



Marriage is Scary: Ketakutan Gen Z Terhadap Pernikahan di Era Modern

Abul A'la Al-Maududi¹, Ratu Mulya Hasasita², Fayola Nabila Putri³, Dara Citra Persia⁴, Zia Adzany Asher⁵

¹⁻⁵Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta

Email: abul.alaal@umj.ac.id¹, nabilafayola2@gmail.com³

*Penulis Korespondensi: abul.alaal@umj.ac.id

Abstract. *The "Marriage is Scary" phenomenon has been widely discussed by Generation Z across various social media platforms, reflecting a shift in perception and increasing anxiety toward marriage. This study aims to identify the factors triggering Generation Z's fear of marriage in the modern era and to review this phenomenon through the perspectives of Fiqih Munakahat (Islamic jurisprudence of marriage) and Fiqih Muamalah (Islamic jurisprudence of social and economic transactions). This qualitative study employs a literature review approach (library research), using primary sources from the Al-Qur'an, Hadith, and classical Fiqih books, alongside secondary data from relevant scientific journals. The findings reveal that Generation Z's fear of marriage is influenced by economic challenges, including the high cost of living and financial instability, widespread exposure to negative social media content, traumatic family experiences, inadequate mental and emotional readiness, and unrealistic expectations in choosing a partner. From the perspective of Fiqih Munakahat, this fear is considered a form of caution as long as it does not result in rejecting the sacred institution of marriage (mitsaqan ghalizha). Meanwhile, Fiqih Muamalah emphasizes honest, fair, and transparent financial management and the pursuit of lawful (halal) income rather than wealth accumulation. The study concludes that Islam offers comprehensive spiritual, mental, emotional, and financial preparation to help Generation Z view marriage as worship that brings sakinah, mawaddah, and rahmah.*

Keywords: *Fiqih Muamalah; Fiqih Munakahat; Generation Z; Marriage is Scary; Marriage Readiness.*

Abstrak. Fenomena "Marriage is Scary" (pernikahan itu mengerikan) marak diperbincangkan oleh Generasi Z di berbagai platform media sosial, mencerminkan adanya pergeseran persepsi dan peningkatan kecemasan terhadap institusi perkawinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi elemen-elemen yang melatarbelakangi timbulnya ketakutan Generasi Z terhadap pernikahan di era modern, sekaligus meninjau fenomena tersebut secara komprehensif melalui perspektif Fiqih Munakahat dan Fiqih Muamalah. Menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*), sumber data penelitian ini mencakup data primer berupa Al-Qur'an, hadis, dan kitab-kitab fiqih, serta data sekunder berupa artikel jurnal ilmiah yang relevan. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa ketakutan menikah pada Generasi Z dipicu oleh perpaduan faktor ekonomi (tingginya biaya hidup dan ketidakstabilan finansial), paparan masif konten negatif di media sosial (kasus perceraian, KDRT, dan perselingkuhan), pengalaman traumatis atau konflik keluarga di masa lalu, ketidaksiapan mental emosional, serta ekspektasi yang terlalu tinggi dalam memilih pasangan. Dalam perspektif Fiqih Munakahat, kekhawatiran ini dinilai wajar sebagai bentuk kehati-hatian, asalkan tidak berujung pada penolakan mutlak atas esensi sakral pernikahan (*mitsaqan ghalizha*). Sementara itu, Fiqih Muamalah merorientasi ketakutan ekonomi dengan menekankan pentingnya manajemen finansial yang jujur, adil, transparan, serta kecukupan nafkah yang halal daripada sekadar akumulasi kekayaan yang melimpah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa Islam memberikan solusi bagi Generasi Z berupa persiapan yang komprehensif (spiritual, mental, emosional, dan finansial) dan pembekalan ilmu agama agar dapat memandang pernikahan sebagai ladang ibadah yang membawa ketenangan (*sakinah*), cinta (*mawaddah*), dan rahmat (*rahmah*).

Kata kunci: Fiqih Muamalah; Fiqih Munakahat; Generasi Z; Kesiapan Pernikahan; *Marriage is Scary*.

1. LATAR BELAKANG

Pernikahan merupakan salah satu institusi sosial yang memegang peranan krusial dalam eksistensi manusia. Dalam perspektif Islam, perkawinan tidak semata-mata

dipandang sebagai ikatan formal antara individu pria dan wanita, melainkan juga dikategorikan sebagai suatu bentuk pengabdian spiritual yang diarahkan untuk membentuk sebuah unit keluarga yang tenteram, diliputi afeksi, dan diberkahi rahmat. Perkawinan difungsikan sebagai sarana untuk memelihara kehormatan diri, melestarikan garis keturunan, serta mewujudkan sebuah tatanan kehidupan yang harmonis dan selaras dengan prinsip-prinsip ajaran agama. Oleh karena itu, Islam sangat memperhatikan proses pernikahan dengan menetapkan berbagai aturan yang dijelaskan dalam Fiqih Munakahat. Aturan tersebut juga didukung oleh prinsip-prinsip Fiqih Muamalah dalam mengelola kehidupan rumah tangga, terutama pada aspek sosial dan ekonomi (Arjani et al., 2025).

Meskipun demikian, kemajuan era telah mengakibatkan pergeseran dalam persepsi publik, terutama di kalangan Generasi Z, terkait hakekat dan sasaran perkawinan. Kemajuan teknologi informasi, globalisasi, dan proliferasi media sosial telah membentuk cara pandang kaum muda terhadap kehidupan berkeluarga. Salah satu fenomena yang mengemuka adalah munculnya istilah "Marriage is Scary" atau perkawinan itu mengerikan. Frasa ini seringkali dijumpai diberbagai platform media sosial sebagai ekspresi kekhawatiran, ketakutan, dan bahkan ketidakpastian dalam memasuki jenjang perkawinan (Sundari & Febriana, 2025).

Fenomena "Marriage is Scary" tidak timbul tanpa alasan yang jelas. Beragam kasus perceraian, perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), pengabaian pasangan, serta permasalahan finansial yang acap kali diberitakan melalui berbagai platform media massa dan media sosial telah mengukir persepsi negatif terhadap lembaga perkawinan. Algoritma dalam ranah digital cenderung lebih sering menampilkan konten yang bersifat sensasional, sehingga berita mengenai kegagalan pernikahan lebih cepat menyebar dibandingkan narasi tentang keharmonisan keluarga. Situasi tersebut secara implisit menciptakan kerangka berpikir bahwa pernikahan kerap diasosiasikan dengan konflik, kesulitan dan tanggung jawab yang signifikan (Riswandi et al., 2025).

Di samping faktor-faktor sosial, keadaan ekonomi juga berkontribusi secara substansial sebagai pemicu utama ketakutan mengenai pernikahan. Peningkatan biaya kehidupan, tingginya harga properti, tantangan dalam mendapatkan pekerjaan yang stabil, serta ekspektasi untuk memiliki kestabilan finansial yang memadai sebelum melangkah ke jenjang pernikahan, semuanya menimbulkan tekanan psikologis yang mendalam bagi sebagian besar Generasi Z. Mereka berpendapat bahwa ketidaksiapan ekonomi itu dapat

memicu timbulnya perselisihan dalam rumah tangga hingga berujung pada perceraian. Konsekuensinya, mayoritas individu memutuskan untuk menangguk rencana pernikahan sampai mencapai kesiapan finansial yang memadai.

Selain pertimbangan ekonomi, pengalaman personal dan latar belakang keluarga juga berkontribusi dalam membentuk persepsi Generasi Z mengenai institusi pernikahan. Individu yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang penuh konflik, menyaksikan orang tua mereka bercerai, atau mengalami kekerasan domestik, cenderung merasa enggan untuk memulai unit keluarga mereka sendiri. Pengalaman traumatis di masa lalu ini diperparah oleh paparan konten negatif yang konsisten diterima melalui platform media sosial, sehingga menumbuhkan kecemasan akan terulangnya pola serupa di masa depan.

Keadaan ini mengindikasikan bahwa keraguan terhadap pernikahan tidak semata-mata disebabkan oleh faktor individual, tapi juga dipengaruhi oleh pergeseran budaya, kemajuan teknologi situasi ekonomi, serta lingkungan kemasyarakatan. Di lain sisi, ada kecenderungan dimana sebagian Generasi Z lebih mengedepankan pencapaian pendidikan, pencapaian karir, bebas dalam berekspresi, dan aktualisasi diri daripada menciptakan kehidupan rumah tangga di usia muda. Di sisi lain, terdapat kecenderungan bahwa sebagian Generasi Z lebih mengutamakan pencapaian pendidikan, pengembangan karir, kebebasan pribadi, dan memanfaatkan potensi yang dimiliki daripada membangun kehidupan rumah tangga pada usia muda. Pergeseran prioritas tersebut menyebabkan usia menikah semakin meningkat dan muncul anggapan bahwa pernikahan bukanlah kebutuhan yang utama, melainkan hanya pilihan yang harus dipertimbangkan dengan sangat matang (Riska & Khasanah, 2023).

Apabila ditinjau dari perspektif Islam, fenomena tersebut perlu dipahami secara lebih komprehensif. Islam tidak mengajarkan bahwa pernikahan adalah sesuatu yang menakutkan, melainkan ia sebagai ibadah yang memiliki tujuan luhur untuk menjaga agama, jiwa, keturunan, dan kehormatan manusia. Dalam Fiqih Munakahat dijelaskan bahwa pernikahan adalah akad yang sangat kuat (*mitsaqan ghalizha*) yang dibangun atas dasar tanggung jawab, kasih sayang, dan saling melengkapi antara suami dan istri. Sementara itu, Fiqih Muamalah memberikan pedoman mengenai pengelolaan aspek ekonomi keluarga, mulai dari kewajiban mencari nafkah yang halal, pengelolaan keuangan rumah tangga, pemenuhan hak-hak keluarga, hingga prinsip keadilan dan tanggung jawab dalam kehidupan sosial (Sya'ima et al., 2024).

Oleh karena itu, kecemasan mengenai pernikahan sebaiknya tidak dianggap sebagai motif untuk menunda atau menolak pernikahan, melainkan sebagai penanda kehati-hatian yang perlu diseimbangkan dengan kesiapan yang komprehensif. Kesiapan ini mencakup tidak hanya aspek finansial, tetapi juga kesiapan spiritual, emosional, psikologis, serta pemahaman yang mendalam tentang norma dan tanggung jawab dalam institusi perkawinan sesuai ajaran agama. Pemahaman yang memadai terhadap kaidah Fiqih Muamalah diharapkan dapat mengalihkan pandangan yang kurang positif tentang pernikahan menjadi persepsi yang lebih adil dan seimbang, selaras dengan prinsip-prinsip Islam.

Menyikapi latar belakang tersebut, investigasi terhadap fenomena "Marriage is Scary" menjadi relevan untuk dilaksanakan. Studi ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi elemen-elemen yang melatarbelakangi timbulnya kekhawatiran Generasi Z terhadap pernikahan di era kontemporer, serta untuk meninjau fenomena tersebut dari sudut pandang Fiqih Munakahat dan Fiqih Muamalah dalam perspektif Islam. Temuan dari studi ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan literatur keislaman terkait perkawinan, sekaligus berfungsi sebagai sumber rujukan bagi kaum muda dalam merencanakan kehidupan berkeluarga yang sejalan dengan prinsip-prinsip Islam (Najmudin et al., 2025).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi paradigma penelitian kualitatif, dengan menggunakan metode penelaahan literatur atau riset kepustakaan. Pemilihan pendekatan ini didasarkan pada tujuan penelitian, yaitu untuk menganalisis fenomena "Marriage is Scary" atau kecenderungan generasi Z untuk menghindari pernikahan di era modern, melalui interpretasi literatur yang relevan dengan Fiqih Munakahat dan Fiqih Muamalah dalam perspektif Islam. Riset kepustakaan memfasilitasi peneliti untuk memperoleh pemahaman komprehensif terkait konsep, kerangka teoritis, serta perspektif otoritas akademis yang bersinggungan dengan subjek kajian.

Dalam studi ini, sumber data mencakup baik data primer maupun data sekunder. Data primer yang digunakan meliputi Al-Qur'an, sabda Nabi Muhammad SAW, serta teks-teks fiqh yang mengupas Fiqih Munakahat dan Fiqih Muamalah, bersama dengan regulasi yang relevan dengan institusi perkawinan di Indonesia. Sementara itu, data sekunder dikumpulkan dari publikasi jurnal ilmiah baik dari ranah nasional maupun

internasional, temuan penelitian terdahulu, makalah konferensi (prosiding), serta sumber-sumber akademik lainnya yang mendalami isu-isu pernikahan, atribut generasi Z, transformasi sosial, ranah digital, dan berbagai tantangan dalam kehidupan rumah tangga pada era kontemporer.

3. PEMBAHASAN

Konsep *Marriage Is Scary*

Frasa "Marriage is Scary" jamak ditemui dalam ranah media sosial. Untuk mengekspresikan kegelisahan, kekhawatiran, atau kebimbangan terkait institusi perkawinan. Walaupun bukan merupakan terminologi akademis, fenomena ini mengindikasikan pergeseran persepsi Generasi Z terhadap pernikahan, yang dipandang sebagai sebuah komitmen signifikan yang menuntut kesiapan komprehensif pada aspek mental, emosional, spiritual, dan finansial. Hal ini juga berkontribusi pada upaya generasi muda dalam merencanakan kehidupan berumah tangga sejalan dengan ajaran Islam.

Kemunculan fenomena Marriage is Scary dipicu oleh beragam determinan, termasuk kenaikan statistik perceraian, insiden kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), praktik perselingkuhan, beban ekonomi, serta dominasi konten media sosial yang cenderung menyyoroti disharmoni rumah tangga alih-alih representasi keluarga yang harmonis. Lebih lanjut, pengalaman personal maupun paparan terhadap dinamika keluarga, seperti menyaksikan perpisahan orang tua atau friksi dalam lingkungan rumah tangga, turut membentuk pandangan individu mengenai pernikahan (Riswandi et al., 2025).

Bagi Generasi Z, Institusi pernikahan tidak lagi dipandang sebagai kewajiban yang harus segera dipenuhi, melainkan sebagai sebuah pilihan individual yang memerlukan kesiapan personal menuntut adanya kesiapan komprehensif. Konsekuensinya, mayoritas dari kelompok demografis ini memilih untuk menanggukkan pernikahan sampai mereka merasa telah mencapai kesiapan yang memadai dalam berbagai dimensi kehidupan.

Dalam kerangka teologi Islam, kekhawatiran yang berkaitan dengan pernikahan tidaklah dilarang, asalkan dorongan tersebut memotivasi individu untuk melakukan persiapan yang lebih optimal. Melalui studi Fiqih Munakahat dan Fiqih Muamalah, ajaran Islam menyediakan kerangka panduan yang mencakup tujuan pernikahan, distribusi tanggung jawab dan hak antara kedua belah pihak, serta pengelolaan aspek-aspek kehidupan berumah tangga demi terciptanya keluarga yang berlandaskan ketenteraman (sakinah), afeksi (mawaddah), dan belas kasih (rahmah). Berdasarkan telaah ini,

fenomena dikenal sebagai *Marriage is Scary* dapat diinterpretasikan sebagai sebuah tantangan yang memerlukan penanganan yang didasarkan pada pengetahuan, kesiapan, dan pemahaman ajaran agama yang mendalam, bukan sebagai pembenaran untuk menghindarkan diri dari komitmen pernikahan (Lestari et al., 2024).

Faktor Penyebab Ketakutan Menikah

Fenomena "*Marriage is Scary*" yang kerap dialami oleh Generasi Z dipicu oleh multifaktor yang saling terkait. Salah satu determinan krusial adalah faktor ekonomi. Kenaikan biaya eksistensi, tantangan dalam mendapatkan profesi yang kokoh, serta lonjakan pengeluaran pasca-pernikahan berkontribusi pada perasaan ketidakkesiapan generasi muda dalam membentuk keluarga. Kekhawatiran mereka terpusat pada ketidakstabilan finansial dapat memicu konflik dan mengganggu keharmonisan keluarga (Ren, 2022).

Selain faktor ekonomi, Media sosial juga memberikan kontribusi signifikan terhadap timbulnya kecemasan mengenai pernikahan. Beragam konten yang menampilkan perceraian, perselingkuhan, dan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), dan konflik keluarga lebih mudah tersebar dan menarik perhatian masyarakat. Paparan informasi tersebut secara terus-menerus dapat membentuk persepsi bahwa kehidupan pernikahan identik dengan berbagai permasalahan, sehingga menimbulkan rasa cemas untuk menjalani kehidupan rumah tangga.

Faktor lain yang turut memengaruhi adalah pengalaman pribadi maupun lingkungan keluarga. Individu yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang sering mengalami konflik atau pernah menyaksikan perceraian orang tua cenderung memiliki kekhawatiran yang lebih besar terhadap pernikahan. Pengalaman tersebut dapat menimbulkan trauma dan rasa takut akan mengalami kondisi yang sama di masa depan (Ramadhan et al., 2025).

Di samping itu, banyak Generasi Z merasa belum siap secara mental dan emosional untuk memasuki kehidupan rumah tangga. Pernikahan dipandang sebagai sebuah amanah besar yang memerlukan kompetensi dalam berkomunikasi, resolusi konflik, serta pemenuhan hak dan kewajiban sebagai pasangan suami istri. Kurangnya kesiapan dalam aspek tersebut sering kali menjadi alasan untuk menunda pernikahan.

Tingginya ekspektasi terhadap pasangan juga menjadi faktor-faktor yang melatarbelakangi timbulnya fenomena "*Marriage is Scary*". Dampak dari platform media sosial membuat sebagian orang memiliki standar yang tinggi dalam memilih pasangan, baik dari segi ekonomi, pendidikan, penampilan, maupun kepribadian. Kondisi ini

menyebabkan seseorang merasa takut salah memilih pasangan hidup, sehingga lebih memilih menunda pernikahan sampai menemukan pasangan yang dianggap sesuai dengan harapannya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa ketakutan menikah pada Generasi Z merupakan hasil dari perpaduan berbagai faktor, mulai dari kondisi ekonomi, pengaruh media sosial, pengalaman hidup, hingga kesiapan mental dan emosional. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam untuk membahas hakikat pernikahan agar rasa takut tersebut dapat diatasi melalui persiapan yang matang dan sesuai dengan nilai-nilai Islam (Riska Herliana & Khasanah Nur, 2023).

Analisis Berdasarkan Fiqih Munakahat

Menurut perspektif Fiqih Munakahat, Pernikahan didefinisikan sebagai suatu komitmen yang sah antara seorang pria dan seorang wanita yang dirancang untuk membentuk sebuah rumah tangga yang didasarkan pada nilai-nilai pengabdian dan pertanggungjawaban. Tujuan utama dari lembaga perkawinan dalam tradisi Islam tidak hanya terbatas pada pemenuhan dorongan biologis, tetapi juga diarahkan pada pencapaian sebuah kehidupan rumah tangga yang harmonis, penuh cinta, dan diberkahi, sesuai dengan penjelasan yang terdapat dalam Al-Qur'an 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

Salah satu keagungan-Nya adalah penciptaan berpasang-pasangan agar tercipta ketentraman batin. Di samping itu, terjalin pula benang cinta dan kasih sayang di antara keduanya. Sungguh, dalam hal tersebut terdapat petunjuk-petunjuk Ilahi bagi kaum yang merenung (QS. Ar-Rum: 21). Oleh Karena itu, pernikahan dimaknai sebagai sebuah ikatan yang kokoh (mitsaqan ghalizha) yang menuntut pemeliharaan dari kedua individu yang terlibat (Kasim & Sumanto, 2025).

Fenomena yang dikenal sebagai Marriage is Scary mengindikasikan adanya kekhawatiran di kalangan Generasi Z terkait berbagai potensi risiko dalam ikatan pernikahan, termasuk isu perceraian, perselingkuhan, dan konflik familial. Dalam perspektif Fiqih Munakahat, kekhawatiran semacam ini dapat diinterpretasikan sebagai manifestasi dari sikap waspada, asalkan tidak mengarah pada penolakan pernikahan tanpa dasar syar'i yang valid. Sebaliknya, ajaran Islam mendorong umatnya untuk melakukan persiapan komprehensif sebelum menikah, mencakup aspek pemahaman keilmuan, pembentukan karakter, kesiapan mental, serta kapasitas dalam mengemban hak dan tanggung jawab sebagai suami atau istri.

Selanjutnya, Fiqih Munakahat menyoroti signifikansi pemilihan pasangan hidup yang didasarkan pada kriteria agama dan etika moral. Nabi Muhammad SAW menganjurkan umatnya untuk memprioritaskan calon pasangan yang memiliki bobot religiusitas yang kuat, mengingat nilai fundamentalnya dalam membangun sebuah mahligai rumah tangga yang penuh harmoni dan keberkahan. Dengan pemahaman yang benar mengenai tujuan pernikahan serta hak dan kewajiban masing-masing pasangan, rasa takut terhadap pernikahan dapat diminimalkan. Oleh karena itu, fenomena *Marriage is Scary* seharusnya menjadi motivasi untuk mempersiapkan diri dengan lebih baik, bukan menjadi alasan untuk menghindari pernikahan (Al Mafaz et al., 2024).

Analisis Berdasarkan Fiqih Muamalah

Dalam kerangka Fiqih Muamalah, kekeluargaan tidak sekadar terbatas pada hubungan antara suami dan istri, melainkan juga merangkum pengelolaan dimensi ekonomi, sosial, serta pemenuhan hak dan keharusan masing-masing individu. Ajaran Islam menekankan bahwa setiap tindakan muamalah harus berpijak pada prinsip integritas, ekuitas, akuntabilitas, dan kooperasi timbal balik demi terwujudnya sinergi dalam unit keluarga.

Salah satu faktor pemicu maraknya fenomena *Marriage is Scary* adalah kecemasan yang dialami oleh Generasi Z terkait stabilitas ekonomi pasca-pernikahan. Beban biaya hidup yang substansial, tantangan dalam memperoleh pekerjaan yang mapan, serta peningkatan kebutuhan familial secara kolektif menimbulkan keraguan pada kalangan muda mengenai kesiapan mereka dalam membangun institusi pernikahan. Dalam Fiqih Muamalah, kesiapan ekonomi memang menjadi aspek yang penting, tetapi tidak diartikan sebagai keharusan untuk memiliki kekayaan yang melimpah. Islam lebih menekankan kemampuan seseorang untuk mencari nafkah yang halal, mengelola keuangan dengan bijaksana, serta memenuhi kebutuhan keluarga sesuai dengan kemampuannya (Bin Syed Musa & Anak Freddie Mail, 2024).

Di samping dimensi ekonomi, Fiqih Muamalah juga menekankan esensi kepercayaan timbal balik, transparansi, dan dialog konstruktif dalam penanganan isu-isu domestik. Manajemen finansial yang prudent, alokasi tugas yang proporsional, serta interaksi komunikatif yang kondusif berpotensi menekan friksi dalam unit keluarga. Oleh karena itu, kekhawatiran akan institusi perkawinan yang berakar pada problem ekonomi dan dinamika sosial dapat direduksi manakala pasangan suami istri mengadopsi prinsip-prinsip muamalah selaras dengan doktrin Islam.

Dengan demikian, Fiqih Muamalah mengartikulasikan bahwa kesuksesan sebuah rumah tangga tidak semata-mata dikuantifikasi oleh aset finansial yang terakumulasi, akan tetapi juga oleh metodologi perolehan, administrasi, dan utilisasi aset tersebut secara legal, berkeadilan, dan akuntabel. Perspektif ini diharapkan mampu mereorientasi persepsi Generasi Z bahwa pernikahan bukanlah sebuah kewajiban yang mengintimidasi, melainkan sebuah amanah yang dapat dilaksanakan melalui persiapan dan kerangka kerja yang memadai sesuai dengan kaidah Islam (Maimun et al., 2025).

Ayat Al-Qur'an dan Hadis yang Mengupas Tema Pernikahan

Al-Quran Surah An-Nur ayat 32

وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُعْزِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

Dan nikahkanlah orang-orang yang sendirian di antara kamu, serta orang-orang yang layak (untuk dinikahkan) dari hamba-hamba lakimu dan hamba-hamba perempuamu. Jika mereka dalam keadaan miskin, maka Allah akan memberikan kecukupan kepada mereka dengan karunia-Nya. Dan Allah Maha Luas (karunia-Nya) lagi Maha Mengetahui (QS. An-Nur: 32).

Al-Qur'an Surah Ar-rum ayaat 21:

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

Salah satu dari keagungan-Nya adalah penciptaan pasangan-pasangan untukmu, yang ditujukan agar kamu menemukan ketenangan bersamanya. Ia menanamkan di antara kalian benih-benih cinta dan kepedulian. Sungguh, dalam hal tersebut terkandung tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir (QS. Ar-Rum:21).

Hadis tentang Anjuran Menikah

"Wahai para pemuda, bagi siapa pun di antara kalian yang memiliki sanggup (untuk menikah), maka hendaklah melangsungkan pernikahan. Sesungguhnya pernikahan lebih baik dalam menjaga pandangan dan lebih ampuh dalam memelihara kesucian diri. Barang siapa yang belum memiliki kesanggupan tersebut, maka disunahkan untuk berpuasa, karena puasa berfungsi sebagai pelindung baginya." (HR. Bukhari dan Muslim).

Solusi Menurut Islam

Dalam perspektif Islam, kekhawatiran terhadap institusi pernikahan bukanlah suatu hal yang patut disalahkan, asalkan kekhawatiran tersebut dimanfaatkan sebagai motivasi untuk meningkatkan kesiapan diri. Pendekatan fundamental yang direkomendasikan oleh ajaran Islam adalah dengan memperdalam pemahaman mengenai

esensi dan tujuan pernikahan melalui studi Fiqih Munakahat. Dengan memahami bahwa pernikahan adalah sebuah bentuk ibadah dan ikatan yang sangat kuat (*mitsaqan ghalizha*), individu diharapkan dapat mengadopsi pandangan yang lebih optimis terhadap dinamika kehidupan berumah tangga, serta memperoleh pemahaman yang menyeluruh terkait hak dan kewajiban masing-masing pasangan (Adharsyah et al., 2024).

Lebih lanjut, ajaran Islam menekankan pentingnya bagi setiap muslim untuk mempersiapkan diri sebelum menikah, baik dari aspek spiritual, mental, emosional, maupun finansial. Kesiapan tersebut dapat diwujudkan dengan memperdalam ilmu agama, meningkatkan akhlak, membangun kemampuan berkomunikasi, serta memiliki pekerjaan atau sumber penghasilan yang halal sebagai bentuk pertanggungjawaban dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga.

Dalam kerangka Fiqih Muamalah, ajaran Islam juga menekankan krusialnya pengelolaan finansial keluarga yang berprinsip kehati-hatian. Kehidupan berumah tangga seyogianya didasarkan pada nilai-nilai integritas, kepercayaan, kooperasi timbal balik, serta penolakan terhadap pemborosan dan kewajiban finansial yang tidak esensial. Manajemen ekonomi yang efektif berpotensi meminimalkan timbulnya friksi, yang kerap kali menjadi sumber disrupsi dalam ikatan pernikahan (KementerianPUPR et al., 2023).

Di samping itu, Islam menyajikan panduan substantif mengenai seleksi pasangan hidup, dengan penekanan pada kualitas religiusitas dan moralitasnya. Nabi Muhammad SAW menginstruksikan umatnya untuk memprioritaskan calon pendamping yang memiliki integritas spiritual dan etika yang terpuji, mengingat hal ini merupakan pilar fundamental dalam membentuk unit keluarga yang selaras. Melalui pasangan yang dianugerahi keimanan dan karakter moral yang solid, berbagai tantangan domestik dapat diatasi melalui dialog konstruktif, deliberasi, dan penerapan prinsip saling menghormati.

Dengan demikian, solusi Islam terhadap fenomena *Marriage is Scary* bukanlah menghindari pernikahan, melainkan mempersiapkan diri secara menyeluruh dan menjadikan ajaran Islam sebagai pedoman dalam membangun rumah tangga. Melalui pemahaman Fiqih Munakahat dan Fiqih Muamalah, Generasi Z diharapkan mampu memandang pernikahan sebagai ibadah yang membawa ketenangan, kasih sayang, dan keberkahan, bukan sebagai sesuatu yang menakutkan (Farhan Lutfi, 2025).

4. KESIMPULAN

Berikut ini adalah beberapa kesimpulan utama dari analisis dan diskusi tentang "Ketakutan Gen-Z terhadap Pernikahan di Era Modern" yang telah dilakukan:

Akar Penyebab Fenomena Pernikahan Itu Menakutkan

Kecemasan yang dimiliki Generasi Z tentang pernikahan di era modern adalah akibat dari sejumlah faktor yang saling berhubungan yang membuatnya menjadi ketakutan. Faktor-faktor ini termasuk ketidakstabilan ekonomi dan biaya hidup yang tinggi; algoritma media sosial yang sering mendominasi cerita keluarga negatif seperti perceraian, KDRT, dan perselingkuhan; trauma pribadi yang disebabkan oleh dibesarkan dalam keluarga yang berkonflik; ketidakmampuan mental dan emosional untuk memikul tanggung jawab yang besar; dan ekspektasi standar pasangan yang terlalu tinggi karena terpapar dunia digital. Pernikahan tidak lagi dianggap sebagai institusi sosial yang sakral karena berbagai hal tersebut.

Reorientasi Perspektif Fiqih Munakahat

Dalam pandangan Fiqih Munakahat, kekhawatiran Generasi Z dinilai sebagai bentuk kewaspadaan yang positif asalkan tidak berujung pada penolakan pernikahan tanpa dasar syar'i. Islam memandang pernikahan sebagai sebuah ikatan kokoh (*mitsaqan ghalizha*) yang bertujuan untuk membentuk rumah tangga yang damai, diliputi kasih sayang, dan penuh belas kasih (*sakinah, mawaddah, wa rahmah*). Fiqih Munakahat memberikan jawaban bahwa kecemasan tersebut harus diubah menjadi motivasi untuk meningkatkan kapasitas diri, memahami hak dan kewajiban secara mendalam, serta menitikberatkan pemilihan pasangan hidup pada aspek religiusitas dan moralitas sebagai pondasi utama.

Solusi Ekonomi dan Sosial Berdasarkan Fiqih Muamalah

Terkait kecemasan finansial, Fiqih Muamalah meluruskan pandangan keliru dengan menegaskan bahwa kesuksesan rumah tangga tidak diukur dari kemewahan atau kekayaan yang melimpah. Prinsip utama muamalah adalah kemampuan mencari nafkah yang halal, pengelolaan keuangan secara bijaksana (*prudent*), transparan, jujur, serta menghindari perilaku boros. Komunikasi yang membangun dan pembagian tanggung jawab yang sepadan antar pasangan agar adil serta mampu meminimalkan faktor ekonomi dan dinamika sosial yang ditakuti.

Solusi Integratif Islam

Islam tidak menuntut umat-Nya menghindari komitmen karena takut, melainkan memerintahkan persiapan yang komprehensif secara spiritual, mental, emosional, dan

finansial. Dengan menjadikan ajaran Islam, khususnya kaidah Fiqih Munakahat dan Muamalah sebagai kompas utama, Generasi Z diharapkan dapat mengubah persepsi buruk mengenai pernikahan menjadi sebuah amanah dan ibadah mulia yang mendatangkan keberkahan serta ketenangan hidup.

DAFTAR REFERENSI

- Adharsyah, M., Sidqi, M., Rizki, M. A., & Azhari. (2024). *Pernikahan Dalam Perspektif Hukum Islam*. 2(1), 44–53.
- Al Mafaz, F., Arfan, A., & Fakhruddin, F. (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>
- Arjani, N. H. Z., Pinky, D. H., Nurjayanti, A. P., Hafshoh, H., & Wismanto. (2025). *Pernikahan dalam Islam Membina Keluarga yang Sakinah Mawaddah dan Rahmah*. 2(1), 140–150.
- Bin Syed Musa, S. Z., & Anak Freddie Mail, M. A. (2024). Finances in Marriage, The Perspective of Islam on Generation Z. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 14(1), 1749–1774. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v14-i1/20597>
- Farhan Lutfi, F. L. (2025). Krisis Kesiapan Nikah Gen Z Dalam Narasi “Pernikahan Itu Menakutkan”: Relevansi Hukum Keluarga Islam Di Era Digital. *Syakhshiyyah Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 5(1), 138–156. <https://doi.org/10.32332/j585j338>
- Kasim, D., & Sumanto, D. (2025). Approaching the Maqashid Sharia of Marriage from the perspective of Al-Qur’an Fiqh. *KALOSARA: Family Law Review*, 5(1), 49. <https://doi.org/10.31332/kalosara.v5i1.11019>
- KementerianPUPR, Rakyat, K. P. U. dan P., Kementerian Kesehatan, Arquitectura, E. Y., Introducci, T. I., 赫晓霞, Iv, T., Teatinas, L. A. S., Conclusiones, T. V. I. I., Contemporáneo, P. D. E. U. S. O., Evaluaci, T. V, Ai, F., Jakubiec, J. A., Weeks, D. P. C. C. L. E. Y. N. to K. in 20, Mu, A., Inan, T., Sierra Garriga, C., Library, P. Y., Hom, H., ... Waldenström, L. (2023). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における 健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, 53(1), 1–19.
- Lestari, M., Aemma, 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. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v10i2.17187>
- Maimun, Fikri, A., & Zaharah, R. (2025). Persepsi Generasi Z Terhadap Pernikahan Dini: Studi Analitis Dalam Kerangka Maqashid Syariah. *As-Salam: Jurnal Studi Hukum Islam & Pendidikan*, 14(1), 118–136. <https://doi.org/10.51226/assalam.v14i1.833>
- Najmudin, M. Z., Ishaq, I., & Nurcahyono, M. L. (2025). *The Phenomenon of “Marriage Is Scary” and the Role of Premarital Guidance in Preparing the Mental and Emotional Health of Prospective Brides and Grooms*. 10(2), 6–14.

<https://doi.org/10.21070/acopen.10.2025.12921>

- Ramadhan, A., Sukmayanti, A. W., Perdana, G. A., & Rukmana, O. (2025). Marriage or Freedom? Indonesia's Generation-Z Dilemma in the Midst of Social and Economic Pressure. *Journal of Social Research*, 4(7), 1767–1780. <https://doi.org/10.55324/josr.v4i7.2672>
- Ren, J. (2022). Analysis of the psychological factors of contemporary youth's fear of marriage in China. *International Journal of Frontiers in Sociology*, 4(13), 31–34. <https://doi.org/10.25236/ijfs.2022.041305>
- Riska, H., & Khasanah, N. (2023). *Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z*. 2(1), 48–53.
- Riska Herliana, & Khasanah Nur. (2023). Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z. *Indonesian Health Issue*, 2(1), 48–53.
- 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>
- Sundari, I. P., & Febriana, P. (2025). *Representation of Fear of Marriage in Tiktok Social Media with #Marriageis scary*. 2(2), 2401–2414.
- Sya'ima, A., Widiyanto, & Arifin, Z. (2024). *Marriage decline rate phenomenon in indonesia and its relevance to marriage encouragement in islam*. 3(2), 80–87.
- Hidayati, S.N. (2016). Pengaruh Pendekatan Keras dan Lunak Pemimpin Organisasi terhadap Kepuasan Kerja dan Potensi Mogok Kerja Karyawan. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(2), 57-66. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i2.164>.
- Risdwiyanto, A. & Kurniyati, Y. (2015). Strategi Pemasaran Perguruan Tinggi Swasta di Kabupaten Sleman Yogyakarta Berbasis Rangsangan Pemasaran. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(1), 1-23. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i1.142>.
- Bator, R. J., Bryan, A. D., & Schultz, P. W. (2011). Who Gives a Hoot?: Intercept Surveys of Litterers and Disposers. *Environment and Behavior*, 43(3), 295–315. <https://doi.org/10.1177/0013916509356884>.