

“Marriage is Scary” dan Kesiapan Nikah Generasi Z: Urgensi Konseling Pra Nikah

Wa Ode Lili Andriani Nasri¹, Mawarni Oktavia^{2*}).
Universitas Halu Oleo¹²

*) Alamat korespondensi: Jl. H.E.A Mokodompit, Kota Kendari, Prov. Sulawesi Tenggara, 93232, Indonesia; E-mail: mawarnioctavia06@gmail.com

Article History:

Received: 17/03/2025;
Revised: 25/05/2025;
Accepted: 26/05/2025;
Published: 11/05/2025.

How to cite:

Wa Ode Lili Andriani Nasri¹,
Mawarni Oktavia². (2025).
“Marriage is Scary” dan
Kesiapan Nikah Generasi Z:
Urgensi Konseling Pra Nikah.
*Teraputik: Jurnal Bimbingan dan
Konseling*, 9(1), pp. 26–37. DOI:
10.26539/teraputik.913895



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2025, Wa Ode Lili Andriani Nasri, Mawarni Oktavia (s).

Abstract: The presence of the “Marriage is Scary” trend on social media has attracted the attention of many parties, including Generation Z. This study aims to explore Gen Z's perception of the “Marriage is Scary” trend towards their decision to get married and their views on marriage. The method in this study used quantitative descriptive with 331 respondents from various social media (X, WhatsApp, and Instagram). The results of the study show that Generation Z views the “Marriage is Scary” trend as a real representation of their concerns about marriage which are influenced by the fear of divorce when married, the possibility of domestic violence, infidelity, and financial instability. Premarital guidance and counseling services are here to address Generation Z's concerns and fears about marriage by guiding and directing them to prepare themselves thoroughly so that fear of marriage is no longer a concern.

Keywords: Marriage is Scary, Generation Z, Marriage

Abstrak: Hadirnya tren “Marriage is Scary” di sosial media menjadi perhatian banyak pihak tak terkecuali oleh generasi Z. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi Gen Z mengenai tren “Marriage is Scary” terhadap keputusan mereka untuk menikah serta pandangan mereka terhadap pernikahan. Metode dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif dengan jumlah 331 responden dari berbagai sosial media (X, WhatsApp, dan Instagram). Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa generasi Z memandang tren “Marriage is Scary” sebagai representasi nyata kekhawatiran mereka terhadap pernikahan yang dipengaruhi oleh ketakutan akan terjadinya perceraian ketika menikah, kemungkinan terjadinya KDRT, perselingkuhan, serta ketidakstabilan finansial. Layanan bimbingan dan konseling pranikah hadir untuk mengatasi kekhawatiran dan ketakutan generasi Z terhadap pernikahan dengan membimbing serta mengarahkan mereka guna mempersiapkan diri secara matang sehingga ketakutan akan pernikahan tidak lagi menjadi kekhawatiran.

Kata Kunci: Marriage is Scary, Generasi Z, Pernikahan

Pendahuluan

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Bencsik, Horváth, dan Juhász (2016), mengemukakan bahwa generasi Z adalah sekelompok individu dalam masyarakat sosial yang lahir pada tahun 1995-2010. Putra (2017) menjelaskan bahwa generasi Z disebut juga sebagai iGeneration atau generasi internet, karena apapun yang dilakukan oleh generasi Z kebanyakan berhubungan dengan dunia maya. Maka tidak mengherankan lagi apabila penguasaan informasi dan teknologi di kalangan generasi Z itu luar biasa, karena informasi dan teknologi adalah hal yang sudah menjadi bagian dari kehidupan mereka, sebab mereka lahir di mana akses terhadap informasi, khususnya internet sudah menjadi budaya global, sehingga hal tersebut memberikan pengaruh terhadap nilai-nilai, pandangan dan tujuan hidup mereka, termasuk perspektif terhadap pernikahan.

Lestari et al. (2024) mengemukakan bahwa salah satu ciri dari generasi Z adalah keterhubungan dengan digital; di mana mereka menggunakan berbagai platform digital seperti X (dulunya Twitter), TikTok, YouTube, serta Instagram untuk mendapatkan berbagai informasi, menemukan hal baru, dan mengikuti tren. Tidak sedikit dari generasi Z yang menghadapi sejumlah masalah penting di mana

pemicunya banyak disebabkan oleh internet, seperti masalah kesehatan mental akibat terikat pada standar kesempurnaan hidup; dan pencarian jati diri yang sulit karena berbagai pengaruh budaya dan pendapat yang bertabrakan. Tantangan-tantangan inilah yang membuat generasi Z berada di bawah tekanan besar dari berbagai aspek yang menjadikan mereka akhirnya cenderung untuk bersikap hati-hati dalam membuat keputusan dan berkomitmen jangka panjang seperti pernikahan.

Interaksi menjadi semakin mudah serta meluas dengan hadirnya media sosial pada era digital saat ini, tetapi sayangnya, hal tersebut juga turut menimbulkan dampak yang negatif kepada para penggunanya. Maraknya kasus perselingkuhan serta KDRT (Kekerasan dalam Rumah Tangga) yang terjadi dalam rumah tangga seseorang, khususnya publik figur seperti selebgram dan artis, semakin mudah terekam dan tersebar luas di berbagai platform media sosial yang menyebabkan perceraian terjadi (Nugraha, Barinong, & Zainuddin, 2020). Kondisi inilah yang menghadirkan fenomena tren “Marriage is Scary” di media sosial sebagai gambaran ketakutan generasi muda terhadap pernikahan. Tren ini banyak ditemukan pada berbagai platform digital terutama TikTok, di mana seseorang menunjukkan kekhawatiran yang ada di dalam dirinya tentang ketakutan atau kecemasan yang menimbulkan keraguan terkait dengan pernikahan, seperti perceraian, perselingkuhan, kehilangan kebebasan, dan KDRT (Kekerasan dalam Rumah Tangga) (Al Mafaz et al., 2024).

Dampak tren “Marriage is Scary” secara khusus memengaruhi sejumlah perspektif generasi Z dalam melihat pernikahan sebagai sesuatu yang berisiko dan menakutkan, terutama bagi perempuan. Ketidakpastian ekonomi, kemungkinan kemunculan konflik dalam pernikahan, dan ketakutan akan perceraian atau ketidakcocokan adalah beberapa alasan yang memperkuat adanya perubahan sikap serta persepsi generasi Z terhadap pernikahan itu sendiri. Akibatnya, generasi Z memiliki pandangan yang variatif terhadap pernikahan yang mungkin berbeda dari nilai-nilai generasi sebelumnya dan menunjukkan pergeseran sikap terhadap adat atau kebiasaan pernikahan, di mana generasi Z lebih selektif dan berhati-hati saat memutuskan untuk menikah. Pada akhirnya, dampak trend “Marriage is Scary” membuat generasi Z menjadi cenderung lebih memilih menunda dalam hal memutuskan untuk menikah dan bahkan tidak sedikit pula dari mereka yang memilih untuk tidak menikah sampai mereka benar-benar siap secara finansial dan emosional (Lestari et al., 2024).

Generasi Z lebih cenderung melihat pernikahan sebagai pilihan hidup daripada sebuah keharusan, yang mana hal ini tak terlepas dari adanya pengaruh tren “Marriage is Scary”. Generasi Z lebih berhati-hati dalam menentukan kapan dan dengan siapa mereka harus menikah. Berbeda dengan generasi sebelumnya yang melihat pernikahan sebagai keharusan, generasi Z lebih mementingkan keselarasan, tujuan, dan kesiapan diri saat menikah sehingga menimbulkan banyak pertimbangan untuk melangkah ke jenjang yang lebih serius dalam sebuah hubungan. Menurut generasi Z, pernikahan harus dilakukan dengan kesiapan, bukan hanya untuk memenuhi ekspektasi (Lestari et al., 2024).

Oleh karena itu, generasi Z harus mempersiapkan diri secara menyeluruh dari berbagai aspek baik fisik, emosional, dan psikologis sebelum menikah. Konseling pra-nikah adalah bagian penting dari persiapan ini (Juniarly, Tarigan, & Anggraini, 2024). Konseling pra nikah merupakan layanan pemberian bantuan kepada calon pasangan suami isteri dalam rangka mempersiapkan mereka menuju jenjang yang lebih serius dengan memberikan segala bentuk informasi yang perlu diketahui terkait dengan pernikahan dan dinamika yang ada didalamnya (Pitrotussaadah, 2022). Bimbingan Pra Nikah memberikan pengaruh positif bagi calon pengantin. Pelaksanaannya berkontribusi terhadap peningkatan kesiapan mereka, baik secara mental maupun konseptual, karena adanya penambahan wawasan baru yang diperoleh dari materi yang disampaikan selama kegiatan tersebut. (Moh Ekofitriyanto, 2020) selaras dengan hal tersebut (Bunyamin & Santoso, n.d.) mengungkapkan melalui penelitian yang dilakukan bahwa di Indonesia, pasangan yang menjalani konseling pra-nikah menunjukkan angka perceraian yang lebih rendah, yaitu sekitar 2,5%, dibandingkan dengan mereka yang tidak mengikuti konseling, yang mencapai 15–20%. Di Malaysia, program serupa juga membuahkan hasil yang sebanding, dengan tingkat perceraian berada pada kisaran 5–8%. Selain itu, konseling pra-nikah turut berperan dalam menurunkan angka kekerasan dalam rumah tangga serta meningkatkan kepuasan dalam kehidupan pernikahan di kedua negara.

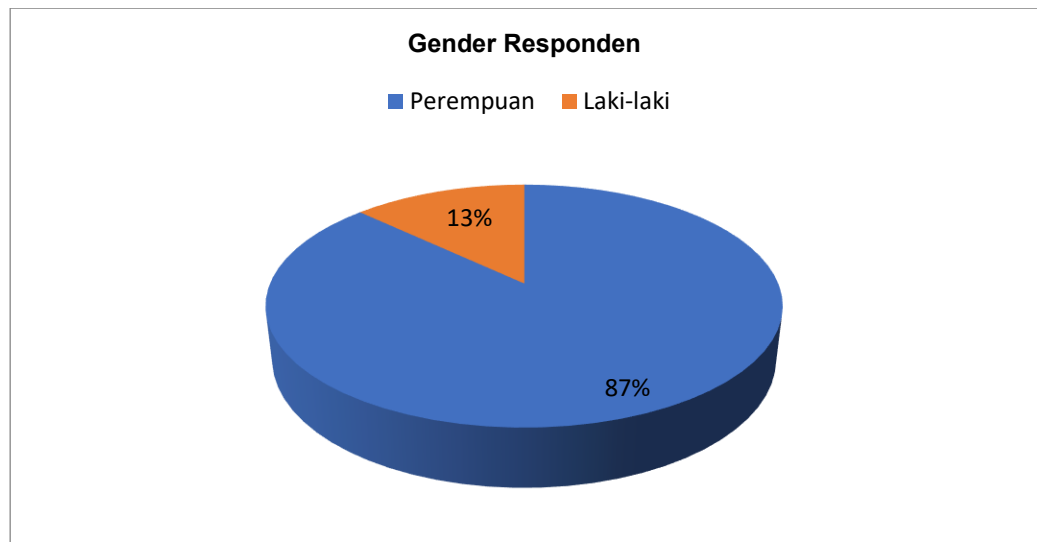
Berdasarkan penjelasan dari pendahuluan tersebut, maka Penelitian ini dilakukan untuk menjawab pertanyaan “Alasan yang melatarbelakangi kekhawatiran Gen Z terhadap konsep pernikahan serta apakah Konseling Pra Nikah dapat dijadikan solusi terkait kekhawatiran akan pernikahan?”. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tren “*Marriage is Scary*” yang tersebar luas di media sosial pada konsep pernikahan dikalangan generasi Z dan pentingnya Konseling Pra Nikah dalam hal tersebut.

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif deskriptif untuk mendeskripsikan mengenai suatu tren yang terjadi di masyarakat, khususnya di kalangan generasi Z, yaitu tren “*Marriage is Scary*” atau adanya persepsi bahwa pernikahan itu menakutkan. Penelitian kuantitatif deskriptif adalah penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk memberikan gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Widiasworo, 2019). Teknik yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *proportionate stratified random sampling* yaitu teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak Homogen dan berstrata secara proporsional. Dalam teknik ini populasi dikelompokkan atau dikategorikan yang disebut strata (Stratified). Strata ini bias berupa usia, kota, jenis kelamin, agama, tingkatan pendidikan, tingkat penghasilan dan lain-lain dengan jumlah sampel terdiri atas 331 responden menggunakan *google form* dengan pertanyaan-pertanyaan tertutup sebagai alat pengumpul data yang disebar melalui media sosial, media sosial dipilih sebagai sumber karena menawarkan akses terhadap data yang sangat besar dan tidak terstruktur, yang dapat digunakan untuk mengeksplorasi opini publik, tren sosial, serta dinamika komunikasi antar pengguna dalam konteks sosial dan politik (Sloan & Quan-Haase, 2017). Media sosial yang digunakan yaitu X (dulunya Twitter), WhatsApp, dan Instagram mulai tanggal 18-23 Januari 2025 dengan kriteria responden lahir pada tahun 1995-2010, berusia sekitar 15-30 tahun, dan belum menikah. Lingkup penelitian ini berfokus pada bagaimana Konseling Pra Nikah menjadi solusi tren “*Marriage is Scary*” di media sosial terhadap keputusan generasi Z untuk menikah. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan triangulasi data yaitu teknik penelitian yang digunakan untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas data dengan mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber, metode, atau teori. Adapun keterbatasan penelitian ini terletak pada: (1) metode, karena penggunaan kuesioner *online* memungkinkan responden memberikan jawaban yang tidak jujur atau memberikan jawaban yang kurang sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan (2) sampel, di mana jumlah sampel kemungkinan tidak cukup untuk mewakili seluruh populasi generasi Z (3) potensi bias dalam hal data dari media sosial bersifat dinamis dan cepat berubah. Pengambilan data pada waktu tertentu mungkin mencerminkan situasi sesaat yang tidak berlaku secara umum. Oleh karena penelitian ini memiliki keterbatasan sehingga interpretasi dalam penelitian tidak mampu untuk digeneralisasikan secara luas dan menyeluruh.

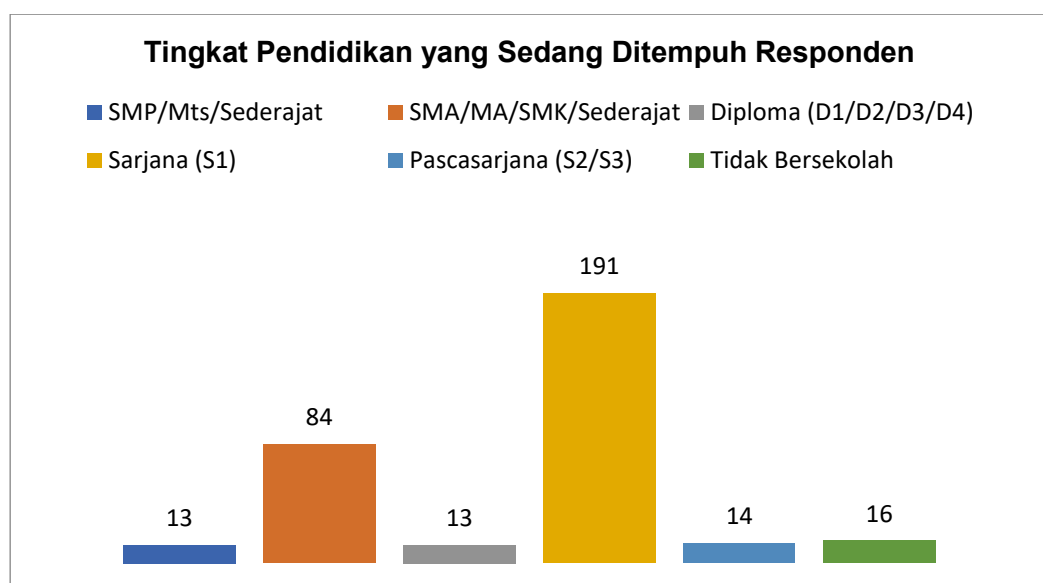
Hasil dan Diskusi

Perkembangan teknologi yang semakin pesat pada dewasa ini membuat masyarakat dapat dengan mudah untuk mendapatkan dan membagikan berbagai informasi melalui media sosial, salah satunya trend “*Marriage is Scary*” yang viral di berbagai *platform* seperti TikTok dan X (dulunya Twitter). Berdasarkan hasil kuesioner tentang pengaruh tren “*Marriage is Scary*” di media sosial terhadap keputusan menikah generasi Z yang disebar menggunakan *google form* melalui X (dulunya Twitter), whatsapp, dan instagram pada tanggal 18-23 Januari 2025 didapatkan hasil dan uraian pembahasan sebagai berikut.



Tabel 1. Gender Responden

Berdasarkan tabel 1 diperoleh jumlah masing-masing gender yang telah mengisi kuesioner tentang pengaruh tren “*Marriage is Scary*” di media sosial terhadap keputusan menikah generasi Z adalah 43 orang atau 13% laki-laki dan 288 orang atau 87% perempuan, dengan total 8 orang (2,4%) untuk kelahiran tahun 1995, 12 orang (3,6%) untuk kelahiran 1996, 13 orang (3,9%) untuk kelahiran 1997, 26 orang (7,9%) untuk kelahiran 1998, 26 orang (7,9%) untuk kelahiran 1999, 32 orang (9,7%) untuk kelahiran 2000, 20 orang (6%) untuk kelahiran 2001, 22 orang (6,6%) untuk kelahiran 2002, 35 orang (10,6%) untuk kelahiran 2003, 24 orang (7,3%) untuk kelahiran 2004, 32 orang (9,7%) untuk kelahiran 2005, 18 orang (5,4%) untuk kelahiran 2006, 18 orang (5,4%) untuk kelahiran 2007, 27 orang (8,2%) untuk kelahiran 2008, 11 orang (3,3%) untuk kelahiran 2009, dan 7 orang (2,1%) untuk kelahiran 2010 yang telah mengisi kuesioner untuk penelitian ini.



Tabel 2. Tingkat Pendidikan yang Sedang Ditempuh oleh Responden

Adapun berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil jumlah tingkatan pendidikan responden yang mengisi kuesioner yaitu 13 orang atau 3,9% generasi Z tingkat SMP, 84 orang atau 25,4% generasi Z tingkat SMA, 13 orang atau 3,9% generasi Z tingkat diploma, 191 orang atau 57,7% generasi Z tingkat sarjana, 14 orang atau 4,2% generasi Z tingkat pascasarjana, dan 16 orang atau 4,8% generasi Z yang tidak bersekolah tetapi sudah bekerja dengan total keseluruhan adalah 331 orang responden.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bencsik, Horváth, dan Juhász (2016) yang mengemukakan bahwa generasi Z adalah mereka yang lahir pada rentang tahun 1995-2010, oleh karenanya penelitian ini memiliki kriteria yaitu hanya dapat diisi oleh mereka yang lahir pada tahun 1995 sampai dengan tahun 2010.

Tabel 3. Pendapat responden mengenai pernikahan (jawaban boleh dipilih lebih dari satu)

Pertanyaan	Jawaban	Jumlah yang Memilih
Apa arti pernikahan bagi responden?	Pernikahan bukanlah keharusan, melainkan suatu pilihan hidup.	128
	Pernikahan adalah ikatan lahir dan batin yang terjalin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri.	102
	Pernikahan adalah sesuatu yang sakral yang membutuhkan kesiapan pada segala aspek untuk menjalaninya.	261
	Pernikahan adalah suatu bentuk ibadah kepada Tuhan untuk menjaga kehormatan dan melindungi diri dari godaan.	152
	Pernikahan adalah ikatan yang terjalin antara seorang pria dan seorang wanita yang berjanji untuk saling mencintai, menyayangi, mendukung, bertumbuh, dan berkembang bersama baik suka maupun duka sebagai sebuah keluarga.	238
	Pernikahan adalah sebuah pencapaian penting dalam hidup.	14
Apa yang menurut responden menjadi faktor gen Z memiliki kekhawatiran terhadap pernikahan?	Takut dengan kemungkinan terjadinya risiko perceraian.	204
	Khawatir dengan ketidakstabilan finansial.	252
	Khawatir dengan kebebasan pribadi yang akan berkurang atau hilang setelah menikah.	129
	Tidak siap dengan besarnya tanggung jawab yang akan dihadapi ketika sudah menikah.	181
	Adanya ketakutan terhadap kemungkinan terjadinya KDRT (Kekerasan Rumah Tangga).	252
	Adanya kekhawatiran pasangan akan melakukan perselingkuhan.	236
	Takut tidak bisa mengimbangi antara keluarga dan karir.	80
	Adanya pengaruh lingkungan untuk memenuhi standar sosial untuk sebuah pernikahan.	138
	Adanya kekhawatiran bahwa keluarga pasangan tidak akan bersikap ramah.	201
	Adanya kesiapan finansial.	317
	Adanya kesiapan mental dan emosional.	325
	Adanya kesiapan fisik.	192
	Adanya kesiapan sosial.	187
	Adanya kesiapan moral.	221

Pertanyaan	Jawaban	Jumlah yang Memilih
Apa saja menurut responden prioritas yang perlu dipersiapkan sebelum menikah?	Adanya kesiapan interpersonal.	184
	Adanya kesiapan intelektual.	236
	Adanya kesiapan keterampilan hidup yang akan dibutuhkan ketika sudah menikah (misalnya mengetahui bagaimana cara mengasuh dan merawat anak).	283
	Sudah tercapainya cita-cita dalam mengejar pendidikan.	178
	Sudah mempunyai karir yang stabil.	270

Sumber: Diolah dari data penelitian, 2025

Berdasarkan tabel 3, diperoleh hasil penelitian mengenai pendapat responden terhadap pernikahan sebagai berikut.

Pernikahan adalah sesuatu yang sakral yang membutuhkan kesiapan pada segala aspek untuk menjalaninya.

Sebanyak 261 reponden setuju dengan pernyataan bahwa pernikahan adalah suatu ikatan sakral antara seorang laki-laki dan seorang perempuan yang terjalin atas adanya dasar kemauan untuk saling mendukung, bertumbuh bersama, menyayangi, mencintai, dan saling menguatkan baik dalam keadaan suka maupun duka yang berlangsung dalam waktu yang lama atau seumur hidup dengan tujuan membentuk rumah tangga yang bahagia dan harmonis sehingga membutuhkan kesiapan yang matang pada segala aspek untuk menjalaninya. Sejalan dengan pernyataan yang sama, sebanyak 238 responden juga setuju bahwa pernikahan adalah ikatan yang terjalin antara seorang pria dan seorang wanita yang berjanji untuk saling mencintai, menyayangi, mendukung, bertumbuh, dan berkembang bersama baik suka maupun duka sebagai sebuah keluarga, maka dari itu dibutuhkan banyak persiapan sebelum seseorang memutuskan untuk melangkah pada jenjang pernikahan seperti adanya kesiapan mental dan emosional sebab setiap keluarga pasti akan menemui yang namanya masalah. Bagaimana menghadapi dan mengatasi masalah tersebut tergantung pada seberapa baik kesiapan mental dan emosional seorang individu. Selain itu, sebanyak 317 responden setuju bahwa salah satu prioritas yang perlu dipersiapkan sebelum menikah adalah adanya kesiapan finansial, sebab dalam menjalani sebuah rumah tangga bersama seorang lain yang mana dia telah bersedia untuk menjadi pendamping hidup kita untuk waktu yang lama, kasih sayang dan cinta itu saja tidak cukup. Perlu adanya kesiapan finansial yang bagus agar segala kebutuhan yang diperlukan oleh setiap anggota keluarga kelak dapat terpenuhi dan tidak ada satu pun anggota keluarga yang mengalami kesusahan karena ekonomi. Selanjutnya, salah satu kesiapan yang tidak kalah penting yang harus dipersiapkan sebelum melangkah ke jenjang pernikahan menurut 283 responden adalah adanya kesiapan keterampilan hidup yang akan dibutuhkan ketika sudah menikah, misalnya keterampilan mengurus, mengasuh, mendidik, dan membesarkan anak sehingga anak tidak tumbuh menjadi pribadi yang tidak diinginkan seperti tidak mandiri atau kasar terhadap orang lain. Sunarty & Mahmud (2016) mengemukakan bahwa banyak kasus siswa disebabkan oleh iklim kehidupan keluarga yang tidak sehat. Artinya, faktor keluarga memengaruhi kondisi psiko-higiene siswa. Secara umum diketahui bahwa kestabilan emosi anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarganya. Iklim keluarga yang tidak sehat, di mana konflik sering terjadi di antara anggota keluarga, akan memengaruhi perkembangan emosi anak, yang pada gilirannya memengaruhi perilaku siswa secara keseluruhan dan tentu saja mengurangi prestasi belajar anak. Hasil penelitian Sunarty (2014) menunjukkan bahwa ada korelasi yang positif antara pola asuh orangtua dan kemandirian anak. Selain itu, ditemukan bahwa ketika para orangtua memperlakukan anak mereka seperti anak kecil meskipun anak tersebut telah remaja, hal tersebut akan menjadikan anak tersebut menjadi tidak berdaya, dan selalu bergantung pada orangtuanya. Maka dari itu, bagi para calon orangtua khususnya generasi Z, sudah semestinya keterampilan untuk membesarkan anak dengan benar dan baik dikuasai sebelum menikah sehingga ketika kelak mereka telah berumah tangga dan mempunyai anak, pertumbuhan serta perkembangan anak mereka dapat tercapai dengan optimal dan bagus karena telah dikuasainya keterampilan yang dibutuhkan tersebut.

Pernikahan adalah suatu bentuk ibadah kepada Tuhan untuk menjaga kehormatan dan melindungi diri dari godaan.

Dalam Islam, salah satu cara manusia untuk menunjukkan ketaatannya kepada Tuhan adalah dengan melakukan penyaluran hasrat nafsu laki-laki dan perempuan yang didasarkan oleh ikatan suci dan sakral yang telah ditetapkan oleh Allah, yaitu pernikahan (Abror, 2020).

Allah Subhanahu Wa Ta’ala berfirman dalam surah Ar-Rum ayat 21:

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

Artinya: “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.”

Ayat ini menunjukkan betapa besarnya kebesaran Tuhan, sehingga pernikahan bukan sesuatu yang dapat dianggap sepele oleh siapapun. Tak hanya seorang laki-laki saja yang membutuhkan seorang perempuan, tetapi seorang perempuan juga butuh seorang laki-laki sehingga Allah Subhanahu Wa Ta’ala membuat pernikahan ini aman agar benar-benar sesuai dengan syariat dan menghasilkan ketenangan. Dengan cara ini, Allah memberikan kasihnya kepada mereka yang benar-benar mencintai, yaitu cinta yang didasarkan pada syariat Allah, bukan sekadar hal-hal duniawi (Manzilina & Kamil, 2024). Salah satu ketenangan yang didapatkan ketika sudah menikah adalah dapat terjaganya kehormatan diri serta sebagai sarana untuk melindungi diri dari perbuatan zina. Abror (2020) menjelaskan bahwa pernikahan menjadi wajib dan harus dilakukan ketika seseorang mempunyai kemampuan untuk menikah (berumah tangga), memiliki nafsu biologis (nafsu syahwat), dan khawatir akan melakukan perbuatan zina jika tidak menikah. Keharusan menikah ini didasarkan pada kenyataan bahwa mempertahankan kehormatan diri dari kemungkinan berbuat zina adalah wajib, dan satu-satunya cara untuk menghindari perbuatan zina adalah melalui nikah. Menjaga diri dari yang haram adalah wajib, dan untuk melakukannya dengan baik hanya dapat dilakukan melalui nikah, sehingga menikah menjadi wajib bagi orang seperti ini. Dengan cara yang sama, pernikahan menjadi sunnah atau dianjurkan untuk seseorang yang mampu menikah dan memiliki nafsu biologis tetapi merasa mampu menghindari zina; seseorang yang memiliki kemampuan dalam bidang ekonomi dan sehat jasmani dalam artian memiliki nafsu syahwat (bukan impoten), maka dia tetap dianjurkan untuk menikah, meskipun orang yang bersangkutan merasa mampu menjaga kehormatan dirinya sebab dalam hal ini menikah lebih baik daripada membujang karena Islam tidak menganjurkan untuk membujang. Berdasarkan hal tersebut, pernikahan menjadi sebuah pencapaian penting dalam hidup seseorang.

Pernikahan bukanlah keharusan, melainkan suatu pilihan hidup.

Menurut 128 responden yang mengisi kuesioner penelitian ini, pernikahan bukanlah keharusan yang mesti dilaksanakan, melainkan sebuah pilihan hidup. Ada sejumlah faktor yang dapat memengaruhi generasi Z dalam memandang pernikahan sebagai suatu pilihan hidup yang tidak mesti dilaksanakan, misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Adhani dan Aripudin (2024) menemukan bahwa generasi Z khawatir mengenai tingginya angka perceraian yang disebabkan oleh kasus KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga) dan perselingkuhan. Selanjutnya, terdapat pergeseran dalam cara berpikir di antara generasi Z, yang kini cenderung memilih untuk membangun hubungan yang stabil tanpa melalui pernikahan resmi, atau bahkan memutuskan untuk tidak menikah sama sekali, sebagai reaksi terhadap risiko dan tantangan yang akan dihadapi terkait pernikahan. Hurlock (2002) menyatakan bahwa salah satu alasan mengapa dewasa muda menunda untuk menikah adalah karena mereka memiliki kekecewaan disebabkan oleh tidak adanya kebahagiaan dengan kehidupan keluarga mereka sebelumnya atau karena adanya pengalaman pernikahan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh teman mereka. Hal ini selaras dengan 252 responden yang setuju bahwa salah satu faktor mengapa generasi Z memiliki kekhawatiran terhadap pernikahan karena adanya ketakutan terhadap kemungkinan terjadinya KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga) dan khawatir dengan ketidakstabilan finansial. Selain itu, sebanyak 181 responden berpendapat bahwa ketidaksiapan generasi Z dengan besarnya tanggung jawab yang akan dihadapi ketika sudah menikah merupakan salah satu faktor yang menjadi

kekhawatiran mereka terhadap pernikahan. Ketika telah menikah, dua individu yang telah terikat ikatan suci sebagai pasangan suami istri kelak akan menjadi kedua orangtua, di mana peran orangtua merupakan peranan penting sebagai pendidikan pertama dan utama bagi anak, sebelum pendidikan anak diserahkan kepada orang lain, sehingga tantangan dalam mendidik anak merupakan salah satu tantangan yang membutuhkan tanggung jawab yang besar dari kedua orangtua anak tersebut. Ketika telah menikah, dua individu yang telah terikat oleh ikatan suci dan sakral sebagai pasangan suami istri kelak akan menjadi orangtua. Wahy (2012) mengemukakan bahwa peran orangtua merupakan peranan penting sebagai pendidikan pertama dan utama bagi anak, sebelum pendidikan anak diserahkan kepada orang lain, sehingga tantangan dalam mendidik anak merupakan salah satu tantangan yang membutuhkan tanggung jawab yang besar dari kedua orangtua anak tersebut.

Tabel 4. Pandangan responden terhadap tren "*Marriage is Scary*" (jawaban boleh dipilih lebih dari satu)

Pertanyaan	Pernyataan.	Jumlah yang Memilih
Apakah menurut responden tren " <i>Marriage Is Scary</i> " adalah representasi nyata dari kekhawatiran generasi Z terhadap pernikahan?	Ya.	311
	Tidak.	20
Apakah menurut responden tren " <i>Marriage is Scary</i> " memiliki dampak positif terhadap keputusan gen Z dalam menikah?	Ya, tren tersebut membuat gen Z lebih berhati-hati dalam memilih pasangan hidup dan memprioritaskan kesiapan sebelum menikah.	235
	Tidak, tren tersebut lebih banyak memberikan pandangan negatif tentang pernikahan kepada gen Z.	20
	Sebagian iya, tetapi dampaknya tidak terlalu signifikan terhadap keputusan seorang gen Z untuk menikah.	76
Apakah tren " <i>Marriage is Scary</i> " mempengaruhi pandangan responden terhadap keputusan responden untuk menikah?	Sangat mempengaruhi.	77
	Cukup mempengaruhi.	198
	Tidak mempengaruhi.	56
Apakah responden mempunyai keinginan untuk menikah?	Ya, saya punya.	133
	Tidak.	28
	Masih mempertimbangkan.	170
Jika responden memilih Ya untuk keinginan menikah, apa alasannya?	Sudah menemukan pasangan yang sesuai dengan kriteria.	51
	Sudah merasa siap pada segala aspek (baik emosional maupun finansial) untuk berkomitmen dengan seseorang.	80
	Adanya tekanan dari keluarga atau sosial yang mengharuskan untuk menikah.	28

Pertanyaan	Pernyataan.	Jumlah yang Memilih
Jika responden memilih Tidak untuk keinginan menikah, apa alasannya?	Tidak merasa perlu menikah untuk mencapai kebahagiaan atau kepuasan hidup.	24
	Adanya ketakutan terhadap perceraian atau kegagalan dalam pernikahan.	20
	Tidak siap dengan tanggung jawab yang besar yang akan dihadapi setelah menikah.	21
Jika responden memilih Masih Mempertimbangkan untuk keinginan menikah, apa alasannya?	Masih ingin fokus pada pendidikan.	101
	Belum memiliki kesiapan untuk berkomitmen dengan seseorang.	115
	Masih ingin fokus pada kestabilan karir.	138

Sumber: Diolah dari data penelitian, 2025

Tren “*Marriage is Scary*” adalah tren yang menjadi bentuk pengungkapan kekhawatiran generasi muda terutama kalangan generasi Z yang menganggap bahwa pernikahan itu sebagai suatu hal yang menakutkan atau membebani. Pengungkapan kekhawatiran itu digambarkan dengan adanya ketakutan terhadap komitmen jangka panjang, tekanan sosial, atau potensi ketidakbahagiaan dalam rumah tangga (Herdiansyah & Khaira, 2025). Berdasarkan tabel 3, diperoleh hasil penelitian mengenai pandangan responden kuesioner penelitian ini terhadap tren “*Marriage is Scary*” yang viral di media sosial. Dari 331 total responden, sebanyak 311 responden setuju bahwa tren “*Marriage Is Scary*” adalah representasi nyata dari kekhawatiran generasi Z terhadap pernikahan, sedangkan 20 responden lainnya menjawab “Tidak”. Hal ini menunjukkan bahwa faktanya tren “*Marriage is Scary*” memang merupakan perwakilan nyata dari kekhawatiran generasi Z terhadap pernikahan yang diungkapkan dengan dipostingnya hal-hal yang menjadi kekhawatiran mengenai pernikahan di media sosial dengan menyebutkan “*Marriage is Scary*” pada awal kalimat. Kemudian, menurut 235 responden tren “*Marriage is Scary*” memiliki dampak positif terhadap keputusan gen Z dalam menikah, yaitu membuat mereka dapat lebih berhati-hati dalam memilih pasangan hidup dan memprioritaskan kesiapan sebelum menikah, sebab dengan adanya berbagai curhatan yang muncul dari adanya tren “*Marriage is Scary*” hal tersebut dapat menjadi pertimbangan untuk para gen Z dalam memutuskan sesuatu terkait dengan pernikahan. Sejalan dengan itu, sebanyak 198 responden mengungkapkan bahwa tren tersebut cukup mempengaruhi pandangan mereka terhadap keputusan untuk menikah. Hal ini juga tercermin dari jumlah responden yang memilih opsi ‘masih mempertimbangkan’ ketika diberi pertanyaan apakah mereka mempunyai keinginan untuk menikah. Bagi responden kuesioner ini yang mempunyai keinginan untuk menikah, faktor yang menjadi pendorong menurut 80 responden yakni karena sudah merasa siap pada segala aspek (baik emosional maupun finansial) untuk berkomitmen dengan seseorang dalam membentuk sebuah keluarga. Bagi generasi Z yang tidak mempunyai keinginan untuk menikah berdasarkan 24 responden kuesioner penelitian ini alasannya karena mereka merasa tidak perlu untuk menikah agar dapat mencapai kebahagiaan atau kepuasan dalam hidup di mana hal ini tidak terlepas dari adanya kekhawatiran mengenai perceraian atau pernikahan yang tidak bahagia, juga adanya ketidaksanggupan dalam menjalani tanggung jawab yang besar ketika telah berumah tangga. Adapun bagi mereka yang masih mempertimbangkan untuk menikah, menurut responden keusioner penelitian ini, didasari karena adanya alasan untuk masih ingin fokus pada kestabilan karir, belum memiliki kesiapan untuk berkomitmen dengan seseorang, atau masih ingin fokus pada pendidikan.

Di sinilah pentingnya dari pelayanan konseling pranikah. Konseling pranikah adalah pemberian bantuan kepada calon suami isteri untuk dapat mempersiapkan segala aspek yang dibutuhkan untuk menjalani kehidupan pernikahan. Menurut Devianti & Rahima (2021) konseling pranikah adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada klien (calon pasangan pengantin atau catin) oleh konselor atau orang yang ahli untuk memberikan arahan, bimbingan, dan informasi tentang kehidupan berumah tangga

untuk mempersiapkan diri untuk kehidupan sosial, ekonomi, agama, fisiologis, dan psikologis, serta hak dan kewajiban sebagai pasangan. Adapun Muniarti (2006) mengemukakan mengenai tujuan konseling pranikah yakni untuk membantu pasangan calon memahami kesulitan dan masalah hidup dalam berumah tangga sehingga konseling pranikah memberikan pengetahuan dan kemampuan untuk mengantisipasi masalah seperti adanya pembekalan berupa pengetahuan agama, medis, psikologis, seksual, dan sosial di dalamnya.

Hal ini tak terlepas dari masih banyaknya calon pasangan pengantin atau calon di luar sana yang belum memiliki pengetahuan dan kesiapan mengenai pernikahan dengan baik sehingga tidak sedikit dari mereka yang mengalami kegagalan dalam pernikahan sehingga urgensi konseling pranikah sangat diperlukan guna membantu calon pasangan pengantin mendapatkan wawasan dan pemahaman tentang cara menangani masalah dan kondisi yang dihadapi. Salah satu manfaat bimbingan konseling pranikah adalah memberikan pengertian dan kesadaran kepada individu tentang tujuan Pendewasaan Usia Perkawinan (PUP) (Triningtyas & Muhayati, 2017). Hadirnya pemberian layanan bimbingan dan konseling pranikah tentunya akan membantu para generasi Z dalam mempersiapkan diri sebaik mungkin sehingga dapat membantu mengikis sedikit demi sedikit pemikiran dan kekhawatiran bahwa pernikahan itu menakutkan. Lubis & Muktarruddin, 2023 (Bunjamin & Santoso, n.d., 2024) Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), angka perceraian di Indonesia pada tahun 2023 tercatat sekitar 5% dari total pernikahan. (Choirunissa et al., 2023) Angka ini lebih rendah jika dibandingkan dengan pasangan yang tidak mengikuti program konseling, yang perceraian mereka bisa mencapai 15-20% lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pasangan yang terlibat dalam proses konseling pra-nikah memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam mempertahankan pernikahan mereka (Togatorop et al., 2021) Intervensi dini melalui konseling ini memungkinkan pasangan untuk lebih siap menghadapi masalah yang mungkin timbul, seperti perbedaan dalam pola asuh anak, keuangan, atau peran dalam rumah tangga. Khotamin et al, 2024 (Bunjamin & Santoso, n.d., 2024)

Untuk itu, sangat penting bagi calon pengantin remaja atau dewasa khususnya generasi Z yang akan menikah untuk mengikuti konseling pranikah guna mencegah terjadinya kegagalan dan pernikahan yang tidak bahagia. Layanan bimbingan dan konseling keluarga juga diperlukan ketika pasangan calon pengantin telah resmi menikah. Sebab saat dinamika di dalam keluarga sedang tidak baik-baik saja, maka keluarga tersebut perlu memiliki kesadaran kapan mereka harus bertemu dengan orang yang ahli dalam hal ini adalah konselor keluarga, untuk membantu mereka dalam menyelesaikan permasalahan yang mengganggu keharmonisan keluarga.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut generasi Z, tren "*Marriage is Scary*" merupakan representasi nyata dari kekhawatiran mereka terhadap pernikahan sekaligus turut mempengaruhi keputusan mereka dalam menikah. Berbagai alasan yang menjadi kekhawatiran generasi Z terhadap pernikahan ialah persoalan takut dengan perceraian, takut dengan kemungkinan terjadinya KDRT, perselingkuhan, serta ketidakstabilan finansial. Pandangan generasi Z terhadap pernikahan pun memiliki bermacam-macam arti, seperti ada yang menganggap bahwa pernikahan itu adalah sesuatu yang sakral dan suci sehingga membutuhkan kesiapan pada segala aspek untuk menjalaninya, sedangkan beberapa yang lain menganggap bahwa pernikahan itu hanyalah suatu pilihan hidup dan bukan keharusan yang harus dilakukan. Hadirnya tren "*Marriage is Scary*" membuat generasi Z menjadi lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan terkait pernikahan termasuk dalam hal memilih pasangan hidup. Kehadiran pelayanan konseling pranikah sangat dibutuhkan dalam hal ini, sebab generasi Z membutuhkan banyak bimbingan serta bantuan untuk dapat mempersiapkan diri ketika akan menjalani sebuah peran menjadi seorang ibu atau seorang suami dari sebuah keluarga yang ingin diwujudkan dengan harmonis dan bahagia. Hal ini juga untuk mencegah agar generasi Z tidak mengalami kegagalan dalam pernikahan dan menghilangkan sedikit demi sedikit ketakutan akan pernikahan.

Berdasarkan temuan bahwa tren "*Marriage is Scary*" mencerminkan kekhawatiran mendalam generasi Z terhadap institusi pernikahan, terutama terkait perceraian, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselingkuhan, dan ketidakstabilan finansial, maka disarankan agar penelitian selanjutnya dapat (1) Mengeksplorasi peran media sosial dan budaya digital dalam membentuk narasi negatif terhadap pernikahan, khususnya bagaimana tren seperti "*Marriage is Scary*" tersebar, ditanggapi, dan dimaknai oleh generasi Z di berbagai platform; (2) Melakukan perbandingan antar generasi (misalnya

antara generasi Z dan milenial) untuk mengetahui perbedaan persepsi, kekhawatiran, dan kesiapan dalam menghadapi pernikahan, sehingga dapat dilihat pergeseran nilai dan pandangan antar generasi; (3) Menganalisis pandangan dari sisi gender, untuk melihat apakah terdapat perbedaan persepsi dan ketakutan antara laki-laki dan perempuan dalam menghadapi pernikahan di era modern; (4) Mengembangkan strategi komunikasi atau edukasi berbasis digital, yang dapat menjawab keresahan generasi Z terkait pernikahan, termasuk model konseling pranikah yang lebih adaptif terhadap kebutuhan dan gaya hidup mereka.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan kelancaran dan kemudahan dalam melakukan penelitian ini serta kepada para pengguna X (dulunya Twitter) khususnya followers base @tanyakanrl dan followers base @tanyarlfe, mahasiswa mahasiswi jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo, dan alumni SMAN 4 Kendari juga pihak-pihak lainnya atas kesediaannya dalam memberikan kontribusi untuk penelitian ini dengan mengisi kuesioner *online* yang telah dibagikan.

Daftar Rujukan

- Abror, K. (2020). *Hukum perkawinan dan perceraian*.
- 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.
- Al Mafaz, F., Arfan, A., & Fakhrudin, F. (2024). Marriage is scary trend in the perspective of Islamic law and positive law. *Studi Multidisipliner: Jurnal Kajian Keislaman*, 11(2), 329-344.
- Bencsik, A., Horváth-Csikós, G., & Juhász, T. (2016). Y and Z generations at workplaces. *Journal of Competitiveness*, 8(3).
- Choirunissa, R., Indrayani, T., & Lestari, M. (2023). Pendidikan Kesehatan tentang Dampak Negatif Pernikahan Dini dan Kesehatan Reproduksi di Kabupaten Bogor Jawa Barat. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), 83. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.436>
- Dharmayani, Hendriyadi, Mahmudin B., Rudi S. 2024. Efektivitas Program Konseling Pra-Nikah dalam Mengurangi Konflik Rumah Tangga: Studi Perbandingan di Indonesia dan Malaysia. *Tebuireng Journal of Islamic Studies and Society*. 5(2), 186-201.
- Devianti, R., & Rahima, R. (2021). Konseling pra-nikah menuju keluarga Samara. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 4(2), 73-79.
- Herdiansyah, D., & Khaira, R. (2025). Menyelami persepsi 'marriage is scary' dalam perspektif religius dan emosional di konteks sosial budaya kontemporer serta faktor-faktor yang mempengaruhi: Sebuah literatur review. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 4, 605-612.
- Juniarly, A., Tarigan, A. H. Z., & Anggraini, D. (2024). Konseling Pra-Nikah: Pentingnya Kesiapan Psikologis Sebelum Memasuki Kehidupan Pernikahan. *Altifani Journal: International Journal of Community Engagement*, 5(1), 51-59.
- Lestari, M., Aimma, S. L., Cahyadi, S. F., Putri, K. A. L. L., & Mustofa, M. M. (2024). Bagaimana fenomena 'marriage is scary' dalam pandangan perempuan generasi Z?. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 10(2), 278-291.
- Manzilina, S., & Kamil, A. Z. (2024). Pandangan Al-Qur'an dalam menyikapi marriage is scary: Analisis tafsir audiovisual Ustaz Rifky Ja'far pada kanal YouTube "Sayap Dakwah TV". *At-Tahfidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, 6(1), 16-37.
- Moh Ekofitriyanto. (2020). Efektivitas Bimbingan Perkawinan Pra-nikah dan Pengaruhnya Terhadap Kesiapan Calon Pengantin Di KUA Kecamatan Batang Kabupaten Batang" (Skripsi Sarjan: Jurusan Hukum Keluarga Islam: Semarang,.
- Nugraha, A., Barinong, A., & Zainuddin, Z. (2020). Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian Rumah Tangga Akibat Perselingkuhan. *Kalabbirang Law Journal*, 2(1), 53-68.
- Pitrotussaadah, P. (2022). Konseling pranikah untuk membentuk keluarga sakinah dan menekan angka perceraian. *Jurnal Perspektif*, 6(1), 25-40.
- Putra, Y. S. (2017). Theoretical review: Teori perbedaan generasi. *Among Makarti*, 9(2).

- Sunarty, K. (2014). *Model pola asuh orangtua untuk meningkatkan kemandirian anak* (Unpublished doctoral dissertation). Program Pascasarjana UNM, Makassar.
- Sunarty, K., & Mahmud, A. (2016). *Konseling perkawinan dan keluarga*.
- Sloan, L., & Quan-Haase, A. (2017). A Retrospective on State of the Art Social Media Research Methods: Ethical Decisions, Big-small Data Rivalries and the Spectre of the 6Vs. In *The SAGE Handbook of Social Media Research Methods* (pp. 663–672). SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781473983847.n39>
- Togatorop, M. T., Waruwu, S., Sanjaya, Y., Sumiran, E. B. K. P., Asso, P., & Valensia, K. (2021). Bimbingan Konseling Pra-Nikah Bagi Keluarga Kristen Dalam Mengembangkan Keharmonisan Pernikahan Menurut Efesus 5:22-33. *REAL COSTER: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 34–41. <https://doi.org/10.53547/rcj.v2i2.121>
- Triningtyas, D. A., & Muhyati, S. (2017). Konseling pranikah: Sebuah upaya mereduksi budaya pernikahan dini di Kecamatan Pulung Kabupaten Ponorogo. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 3(1), 28-32.
- Wahy, H. (2012). Keluarga sebagai basis pendidikan pertama dan utama. *Jurnal Ilmiah Didaktika: Media Ilmiah Pendidikan dan Pengajaran*, 12(2).
- Widiasworo, E. (2019). *Menyusun penelitian kuantitatif untuk skripsi dan tesis* (Vol. 140). Araska Publisher.

Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.
