

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Banyak orang menganggap bahwa pernikahan sekadar pelaksanaan akad secara formal. Padahal, dalam Islam, pernikahan merupakan ikatan sakral yang memiliki dimensi teologis, mengandung komitmen religius yang diikrarkan atas nama Allah, serta menuntut pertanggungjawaban moral dan spiritual yang mendalam. Pernikahan dalam Islam merupakan sebuah sunnah yang sangat dianjurkan, bahkan dianggap sebagai bagian dari ibadah. Islam telah memandang pernikahan sebagai ikatan yang suci antara seorang laki-laki dan perempuan yang bertujuan untuk membangun suatu keluarga yang *sakinah, mawaddah, dan rahmah* (tenang, penuh cinta, dan kasih sayang) (Fauziyah et al., 2025).

Allah SWT berfirman dalam QS. Ar-Rūm ayat 21:

“Dan di antara tanda-tanda kebesaran-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antara kamu rasa kasih dan sayang.”

Rasulullah SAW juga bersabda:

“Wahai para pemuda, barang siapa di antara kalian telah mampu maka menikahlah. Sebab menikah itu lebih menundukkan pandangan dan lebih menjaga kehormatan.” (HR. Bukhari dan Muslim).

Baik Al-Qur'an maupun hadis telah menempatkan pernikahan sebagai jalan ibadah yang mulia. Oleh karena itu, pernikahan menuntut agar adanya kedewasaan untuk memikul komitmen yang besar sebelum pada akhirnya bersanding dengan pasangan, dan kedewasaan itu tidak akan pernah bisa diukur oleh satuan angka umur yang bertambah.

Di Indonesia, pernikahan merupakan peristiwa kependudukan yang dicatat secara administratif dan diakui secara hukum apabila dilakukan antarindividu yang seagama (Adhani & Aripudin, 2024). Secara sosial, pernikahan selama ini dipandang sebagai indikator stabilitas dan keberhasilan kehidupan keluarga. Namun, dalam beberapa dekade terakhir, terjadi fenomena penurunan angka pernikahan yang tidak hanya berlangsung di Indonesia, tetapi juga secara global .

Penurunan tersebut tercatat di berbagai negara, termasuk Amerika Serikat dan sejumlah negara Asia seperti Jepang, Korea Selatan, dan China. Kondisi ini dipengaruhi oleh beragam faktor, antara lain meningkatnya biaya hidup, tekanan ekonomi, jenjang pendidikan yang lebih panjang, prioritas terhadap karier, serta meningkatnya tingkat stres generasi muda. Akibatnya, banyak individu memilih menunda bahkan menghindari pernikahan dan

pembentukan keluarga. Fenomena ini menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam cara generasi muda memandang pernikahan sebagai institusi sosial.

Perubahan cara pandang generasi muda terhadap pernikahan tersebut tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berkaitan erat dengan dinamika sosial dan budaya yang berkembang di era modern. Pergeseran nilai, pola hidup, serta sumber rujukan dalam memahami realitas sosial turut memengaruhi bagaimana pernikahan dimaknai oleh generasi muda. Salah satu faktor yang memiliki peran signifikan dalam membentuk konstruksi pemikiran tersebut adalah perkembangan media digital, khususnya media sosial, yang kini menjadi ruang utama dalam proses pembentukan opini, nilai, dan sikap terhadap institusi pernikahan (Salsabila, 2025).

Pada kenyataannya, meskipun pernikahan dipandang sebagai sesuatu yang sakral, sudut pandang Generasi Z yang kini dipengaruhi oleh media sosial melahirkan persepsi yang berbeda mengenai pernikahan. Media sosial di era digital menjadi *platform* utama bagi Generasi Z untuk mengekspresikan diri, mencari beragam pemikiran, serta membentuk pandangan baru terhadap berbagai hal, termasuk pernikahan. Seiring perkembangan zaman, media sosial seperti TikTok, Instagram, X, dan lainnya berfungsi sebagai ruang interaksi budaya dan sosial yang membentuk cara pandang berbagai kalangan masyarakat, khususnya Generasi Z (Adhani & Aripudin, 2024).

Salah satu tren yang kemudian menyebar secara global adalah ketakutan terhadap pernikahan (*Marriage Is Scary*), yaitu narasi yang merepresentasikan rasa takut, keraguan, bahkan penolakan terhadap pernikahan (Fauziyah et al., 2025). Tren ini pertama kali berkembang di negara-negara Barat, termasuk Amerika Serikat, yang secara demografis menunjukkan penurunan minat terhadap institusi pernikahan. Hal tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kekhawatiran terhadap perceraian, trauma keluarga, tekanan ekonomi, serta gaya hidup independen yang dianggap lebih bebas dan fleksibel dibandingkan terikat dalam pernikahan (Gusdur et al., 2025).

Narasi ketakutan terhadap pernikahan juga banyak diekspresikan melalui media sosial, khususnya oleh generasi muda. Media sosial menjadi ruang bagi individu untuk membagikan pengalaman personal serta pandangan subjektif mengenai pernikahan, yang kemudian membentuk persepsi kolektif. Salah satu contoh dapat ditemukan pada unggahan pengguna media sosial yang menyatakan bahwa pengalaman melihat konflik dalam rumah tangga orang terdekat membuat pernikahan dipersepsikan sebagai sesuatu yang menakutkan, sebagaimana tergambar dalam penggunaan tagar *#marriageisscary*. Unggahan semacam ini memperlihatkan bagaimana pengalaman personal yang dibagikan secara digital dapat memengaruhi cara pandang generasi muda terhadap pernikahan dan memperkuat narasi kecemasan menikah di ruang publik daring (Karimah, 2025).

Seperti cuitan pada akun **X Shashaa @bukanbolaubi**: “*ga usah jauh-jauh liat rumah tangga orang, melihat rumah tangga ortu gue aja udah tau kalau #marriageisscary wkkwkwkw*”

Cuitan serupa juga dilontarkan oleh akun **X Kehidupan yang menyediakan @270222marriage**: “*untuk kalian wanita diluaran sana yang masih singel , saran dari saya jangan menikah dulu atau kalau bisa jangan menikah #marriageisscary*”

Istilah ketakutan menikah (*Marriage Is Scary*) yang berkembang di kalangan Generasi Z menggambarkan adanya ketimpangan signifikan antara harapan ideal terhadap pernikahan dan realitas yang dihadapi (Salsabila, 2025). Dalam perspektif ideal, pernikahan dipandang sebagai pilihan hidup yang bermakna dan membahagiakan, di mana Generasi Z memperoleh informasi yang komprehensif dan seimbang tentang kehidupan pernikahan, serta dukungan dari lingkungan sosial dan budaya yang kondusif. Generasi ini juga diharapkan memiliki kesiapan emosional dan finansial yang baik untuk membangun keluarga yang harmonis dan sejahtera.

Namun pada realitasnya, banyak Generasi Z justru memandang pernikahan sebagai sesuatu yang menakutkan, sehingga muncul fenomena yang dikenal sebagai *marriage anxiety*. Fenomena tersebut menunjukkan munculnya *marriage anxiety* (kecemasan menikah) sebagai persoalan psikologis-religius yang semakin relevan pada Generasi Z Muslim, khususnya dalam konteks

paparan media digital (Iswari, 2025). Berbagai kekhawatiran terkait komitmen jangka panjang, risiko perceraian, dan potensi ketidakbahagiaan menjadi faktor utama penyebab *marriage anxiety* (Karimah, 2025). Dalam konteks ini, media sosial memainkan peran penting dalam membentuk *marriage anxiety* melalui penyebaran konten yang menampilkan narasi negatif mengenai pengalaman pernikahan. Dominasi pengaruh media sosial serta kurangnya informasi yang akurat dan seimbang tentang pernikahan menjadi persoalan yang perlu diatasi (Salsabila, 2025).

Beragam narasi tentang pernikahan yang beredar di ruang digital membentuk cara pandang baru terhadap institusi pernikahan, sehingga tidak hanya dipersepsikan sebagai tujuan ideal, tetapi juga sebagai keputusan hidup yang memunculkan kekhawatiran dan kecemasan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi berbasis nilai keagamaan yang relevan dengan karakter Generasi Z.

Berdasarkan penelitian di negara mayoritas Muslim seperti Iran dan Pakistan, religiusitas termasuk faktor paling penting dalam memengaruhi kesiapan pernikahan. Temuan ini sejalan dengan hasil *The World Values Survey* yang melibatkan responden usia 18-21 tahun dari 82 negara, termasuk Indonesia, yang menyatakan bahwa agama merupakan bagian terpenting dalam kehidupan mereka. Selain memengaruhi kesiapan menikah, religiusitas juga membuat individu memandang pernikahan dan keluarga sebagai ketetapan Ilahi

serta proses sakral yang membantu dalam menjaga komitmen pernikahan (Pradika et al., 2025).

Kerentanan dalam pernikahan sering disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya minimnya pemahaman dan keyakinan beragama (Mauludi, 2023). Perilaku manusia yang menyimpang dari ajaran agama, budi pekerti, norma yang berlaku, serta kegagalan komunikasi dengan pasangan dapat menghambat terwujudnya keharmonisan rumah tangga. Agar pernikahan berjalan harmonis dan terhindar dari kegagalan, setiap pasangan perlu berkomitmen pada agama sebagai landasan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan. Dengan demikian, tingkat religiusitas individu berpengaruh terhadap kesiapan menikah. Religiusitas dalam perspektif Islam adalah cara individu mengimplementasikan dan menjalankan ketentuan agama yang tercermin melalui perilaku dan tindakan dalam kehidupan sehari-hari (Najjoan, n.d., 2020).

Di tengah kondisi tersebut, kajian keagamaan menjadi salah satu sarana yang berpotensi membantu Generasi Z dalam memaknai pernikahan secara lebih positif dan proporsional. Seiring perkembangan teknologi digital, kajian keagamaan tidak lagi terbatas pada ruang fisik, tetapi juga hadir dalam bentuk kajian daring yang dapat diakses secara luas. Salah satu kajian keagamaan digital yang dikenal luas adalah Kajian Syameela Series, yang secara khusus

membahas tema relasi, kesiapan diri, dan pernikahan dalam perspektif Islam dengan pendekatan kontekstual bagi Generasi Z.

Syameela Series merupakan *platform* edukasi dan pengembangan diri berbasis kajian bernilai Islam yang relatif populer di kalangan generasi muda Muslim. *Platform* ini menghadirkan berbagai program pembelajaran seperti webinar, *workshop*, dan kelas tematik yang mengangkat isu kehidupan sehari-hari dari perspektif keislaman, meliputi pembinaan akhlak, relasi antarmanusia, kehidupan keluarga, serta persiapan membangun rumah tangga. Materi yang disampaikan tidak hanya berfokus pada aspek normatif ajaran agama, tetapi juga dikaitkan dengan realitas psikologis dan sosial individu, seperti pengelolaan emosi, cara memaknai kematian, hingga kesiapan membangun keluarga sehat berlandaskan nilai Islam. Melalui pendekatan reflektif dan kontekstual, Syameela Series bertujuan membimbing umat Muslim agar mampu menjalani kehidupan dengan lebih baik, sadar diri, dan bertanggung jawab, termasuk dalam memaknai serta mempersiapkan pernikahan.



Gambar 1. 2 Postingan Ig Syameela Series

Keberadaan Syameela Series pada *platform* digital seperti Instagram menjadikannya mudah diakses oleh Generasi Z yang cenderung mencari pembelajaran melalui media daring. Melalui kajian, diskusi, dan penguatan spiritual, *platform* ini membantu mengurangi kecemasan terhadap pernikahan. Keterlibatan dalam kajian tersebut berpotensi memengaruhi cara pandang individu terhadap pernikahan sehingga dapat menurunkan tingkat *Marriage anxiety*.

Namun demikian, masih terbatas penelitian yang secara spesifik mengkaji keterkaitan antara keterlibatan dalam kajian keislaman, termasuk Kajian Syameela Series, dengan tingkat *marriage anxiety* pada generasi muda Muslim. Padahal, Generasi Z merupakan kelompok yang paling rentan terpapar fenomena ‘*Marriage Is Scary*’ serta dinamika emosional akibat paparan media digital.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara keterlibatan dalam Kajian Syameela Series dengan tingkat *marriage anxiety* pada Generasi Z Muslim. Penelitian ini penting dilakukan untuk melihat peran kajian keagamaan digital sebagai alternatif dalam merespons fenomena *marriage anxiety* di kalangan Generasi Z Muslim. Oleh karena itu, penelitian ini mengangkat judul: “**Hubungan Keterlibatan dalam**

Kajian Syameela Series dengan Tingkat *Marriage Anxiety* pada Generasi Z Muslim”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Terjadinya penurunan minat menikah di berbagai negara, termasuk Indonesia, khususnya di kalangan Generasi Z.
2. Generasi Z Muslim mengalami *marriage anxiety* (kecemasan menikah) akibat kekhawatiran terhadap komitmen, perceraian, dan ketidakbahagiaan rumah tangga.
3. Kehadiran media sosial berperan besar dalam menyebarkan narasi negatif tentang pernikahan tanpa diimbangi informasi yang komprehensif dan religius.
4. Tingkat religiusitas dan pemahaman keagamaan Generasi Z yang beragam diduga memengaruhi kesiapan dan kecemasan dalam menghadapi pernikahan.
5. Adanya kajian keagamaan digital, seperti Kajian Syameela Series, berpotensi membentuk cara pandang yang lebih positif terhadap pernikahan, namun pengaruhnya terhadap *marriage anxiety* belum banyak diteliti.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, penelitian ini dibatasi pada hubungan antara keterlibatan dalam Kajian Syameela Series dengan tingkat *marriage anxiety* pada Generasi Z Muslim. Penelitian ini memfokuskan kajian pada keterlibatan dalam Kajian Syameela Series sebagai variabel independen dan tingkat *marriage anxiety* sebagai variabel dependen. Faktor-faktor lain di luar variabel tersebut tidak dianalisis dalam penelitian ini.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara keterlibatan dalam Kajian Syameela Series dengan tingkat *marriage anxiety* pada Generasi Z Muslim?
2. Bagaimana tingkat keterlibatan Generasi Z Muslim dalam mengikuti Kajian Syameela Series?
3. Bagaimana tingkat *marriage anxiety* pada Generasi Z Muslim?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat keterlibatan Generasi Z Muslim dalam Kajian Syameela Series.
2. Untuk menganalisis tingkat *marriage anxiety* pada Generasi Z Muslim.

3. Untuk mengidentifikasi hubungan antara keterlibatan dalam Kajian Syameela Series dengan tingkat *marriage anxiety* pada Generasi Z Muslim.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi empiris untuk menjadi bahan refleksi dan rujukan dalam memahami pernikahan secara lebih proporsional serta mengurangi kecemasan menikah melalui pendekatan keagamaan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya kajian kuantitatif keilmuan dalam bidang psikologi Islam dan sosiologi agama, khususnya terkait hubungan keterlibatan kajian keagamaan digital dengan *marriage anxiety* pada Generasi Z Muslim.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Generasi Z Muslim

Penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi dan rujukan dalam memahami pernikahan secara lebih proporsional serta mengurangi kecemasan menikah melalui pendekatan keagamaan.

b. Bagi Pengelola Kajian Syameela Series

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dan pengembangan program kajian agar lebih efektif dalam menjawab kererasahan Generasi Z terkait pernikahan.

c. Bagi Akademisi dan Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dan dasar pengembangan penelitian lanjutan terkait kajian keagamaan digital, religiusitas, dan *marriage anxiety* pada generasi muda Muslim.