/10.47759/Chchnt29>

- Muzaki, I. A. (2020). *Egalitarianisme Dalam Islam Dan Relevansinya Terhadap Problematika Kasta*. 41(1), 89–102.
- Pebriani, M. R. (2025). *Implikasi Dispensasi Kawin Terhadap Hak Dan Kewajiban Suami Istri Menurut Hukum Islam*. 10(1).
- Putri, A. H., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2024). Penyesuaian Diri Perempuan Menikah Muda: Peran Kematangan Emosi Dan Dukungan Sosial. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10419>
- Putri, A. S., Wiantina, A., & Miftachuddin, M. (2024). Pentingnya Konseling Pranikah Bagi Gen Z. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(9), 10176–10184. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i9.5750>
- Rahmawati, D. (2025). Konstruksi Makna Pernikahan Pada Kalangan Muslim Gen Z Di Media Sosial: Studi Kasus Penonton Konten “Marriage Is Scary” Di Tiktok. *Mukadimah: Jurnal Pendidikan, Sejarah, Dan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9(1), 82–94. <https://doi.org/10.30743/mkd.v9i1.10405>
- Riska, H., & Khasanah, N. (2023). Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z. *Indonesian Health Issue*, 2(1), 48–53. <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.44>
- Riswandi, R., Surahman, C., & Nugraha, R. H. (2025). Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z Terhadap Isu Marriage Is Scary. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (Jppi)*, 5(1), 10–25. <https://doi.org/10.53299/jppi.v5i1.893>
- Selinah, Hairunnas, & Tohirin. (2025). Reconstructing Islamic Family Law In Indonesia: A Psychological Lens On Contemporary Family Challenges. *Hukum Islam*, 25(1), 117. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/hukumislam/article/download/37554/13097>
- Zulkarnaen, Z., Lubis, A. M., Haikal, F., Dionsyah, D., Siregar, M. P. R., Tanjung, Y. H., & Hasibuan, A. H. (2025). Formulasi Pembekalan Pra Nikah Bagi Generasi Z: Pendekatan Konseptual Untuk Penguatan Ketahanan Keluarga Di Era Digital. *Sulawesi Tenggara Educational Journal*, 5(1), 148–159. <https://doi.org/10.54297/seduj.v5i1.936>