



GEN Z DAN MARRIAGE IS SCARY: TINJAUAN HUKUM ISLAM DAN PERAN KECERDASAN EMOSIONAL

Izzul Laili Nafi'atin*, Inna Fauziatal Ngazizah**

Abstract

The "*Marriage is Scary*" phenomenon currently emerging among Generation Z presents two major issues: fear of making the decision to marry and doubts regarding long-term commitment. The primary causes of this concern include negative personal experiences, social pressure, and uncertainty over economic conditions, which discourage young individuals from entering the stage of marriage. Additionally, low emotional intelligence exacerbates their ability to manage conflicts and stress associated with marital life. The impact of this phenomenon is reflected in the increasing delay of marriage, the weakening of family values, and the risk of psychological issues due to the inability to cope with relationship dynamics. From the perspective of Islamic law, marriage is a sacred contract that is not merely a social agreement but also an obligation that brings blessings and inner peace when carried out with full awareness and responsibility. Islam encourages young people to prepare themselves thoroughly, including enhancing their emotional intelligence, in order to build a harmonious marriage. This research employs a qualitative method, with primary data collected from 20 Generation Z informants who experienced the "*marriage is scary*" phenomenon and one religious figure. The findings of the study indicate that the majority of 14 informants (70%) perceive marriage as a frightening prospect, mainly due to past trauma, economic uncertainty, career prioritization, and difficulty in trusting a partner. However, a smaller group still views marriage as a long-term commitment, although it is not considered a primary life priority at the present time.

Artikel info

Received: 27 Juni 2025
 Revised: 12 Desember 2025
 Accepted: 13 Desember 2025
 Published: 14 Desember 2025

Keywords: Marriage; Islamic Law; Generation Z; Emotional Intelligence.

Abstrak

Fenomena "*Marriage is Scary*" semakin berkembang di kalangan generasi Z dan memunculkan dua masalah

* UIN Sunan Kudus, Kudus, email: izzullaili@ms.iainkudus.ac.id

** UIN Sunan Kudus, Kudus, email: innafauzi@uinsuku.ac.id

utama, yaitu ketakutan dalam mengambil keputusan menikah serta keraguan terhadap komitmen jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor penyebab fenomena tersebut dan meninjau pandangannya dalam perspektif hukum Islam serta peran kecerdasan emosional. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara mendalam, penelitian melibatkan 20 informan generasi Z yang mengalami *marriage is scary* dan satu tokoh agama sebagai triangulasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas 14 informan (70%) menyatakan merasa "*marriage is scary*", terutama disebabkan oleh trauma masa lalu, ketidakpastian ekonomi, tekanan karir, dan kesulitan dalam mempercayai pasangan. Meskipun demikian, sebagian informan tetap memandang pernikahan sebagai komitmen jangka panjang yang ideal, namun tidak menjadi prioritas utama dalam kehidupan mereka saat ini. Dalam perspektif hukum Islam, pernikahan merupakan akad sakral yang seharusnya dilakukan dengan kesadaran penuh, kesiapan mental, dan tanggung jawab tinggi. Oleh karena itu, Islam menganjurkan generasi muda untuk mempersiapkan diri secara matang, termasuk melalui penguatan kecerdasan emosional, agar mampu menghadapi dinamika pernikahan dan menjalani kehidupan rumah tangga secara harmonis.

Kata kunci: Pernikahan; Hukum Islam; Generasi Z; Kecerdasan Emosional.

PENDAHULUAN

Pernikahan dalam Islam dipandang sebagai sunnah Nabi sekaligus bentuk ibadah yang memiliki nilai spiritual yang tinggi, pernikahan dalam islam juga dimaksudkan sebagai jalan untuk mendekatkan diri kepada Allah dan menyempurnakan separuh agama.¹ Dalam Al-Quran (QS. Ar-Rum: 21), Allah menjelaskan tujuan utama pernikahan sebagai sarana untuk menciptakan *sakinah* (ketnetraman), *mawaddah* (cinta), dan *rahmah* (kasih sayang) dalam kehidupan berkeluarga. Pernikahan merupakan akad sakral yang memiliki landasan kuat dalam Al-Qur'an dan hadis, serta termasuk kategori wajib, sunnah, mubah, makruh, atau haram tergantung kondisi individu. Ulama empat mazhab (Hanafi, Maliki, Syafi'i, Hanbali) memiliki

¹ Sakban Lubis, Muhammad Yunan Harahap, and Rustam Ependi, *Fiqih Munakahat: Hukum Pernikahan Dalam Islam* (PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023).

pandangan berbeda terkait kondisi yang membolehkan penundaan pernikahan, seperti *uzur syar'i* yang dapat membenarkan penundaan, selama tidak bertentangan dengan *maqashid syariah*, khususnya *hifz al-nasl* (pemeliharaan keturunan) dan *hifz al-'irdh* (pemeliharaan kehormatan).

Namun, Perubahan dinamika sosial di era modern menunjukkan menunjukkan adanya pergeseran pandangan terhadap institusi pernikahan, terutama di kalangan Generasi Z.² Salah satu bentuk pergeseran tersebut tercermin dalam tren *marriage is scary* istilah ini menggambarkan pandangan bahwa pernikahan merupakan sesuatu yang menimbulkan rasa takut atau kekhawatiran dan menggambarkan pandangan bahwa pernikahan bukan hanya soal komitmen, tetapi juga berkaitan dengan berbagai tantangan, tekanan, dan ketidakpastian. Ungkapan ini mewakili ketakutan atau keraguan terhadap sejumlah aspek, seperti tanggung jawab besar, perubahan dalam kehidupan pribadi, hingga potensi konflik dalam hubungan jangka panjang.

Fenomena ini dipicu oleh banyaknya konten yang menampilkan bagaimana pernikahan bisa menjadi hal yang menakutkan, baik bagi perempuan maupun laki-laki. Tren ini semakin ramai diperbincangkan seiring meningkatnya angka perceraian, kasus perselingkuhan, dan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang marak di media sosial. Dalam video-video tersebut, ungkapan *marriage is scary* dalam praktiknya muncul bagian awal sebuah kata, kemudian dilanjutkan dengan kalimat “*what if*” yang menggambarkan beragam permasalahan negatif dalam kehidupan pernikahan. Misalnya, persoalan mertua yang ikut campur dalam rumah tangga, suami yang enggan berbagi peran dalam urusan domestik (cerminan patriarki), hilangnya kebebasan pribadi, pasangan yang tidak mampu membela di hadapan keluarganya, atau pasangan yang gagal menjadi pemimpin spiritual dalam rumah tangga.³

Fenomena *marriage is scary* yang banyak dibicarakan di kalangan generasi muda, khususnya perempuan, merupakan refleksi dari ketakutan dan keraguan terhadap institusi pernikahan. Penelitian menunjukkan bahwa tren ini muncul, antara lain, dari pengalaman trauma di masa lalu,

² Cantri Maesak, Opik Taupik Kurahman, and Dadan Rusmana, “Peran Pendidikan Islam Dalam Mengatasi Krisis Moral Generasi z Di Era Globalisasi Digital,” *Reflection: Islamic Education Journal* 2, no. 1 (2025): 1–9.

³ Tempo.id, “Ramai Istilah Marriage Is Scary Di Media Sosial, Apa Artinya?,” 2024.

kekhawatiran akan kehilangan kebebasan, dan tekanan sosial lain yang berkaitan dengan pernikahan. Dalam konteks fikih, munculnya fenomena ini dapat dianalisis melalui konsep azimah dan rukhsah, yang merupakan dua istilah dalam fikih munakahat yang berkaitan dengan prinsip kebolehan dan batasan dalam hukum perkawinan.

Disisi lain, berdasarkan data dari BPS, Indonesia pada tahun 2024 tercatat bahwa 69,75% pemuda belum menikah, sementara 29,1% sudah menikah. Angka ini menunjukkan penurunan signifikan dibandingkan satu dekade sebelumnya, yakni tahun 2014, di mana 54,1% pemuda belum menikah dan 44,45% sudah menikah. Sisanya tercatat sebagai cerai hidup atau cerai mati.⁴

Sementara itu, berikut data angka pernikahan di Desa Cangkringrembang.

Tabel 1
Data Angka Lima Tahun Terakhir Pernikahan
di Desa Cangkringrembang Demak

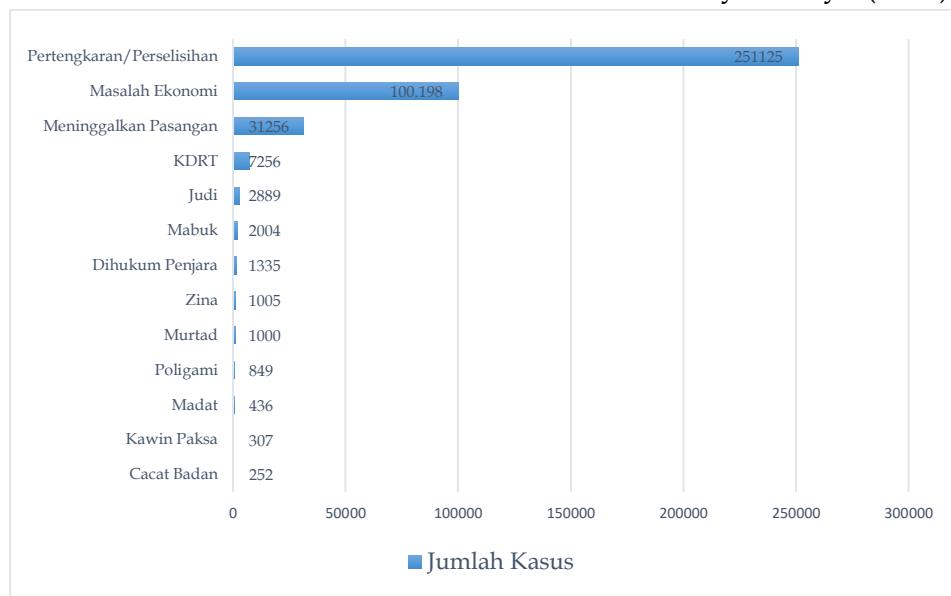
Data Angka Pernikahan Desa Cangkringrembang dari 2021-2025	Jumlah Pasangan
Tahun 2021	23 Pasangan
Tahun 2022	12 Pasangan
Tahun 2023	13 Pasangan
Tahun 2024	24 Pasangan
Tahun 2025	8 Pasangan

Data di atas memiliki penurunan di tahun 2021-2023, dilanjut mengalami kenaikan yang tidak seberapa. Berdasarkan data tersebut angka pernikahan di Desa Cangkringrembang tidak stabil, akan tetapi data di atas memberikan dampak dari adanya fenomena *marriage is scary*.

Berdasarkan hal tersebut pada tahun 2024 BPS (Badan Pusat Statistik) mengeluarkan data kasus perceraian di Indonesia

⁴ Kumparan.com, "BPS Ungkap 69,75% Pemuda Di Indonesia Belum Menikah," 2025.

Diagram 1
Kasus Perceraian di Indonesia Berdasarkan Penyebabnya (2024)



Sumber: diolah dari Badan Pusat Statistik

Data di atas menunjukkan salah satu gambaran pernikahan itu menakutkan yang di khawatirkan Gen Z. Pertengkarana atau perselisihan menjadi sebab yang paling dominan dari hasil data. Oleh karena itu, kecerdasan emosional sangat diperlukan untuk membentuk suatu karakter seseorang dalam mengelola emosi diri sendiri serta pasangan, mengelola konflik dengan lebih bijaksana, dan meminimalkan dampak negatif dari pertengkarana dan memperkuat ikatan dalam suatu hubungan. Penelitian ini akan menganalisa dari segi tinjauan hukum Islam, dan peran penting kecerdasan emosional.

Meskipun terdapat banyak penelitian yang membahas pengaruh media sosial terhadap perilaku dan pandangan generasi muda, masih terdapat kekurangan dalam literatur yang secara khusus mengkaji dampak tren *marriage is scary* di kalangan Gen Z, terutama dalam konteks hukum keluarga Islam. Penelitian terdahulu oleh Kania Dewi Tirta dan Sinta Nur Arifin⁵ meneliti mengungkapkan aspek psikologis dan faktor sosial budaya yang menjadikan ketakutan Gen Z terhadap pernikahan.

⁵ Kania Dewi Tirta and Sinta Nur Arifin, "Studi Fenomenologi : Marriage Is Scary Pada Generasi Z" 8, no. 3 (2025): 12-20, <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>.

Selain itu Orisinalitas Penelitian (Penelitian Terdahulu) oleh Rehilia Tiffany, Putri Azhari, Aisyah Rizkiah Nasution, Nur Sakinah Apriani, Hapni Laila Siregar⁶ penelitian ini mengacu pada berbagai sumber yang membahas pengaruh media sosial, pandangan Islam tentang pernikahan, dan kesetaraan gender dalam konteks pernikahan.

Penelitian ini sejalan oleh Muhamad Fikri Asy'ari, dan Adinda Rizqy Amelia⁷ yang membahas pengaruh media sosial, teori agenda setting, karakteristik Generasi Z, dan ekspektasi perempuan terhadap pernikahan. Lebih lanjut oleh peneliti Dwi Oktaviani dan Krismono⁸ Penelitian ini mengacu pada pengaruh media sosial, faktor ekonomi, ketakutan terhadap pasangan, dan kebutuhan akan edukasi pranikah dalam konteks pernikahan di kalangan Generasi Z, dan terakhir

Terakhir penelitian terdahulu oleh Riyan Riswandi, Cucu Surahman, Risris Hari Nugraha⁹ Penelitian ini mengacu pada berbagai sumber yang membahas pengaruh media sosial, dinamika peran gender, dan pentingnya pendidikan pra-nikah dalam konteks pernikahan di kalangan mahasiswa Muslim Gen-Z.

Kebaruan Penelitian ini menggaris bawahi pendidikan pra-nikah dan peran penting kecerdasan emosional. Dalam perspektif psikologi, kecerdasan emosional memiliki peranan yang krusial dalam membangun hubungan sosial, menjalani kehidupan kerja, serta dalam proses pengambilan keputusan. Sementara itu, dalam pendidikan Islam kecerdasan emosional menjadi landasan penting dalam pembentukan kepribadian yang selaras dengan nilai-nilai keislaman. Kajian mengenai kecerdasan emosional dari sudut pandang Islam dan psikologi memberikan wawasan yang mendalam tentang bagaimana mengelola emosi secara bijak, guna mencapai

⁶ Rehilia Tiffany et al., "MENGURAI FENOMENA ' MARRIAGE IS SCARY ' DI MEDIA SOSIAL : PERSPEKTIF PERAN PEREMPUAN DALAM ISLAM" 22, no. 2 (2024): 66-74.

⁷ Muhamad Fikri, Adinda Rizqy Amelia, and Universitas Al-azhar Indonesia, "Terjebak Dalam Standar Tiktok : Tuntutan Yang Harus Diwujudkan ? (Studi Kasus Tren Marriage Is Scary)" 03, no. 09 (2024): 1438-45.

⁸ Dwi Oktaviani, Universitas Islam Indonesia, and Universitas Islam Indonesia, "ANALYSIS OF THE MARRIAGE IS SCARY PHENOMENON AMONG GENERATION Z : A PERSPECTIVE OF ISLAMIC LAW SOCIOLOGY" 4, no. 1 (2025): 422-39.

⁹ Riyan Riswandi et al., "Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z Terhadap Isu Marriage Is Scary" 5 (2025): 10-25.

keseimbangan dalam kehidupan, membentuk keluarga yang harmonis, dan mendukung proses pendidikan yang bernilai.¹⁰

Berdasarkan penejelasan di atas artikel ini bertujuan untuk mengkaji penyebab dan mengubah cara pandang individu tentang nilai-nilai pernikahan, dan pentingnya pendidikan pra-nikah dan memiliki kecerdasan emosional yang mumpuni, dan tinjauan hukum Islam. Pernikahan merupakan sesuatu hal yang sakral dalam hidup untuk membentuk keluarga yang ideal.

Adapun untuk pendekatan yang digunakan ialah kualitatif, dengan pengumpulan data lapangan, dengan triangulasi sumber dengan melibatkan 20 informan yang terdiri dari partisipan Generasi Z yang belum menikah dan tokoh agama, dan triangulasi teknik melalui wawancara, observasi, dan dokumen dengan pertanyaan terbuka yang dirancang untuk menggali pengalaman mereka secara mendalam mengenai fenomena *marriage is scary* serta gambaran terhadap pernikahan pada Generasi Z. Informan yang terlibat bersedia untuk diwawancara dan berbagi pengalaman, solusi, serta pandangan mereka terkait isu ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fenomena *Marriage is Scary* di Kalangan Gen Z

Fenomena *marriage is scary* muncul sebagai respons generasi Z terhadap kompleksitas kehidupan pernikahan yang mereka saksikan maupun alami. Di era digital, berbagai narasi tentang kegagalan rumah tangga, perceraian, dan kekerasan dalam rumah tangga tersebar luas melalui media sosial. Konten semacam itu membentuk konstruksi sosial baru di kalangan anak muda bahwa pernikahan bukan sekadar komitmen suci, tetapi juga penuh risiko yang menakutkan. Hal ini membuat banyak generasi Z menunda bahkan menghindari pernikahan karena dianggap sebagai sumber masalah alih-alih kebahagiaan.

Selain pengaruh media, faktor sosial dan ekonomi turut memperkuat lahirnya fenomena ini. Generasi Z menghadapi tekanan sosial berupa ekspektasi menikah di usia tertentu, di sisi lain mereka juga menyaksikan realitas ekonomi yang tidak stabil, biaya hidup tinggi, dan ketidakpastian

¹⁰ Perennial Issues and Emerging Trends, “© Copyright Prodi PAI IAI Darussalam” 01, no. 02 (2024): 1-16.

pekerjaan. Trauma keluarga, seperti pengalaman perceraian orang tua atau disharmoni rumah tangga, memperdalam ketakutan mereka terhadap institusi pernikahan. Dengan demikian, pernikahan dipandang bukan lagi sebagai solusi, melainkan beban yang dapat menghambat perkembangan pribadi maupun karier.

Dinamika fenomena *marriage is scary* di kalangan Generasi Z dipicu oleh berbagai faktor seperti hasil dari penelitian yang dilakukan terhadap 20 informan gen-z mengenai isu *marriage is scary* yang berkembang di platform media sosial. Istilah Pernikahan itu menakutkan yang telah muncul dan mendapat perhatian luas pada media sosial dalam beberapa tahun terakhir ini mengubah pandangan seseorang mengenai nilai-nilai pernikahan,¹¹ dimana seseorang mengharuskan seseorang untuk beradaptasi dengan peran baru, yang dapat menimbulkan rasa takut kehilangan dirinya sendiri, selain itu, harapan tinggi yang dibangun dari media dan pengalaman orang lain sering kali tidak sesuai dengan kenyataan, yang dapat menyebabkan kekecewaan.

Untuk memperkuat analisis mengenai fenomena *marriage is scary* di kalangan generasi Z, penelitian ini melibatkan 20 informan dengan latar belakang usia dan pengalaman yang berbeda. Melalui wawancara mendalam, para informan diminta untuk menyampaikan pandangan, alasan, serta pengalaman pribadi terkait ketakutan maupun kesiapan dalam menghadapi pernikahan. Data ini memberikan gambaran konkret tentang bagaimana faktor ekonomi, trauma keluarga, tekanan sosial, hingga pengaruh media berkontribusi terhadap persepsi generasi muda mengenai pernikahan. Hasil wawancara tersebut terangkum dalam Tabel 2 berikut.

¹¹ Fina Al Mafaz, Abbas Arfan, and Fakhruddin Fakhruddin, "Marriage Is Scary Trend in the Perspective of Islamic Law and Positive Law," *Studi Multidisipliner: Jurnal Kajian Keislaman* 11, no. 2 (2024): 329–44.

Tabel 2.

Hasil wawancara dengan 20 Informan Menanggapi Fenomena (*Marriage is Scary*) Pernikahan itu Menakutkan

No.	Informan	Umur	Yes/No	Alasan
1	NKM	20 th	Tidak	Tercukupi dari segi ekonomi dan kasih sayang, dan memiliki target umur nikah di 27 tahun
2	MA	24 th	Iya	Memilih karir dan meningkatkan kualitas diri dibanding menikah dahulu
3	ZH	23 th	Tidak	Mampu dari segi financial
4	LJ	22 th	Tidak	Mendapatkan kasih sayang dari keluarga dan mampu dari segi financial juga siap mental
5	AD	23 th	Tidak	Tercukupi dari segi ekonomi dan memiliki kesiapan untuk menikah
6	GA	20 th	Iya	Ada trauma dari orang tua dan memilih meningkatkan kualitas diri sampai menemukan seseorang yang setara
7	ZP	22 th	Iya	Mapan dahulu, nikah urusan belakangan
8	MLK	26 th	Iya	Ada trauma kekerasan dalam rumah tangga dari keluarga
9	ARA	17 th	Iya	Mengikuti fenomena <i>marriage is scary</i> tapi memang belum ada berfikiran untuk menikah sama sekali
10	EBR	20 th	Iya	Tercukupi dari segi ekonomi tetapi sulit percaya dengan perempuan
11	ML	26 th	Tidak	Mampu dari segi financial dan emosional
12	SA	24 th	Tidak	Mampu dalam kesiapan mental menjalani kehidupan rumah tangga
13	MR	22 th	Iya	Trauma masa lalu
14	IL	20 th	Iya	Menikah itu opsional dan sulit percaya dengan laki-laki
15	ED	20 th	Iya	Terpengaruh dari sifat orang tua yang kurang komunikasi
16	LF	25 th	Iya	Takut mendapatkan pasangan yang tidak mau terbuka dari awal
17	DAF	21 th	Iya	Karir lebih utama
18	NRL	20 th	Iya	Takut salah pasangan yang baik pas pacaran dan keluar sifat aslinya setelah menikah
19	MNU	21 th	Iya	Trauma dari segi ekonomi keluarga
20	JNF	21 th	Iya	Merasa insecure dan belum pantas menjadi orang tua

Analisis Tematik Fenomena *marriage is scary* pada Generasi Z, Berdasarkan hasil wawancara terhadap 20 informan (Tabel 2), ditemukan bahwa 14 informan (70%) menyatakan bahwa pernikahan merupakan sesuatu yang menakutkan (*marriage is scary*), sedangkan 6 informan (30%) merasa tidak memiliki ketakutan yang berarti terkait pernikahan. Melalui proses *open coding* terhadap alasan yang diberikan, kemudian dilakukan *axial coding* untuk mengelompokkan makna, maka diperoleh empat tema utama sebagai berikut:

Tema 1: Trauma Keluarga dan Pengalaman Negatif Masa Lalu

Sebanyak 5 informan mengaitkan ketakutannya terhadap pernikahan dengan pengalaman traumatis, baik berupa kekerasan dalam rumah tangga, minimnya komunikasi, maupun kondisi ekonomi keluarga yang tidak stabil.

Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman negatif keluarga pada masa lalu membentuk persepsi pernikahan sebagai sumber konflik, bukan sebagai wadah mendapatkan ketenangan. Hal ini menandakan perlunya pemulihian trauma dan pembinaan psikologis sebelum memasuki jenjang pernikahan, sebagaimana perintah Islam untuk berkonsultasi dan mempertimbangkan kemaslahatan (*maslahah mursalah*) sebelum akad nikah.

Tema 2: Prioritas Diri, Kemandirian, dan Kesiapan Karier

Sebanyak 5 informan menyatakan bahwa pernikahan bukan prioritas saat ini, karena mereka lebih memilih mengembangkan karier, meningkatkan kualitas diri, atau merasa belum cukup siap untuk menjalani peran sebagai pasangan dan orang tua.

Tema ini mencerminkan karakteristik Generasi Z yang cenderung mandiri, visioner, dan menghargai stabilitas personal sebelum berkomitmen, sejalan dengan fenomena *delayed marriage*. Namun, ketidakmampuan mengelola emosi dan motivasi internal menunjukkan rendahnya kecerdasan emosional dalam menentukan kesiapan pernikahan.

Tema 3: Ketidakpercayaan terhadap Pasangan dan Dinamika Hubungan

Sebanyak 4 informan menunjukkan kekhawatiran terhadap potensi masalah dalam hubungan, seperti sifat pasangan yang berubah setelah menikah atau minimnya keterbukaan.

Tema ini mengindikasikan rendahnya kepercayaan interpersonal dan kurangnya keterampilan komunikasi dalam membangun hubungan sehat, yang merupakan bagian dari kompetensi kecerdasan emosional. Dalam Islam, akad pernikahan dianjurkan didasarkan pada kejujuran (*sidq*) dan keterbukaan (*tabligh*), sehingga pendidikan pranikah perlu menekankan pembinaan komunikasi asertif dan penguatan kepercayaan.

Terakhir pendapat informan yang diperoleh melalui wawancara bersama Bapak Ali Imran salah satu tokoh agama di Desa Cangkringrembang Kec. Karanganyar Kab. Demak, bagi anak muda yang takut menikah itu perlu pendidikan pra-nikah untuk membantu Generasi Z pengambilan keputusan yang tepat dengan pemikiran yang matang. Faktanya zaman dahulu di KUA (Kantor Urusan Agama) para pasangan calon pengantin pria dan wanita ada yang namanya contoh yaitu pra-nikah dimana para calon pasangan di beri pertanyaan oleh salah satu pegawai kantor KUA perihal nasab, usia, riwayat hidup, status, dan diberikan sebuah piagam dari kantor untuk mereka. Hal ini dilakukan untuk menghindari terjadinya pernikahan saudara sepersusuan dan hal yang buruk terjadi, akan tetapi di zaman sekarang contoh atau pendidikan pra-nikah di KUA ternyata sudah tidak ada.

Pendidikan Pranikah sebagai Solusi Syariah

Pendidikan pranikah merupakan solusi penting dalam mengatasi tren *marriage is scary* yang dapat melemahkan tujuan-tujuan syariat pernikahan, seperti menjaga keturunan, memperkuat ikatan spiritual, dan melindungi kehormatan. Ketika generasi muda merasa takut dan tidak siap secara emosional maupun finansial, mereka cenderung menunda atau menghindari pernikahan, sehingga berpotensi mengabaikan maqashid syariah yang menekankan perlindungan agama, jiwa, keturunan, dan harta.¹²

Dalam konteks kekinian, program bimbingan pranikah di KUA harus diintegrasikan dengan prinsip *maqashid syariah* untuk memastikan bahwa pendidikan tersebut tidak hanya membahas aspek legal formal, tetapi juga

¹² Teguh Anshori, "Menuju Fiqih Progresif (Fiqh Modern Berdasarkan Maqashid Al Syariah Perspektif Jaser Auda)," *Al-Syakhsiyah: Journal of Law & Family Studies* 2, no. 1 (2020): 168–81, <https://doi.org/10.21154/syakhsiyah.v2i1.2166>.

menanamkan nilai-nilai spiritual dan sosial yang mendukung kesiapan mental dan emosional calon pasangan. Hal ini penting agar mereka memahami bahwa pernikahan adalah ibadah dan solusi hidup yang membawa keberkahan, bukan beban atau sumber ketakutan.

Peran tokoh agama dan lembaga Islam sangat vital dalam mengedukasi Gen Z agar melihat pernikahan sebagai bagian dari ibadah dan jalan menuju kebahagiaan dunia dan akhirat. Mereka perlu diberikan pemahaman bahwa pernikahan yang dirancang sesuai syariat akan membawa manfaat besar dan sesuai dengan tujuan maqashid syariah, sehingga mampu mengurangi ketakutan dan meningkatkan kesiapan mental serta spiritual generasi muda dalam membangun keluarga sakinah.

Dampak dari fenomena ini terjadi di Jepang, dikenal dengan budaya masyarakatnya yang pekerja keras dan sangat menjunjung tinggi jenjang karier. Namun, budaya tersebut turut berkontribusi terhadap menurunnya angka kelahiran (*Shoushika*) di Jepang. Gaya hidup yang fokus pada pekerjaan membuat banyak warga Jepang, khususnya generasi muda, menjadi kurang tertarik untuk menikah dan membangun keluarga. Hal ini semakin diperkuat dengan pandangan perempuan Jepang masa kini yang lebih memprioritaskan pendidikan dan pengembangan karier dibandingkan membentuk keluarga.¹³

Penyebab rendahnya angka kelahiran dan pernikahan berpicu pada cara pandang wanita Jepang terhadap pernikahan di mana secara ekonomi kesulitan memelihara rumah tangga dan berfikir tidak merasakan akan keuntungan dari menikah. Berubahnya kesadaran masyarakat mengenai usia menikah bertambahnya orang yang merasa lebih layak bekerja daripada menikah. Lebih menyenangkan hidup sendiri ataupun dengan orang tua.¹⁴

Fenomena berdampak pada situasi di Indonesia menurut laporan Badan Pusat Statistik, terjadi penurunan angka di Indonesia pernikahan dari pada tahun 2019: 1.968.978, pada 2020: 1.792.548, pada 2021: 1.742.049, pada

¹³ Budi Mulyadi, "Fenomena Penurunan Angka Pernikahan Dan Perkembangan Budaya Omiai Di Jepang," *Kiryoku* 2, no. 2 (2018): 65–71.

¹⁴ Linda Unsriana, "Perubahan Cara Pandang Wanita Jepang Terhadap Perkawinan Dan Kaitannya Dengan Shoushika," *Humaniora* 5, no. 1 (2014): 341, <https://doi.org/10.21512/humaniora.v5i1.3032>.

2022: 1.705.348, dan pada 2023: 1.577.255.15 Hal ini perubahan identitas dalam perkawinan, dan tekanan untuk mempertahankan hubungan yang ideal merupakan faktor-faktor yang memperkuat kecemasan tentang lembaga perkawinan.¹⁶

Alasan Psiko-Sosial dan Pandangan Hukum Islam terhadap Fenomena *Marriage is Scary*

Fenomena *marriage is scary* tidak hanya dapat dipahami dari sisi statistik dan tren media sosial, tetapi juga perlu dianalisis melalui pendekatan psiko-sosial yang berkaitan dengan kondisi mental, pengalaman emosional, serta pengaruh lingkungan sosial generasi Z. Rasa takut dan keraguan terhadap pernikahan kerap muncul karena ketidakmatangan emosi, trauma masa lalu, maupun tekanan sosial budaya yang terus membentuk persepsi negatif tentang ikatan pernikahan. Dalam konteks ini, pembahasan mengenai kecerdasan emosional menjadi penting untuk melihat bagaimana individu mampu mengelola rasa takut, membangun kesiapan psikologis, serta menumbuhkan keyakinan dalam membina rumah tangga. Selain itu, fenomena ini juga harus ditempatkan dalam kerangka hukum Islam, yang menekankan keseimbangan antara kesiapan lahir batin dengan pemeliharaan tujuan syariat (*maqashid syariah*).

Menurut Alfred Binet dan Theodore Simon, kecerdasan bukan soal pengetahuan semata. Kecerdasan memuat gambaran kemampuan merancang tindakan ke depan, menyesuaikan diri ketika menghadapi perubahan situasi, serta melakukan refleksi atau penilaian terhadap diri sendiri dan tindakan yang telah dilakukan.¹⁷

Kecerdasan emosional bukanlah kemampuan yang tetap, melainkan potensi yang dapat terus dikembangkan dan ditingkatkan. Kematangan emosi yang baik memungkinkan seseorang untuk mengelola emosinya secara efektif serta memiliki empati terhadap orang lain. Dalam ranah pendidikan agama Islam, kecerdasan emosional berperan sebagai landasan

¹⁵ Kompas.com, "Angka Pernikahan Di Indonesia Terus Menurun," 2024.

¹⁶ Hamda Sulfinadia et al., "The Phenomenon Marriage Is Scary: Causal Factors and Efforts Faced by Muslim Communities in Indonesia," *Al-Istinbath: Jurnal Hukum Islam* 10, no. 1 (2025): 355-77, <https://doi.org/10.29240/jhi.v10i1.12414>.

¹⁷ Holili Holili, "Membangun Aktualiasi Pembelajaran Dengan Teori Kecerdasan Majemuk," *Al-Insyiroh: Jurnal Studi Keislaman* 4, no. 2 (2024): 65-83, <https://doi.org/10.35309/alinsyiroh.v4i2.140>.

dalam pembentukan karakter dan kepribadian, dari sudut pandang Islam dan psikologi memberikan wawasan yang lebih dalam tentang cara mengelola emosi secara bijak, meningkatkan empati, pengertian, komunikasi yang efektif sebagai sarana mencapai keseimbangan hidup.¹⁸

Secara teoritis, kecerdasan emosional (EQ) berperan penting dalam membangun kesiapan psikologis dan mengatasi trauma serta ketidakmatangan emosional yang menjadi faktor penghambat pernikahan. Penguatan pendidikan pranikah di KUA dan program pembinaan sesuai UU Perkawinan serta KHI dapat memperkuat pemahaman dan kesiapan calon pasangan, sehingga mereka tidak lagi melihat pernikahan sebagai sesuatu yang menakutkan.

Dalam konteks hukum Islam, penundaan pernikahan harus tetap mempertimbangkan maqāṣid al-shari'ah, terutama terkait upaya menjaga keadilan, kehormatan, dan perlindungan dalam rumah tangga. Ketidakmatangan emosional dapat di atasi melalui konsep istiṭā'ah (kemampuan lahir dan batin) yang menjadi syarat kesiapan menikah. Apabila seseorang mengalami trauma keluarga atau menghadapi kendala ekonomi yang berat, maka kondisi tersebut dapat digolongkan sebagai 'udzur syar'i yang membenarkan penundaan pernikahan, selama tidak mengabaikan tujuan utama pernikahan dalam Islam. Dalil mengenai keutamaan menikah ditegaskan dalam hadis Nabi Muhammad SAW:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ قَالَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ : يَا مَعْشِرَ الْشَّبَابِ ، مَنْ أَسْتَطَعَ مِنْكُمْ أَلْبَاءَةَ فَلْيَرْتَقِعْ ، فَإِنَّهُ أَغْنُضُ لِلْبَصَرِ ، وَأَحْخَضُ لِلنُّورِ ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ ; فِإِنَّهُ لَهُ وِجَاءٌ . (مُتَّفَقُ عَلَيْهِ)

Artinya: "Dari Abdullah bin Mas'ud, beliau berkata, Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam berkata kepada kam'i, "Wahai para pemuda, siapa yang sudah mampu menafkahi biaya rumah tangga, hendaknya dia menikah. Karena hal itu lebih menundukkan pandangannya dan menjaga kemaluannya. Siapa yang tidak mampu, hendaknya dia berpuasa, karena puasa dapat meringankan syahwatnya."

Hadis ini menekankan perintah menikah bagi para pemuda yang telah memiliki kesiapan lahir dan batin. Walaupun secara tekstual berbentuk

¹⁸ Dian Rosa Linda, Puji Astuti, and Satriya Wijaya, "The Relationship Between Discipline and Emotional Intelligence Towards Employee Performance," *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia* 7, no. 2 (2019): 12, <https://doi.org/10.20473/jaki.v7i1.2019.11-15>.

perintah, jumhur ulama berpendapat bahwa hukum asal menikah adalah sunnah, bukan wajib. Namun, apabila seseorang dikhawatirkan terjerumus dalam perbuatan zina jika menunda pernikahan, maka menikah baginya menjadi wajib. Ulama klasik maupun kontemporer sepakat bahwa pernikahan memiliki keutamaan besar dalam Islam. Imam al-Ghazali dan Imam al-Nawawi, misalnya, menegaskan bahwa menikah merupakan sunnah Nabi sekaligus bagian dari fitrah manusia yang harus dipenuhi demi mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.¹⁹ Pernikahan juga dipandang sebagai sarana untuk menumbuhkan kasih sayang, menjaga kesucian diri, serta memperkuat ikatan sosial dan keimanan.

Secara umum, hukum pernikahan menurut jumhur ulama dapat diklasifikasikan sebagai berikut:²⁰

Tabel 3

Kategorisasi Hukum Perkawinan Menurut Jumhur Ulama

No	Kategori Hukum	Kondisi Individu	Keterangan
1	Wajib	Mampu secara lahir dan batin, serta dikhawatirkan terjerumus dalam zina jika tidak menikah	Menikah menjadi kewajiban demi menjaga diri dari maksiat
2	Sunnah	Mampu secara lahir dan batin, tetapi tidak dalam kondisi mendesak	Menikah dianjurkan sebagai ibadah dan sunnah Nabi
3	Makruh	Tidak memiliki kesiapan lahir dan batin, sehingga dikhawatirkan menimbulkan kesulitan	Menikah dapat menimbulkan mudarat, sehingga lebih baik ditunda
4	Haram	Tidak mampu menunaikan hak dan kewajiban pernikahan, serta dipastikan mendatangkan mudarat bagi pasangan	Menikah dalam kondisi ini dilarang karena melanggar prinsip kemaslahatan
5	Mubah	Tidak ada faktor pendorong maupun penghalang untuk menikah	Pernikahan dipandang netral, boleh dilakukan atau ditinggalkan

¹⁹ Jeneri Alfa Sela Mangande, Desi Desi, and John Radius Lahade, "Kualitas Pernikahan Dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan Yang Menikah Usia Dini," *Kualitas Pernikahan Dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan Yang Menikah Usia Dini* 9, no. 2 (2021): 293–310.

²⁰ Nurhasnah Nurhasnah, "Hukum Pernikahan Dalam Islam: Analisis Perbandingan Konteks Menurut 4 Mazhab," *Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (2023): 15, <https://doi.org/10.47134/pjpi.v1i2.72>.

Analisis Alasan Ketakutan Menikah Gen Z Berdasarkan Perspektif Hukum Islam dan Kecerdasan Emosional

Berdasarkan hasil wawancara pada Tabel 2, terdapat tiga tema utama penyebab munculnya fenomena *marriage is scary* pada generasi Z, yaitu: (1) Trauma keluarga dan ketakutan terhadap dinamika hubungan; (2) Prioritas personal dan karier; (3) Ketidakstabilan ekonomi. Tema-tema tersebut dapat dianalisis lebih lanjut menggunakan kerangka hukum pernikahan dalam Islam serta konsep *istiṭā'ah* (kemampuan lahir dan batin).

Trauma dan Ketidakmampuan Mengelola Emosi sebagai 'Udzur Syar'i (*Istiṭā'ah Batin*)

Beberapa informan, seperti GA (20 tahun), MLK (26 tahun), MR (22 tahun), dan NRL (20 tahun), menyatakan ketakutan menikah akibat pengalaman traumatis dalam keluarga dan ketidakmampuan membangun kepercayaan terhadap pasangan. Kondisi ini menunjukkan adanya ketidaksiapan batin dan rendahnya kecerdasan emosional, yang secara syar'i dapat dikategorikan sebagai bentuk ketidakmampuan batin (*istiṭā'ah nafsiyyah*).

Dalam pandangan fikih, seseorang diperbolehkan menunda pernikahan apabila diperkirakan akan menimbulkan mudarat, sebagaimana kaidah:

"Dar'u al-mafāsid muqaddam 'ulā jalbi al-masālih" (Menghindari kerusakan lebih diutamakan daripada menarik kemaslahatan). Dengan demikian, berdasarkan kondisi tersebut, pertama adalah hukum menikah dapat menjadi Makruh apabila menikah dikhawatirkan menimbulkan konflik atau kesulitan emosional. Kedua, jika trauma dipastikan menimbulkan mudarat berat bagi pasangan, maka hukum menikah dapat menjadi Haram sampai individu mampu mengatasi kondisi tersebut.

Ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional bukan hanya aspek psikologis, tetapi juga termasuk bagian dari *istiṭā'ah* batin yang harus dipenuhi sebelum menikah.

Faktor Ekonomi dan Kesiapan Lahir sebagai Penentu Hukum Nikah

Sebagian informan, seperti ZP (22 tahun), MNU (21 tahun), dan AD (23 tahun), menjadikan faktor ekonomi sebagai alasan utama menunda pernikahan. Dalam Islam, kemampuan finansial merupakan bagian dari

istiṭā'ah lahiriyah (kemampuan menafkahi). Jika mengacu pada kerangka hukum nikah pertama jika khawatir tidak mampu menafkahi istri, maka hukum menikah menjadi Makruh. Kedua, jika tidak memiliki kemampuan sama sekali, pernikahan dapat menjadi Haram karena berpotensi menimbulkan mudarat (لا حرج ولا ضرر). Ketiga, apabila sudah mampu secara finansial dan khawatir terjerumus pada zina, maka hukumnya berubah menjadi *Wajib*.

Prioritas Karier dan Pengembangan Diri: Antara Mubah dan Sunnah

Informan seperti MA (24 tahun) dan DAF (21 tahun) memilih untuk memprioritaskan karier. Dalam kasus seperti ini, tidak terdapat faktor pendorong kuat maupun penghalang syar'i bagi pernikahan. Maka kondisi ini masuk dalam kategori pertama, hukum hikah menjadi Mubah apabila tidak ada kekhawatiran akan maksiat dan tidak ada kebutuhan mendesak untuk menikah. Kedua, namun, jika kemampuan lahir-batin telah terpenuhi dan penundaan tidak membawa manfaat yang lebih besar, maka hukumnya berubah menjadi Sunnah sebagai bentuk pengamalan sunnah Nabi.

Dengan demikian, fenomena *marriage is scary* bukan hanya persoalan sosial, tetapi juga terkait dengan pemenuhan syarat syar'i pernikahan (istiṭā'ah) dan kesiapan emosional. Maka, pendidikan pranikah berbasis kecerdasan emosional menjadi urgensi, agar generasi Z tidak hanya siap secara finansial, tetapi juga mampu menghadapi dinamika hubungan pernikahan.

Klasifikasi hukum pernikahan di atas menjadi penting untuk dibaca secara kontekstual dalam menghadapi fenomena *marriage is scary* di kalangan Generasi Z. Tantangan ekonomi, pengalaman trauma keluarga, serta rendahnya kecerdasan emosional menunjukkan bahwa sebagian pemuda berada dalam kondisi '*udzur syar'i* yang memungkinkan penundaan pernikahan tanpa mengabaikan *maqāṣid al-shari'ah*. Dengan demikian, penundaan pernikahan tidak selalu dipandang negatif, melainkan dapat menjadi pilihan yang sah secara syar'i selama bertujuan menjaga kemaslahatan dan menghindari mudarat. Namun, kesiapan emosional dan spiritual tetap harus dibangun melalui pendidikan pranikah yang terstruktur dan pengembangan kecerdasan emosional, sehingga Gen Z mampu memenuhi syarat istiṭā'ah (kemampuan lahir dan batin) sebelum

memasuki pernikahan. Pada akhirnya, keutamaan pernikahan tetap dapat diraih, yakni mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah.

Dalam perspektif Islam, tujuan pernikahan tidak hanya sebatas penyatuan dua individu, melainkan mencakup empat dimensi utama: (1) melangsungkan keturunan, (2) memenuhi kebutuhan biologis dan kasih sayang, (3) melaksanakan panggilan agama sekaligus menjaga diri dari kerusakan moral, dan (4) menumbuhkan tanggung jawab dalam mengelola hak dan kewajiban, membangun ekonomi keluarga secara halal, serta menciptakan masyarakat yang tenram dan penuh kasih sayang.²¹ Tujuan-tujuan tersebut tetap relevan bagi Generasi Z, asalkan dipersiapkan dengan kesadaran penuh akan tantangan sosial-psikologis yang mereka hadapi. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam QS. Ar-Rūm: 21:

وَمِنْ عَابِرَتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتُسْكِنُو إِلَيْهَا وَجَعَلَ يَنْكُمْ مَوْدَةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَكَيْتَ لِقَوْمٍ يَنْتَكِرُونَ

Artinya: "Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan untukmu pasangan hidup dari jenismu sendiri, supaya kamu merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir." (QS. Ar-Rūm: 21).

Ayat tersebut menegaskan bahwa tujuan utama pernikahan dalam Islam adalah menghadirkan ketenteraman (sakinah), kasih sayang (mawaddah), dan rahmat (rahmah) dalam kehidupan rumah tangga.²² Relevansinya dengan fenomena *marriage is scary* di kalangan Gen Z adalah bahwa rasa takut dan keraguan yang mereka alami justru lahir dari kekhawatiran kehilangan ketenteraman, menghadapi konflik, atau terjebak dalam beban yang tidak seimbang. Padahal, Islam menempatkan pernikahan bukan sebagai sumber ketakutan, melainkan sebagai sarana untuk memperoleh kebahagiaan lahir dan batin. Dengan bekal kesiapan emosional, spiritual, dan ekonomi yang matang, generasi muda dapat menjadikan pernikahan sebagai ruang aktualisasi nilai-nilai Qur'ani tersebut. Oleh karena itu, pentingnya pendidikan pranikah, pendampingan tokoh agama, dan pengembangan kecerdasan emosional merupakan

²¹ Ahmad Azhar Basyir Rahman, "Fauzi. Keluarga Sakinah Keluarga Surgawi" (Yogyakarta: PT. Kurnia Kalam Semesta, 1994).

²² Zulfan Efendi Hasibuan, "Asas Persetujuan Dalam Perkawinan Menurut Hukum Islam," *El-Qanun: Jurnal Ilmu Kesyariahan Dan Pranata Sosial* 5, no. 2 (2019): 201.

langkah strategis untuk mengembalikan makna pernikahan sesuai visi Al-Qur'an.

Menurut Quraish Shihab dalam *Tafsir al-Mishbah*, QS. Ar-Rūm: 21 menggambarkan bahwa ketenteraman (sakinah) dalam pernikahan bukan sekadar kondisi emosional, melainkan anugerah Allah yang muncul ketika hubungan suami istri dijalani dengan kasih sayang (mawaddah) dan sikap saling memaafkan serta melindungi (rahmah).²³ Pernikahan, dengan demikian, bukan hanya kontrak sosial, melainkan perjanjian agung (mītsāqan ghalīzān) yang mengikat dua individu dalam ikatan spiritual dan moral.²⁴

Dalam konteks fenomena *marriage is scary*, penjelasan Quraish Shihab ini relevan karena menunjukkan bahwa ketakutan generasi Z lebih banyak lahir dari persepsi negatif, ketidakmatangan emosional, serta pengalaman sosial yang kurang sehat, bukan dari hakikat pernikahan itu sendiri. Islam justru menekankan bahwa dengan kesiapan lahir dan batin, pernikahan menjadi jalan untuk menghadirkan ketenteraman dan kebahagiaan, bukan sumber kecemasan. Oleh karena itu, pendidikan pranikah yang mengintegrasikan aspek emosional dan spiritual menjadi kunci untuk mengembalikan makna pernikahan sesuai dengan visi Qur'ani.

PENUTUP

Fenomena *marriage is scary* yang mengemuka di kalangan Generasi Z merefleksikan adanya ketegangan antara tuntutan sosial, dinamika psikologis, serta realitas ekonomi dengan nilai-nilai normatif yang diajarkan dalam Islam. Ketakutan terhadap pernikahan tidak semata lahir dari penolakan terhadap institusi itu sendiri, melainkan dari kurangnya kesiapan emosional, pengalaman traumatis, serta pengaruh budaya digital yang memperbesar rasa ragu dan cemas.

Dalam perspektif hukum Islam, pernikahan merupakan mītsāqan ghalīdhan yang menuntut kesiapan lahir dan batin. Karena itu, pendidikan pranikah dan penguatan kecerdasan emosional menjadi kebutuhan yang mendesak agar generasi muda tidak lagi memandang pernikahan sebagai beban, melainkan sebagai jalan ibadah dan sarana meraih ketenteraman

²³ Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2009).

²⁴ Abdul Rahman Ghazaly, *Fiqh Munakahat* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019).

hidup. Integrasi antara pembinaan spiritual, kesiapan psikologis, dan literasi sosial-ekonomi akan membuka ruang bagi generasi Z untuk memaknai pernikahan secara lebih proporsional dan positif.

Dengan demikian, fenomena ini bukan sekadar tantangan, tetapi juga peluang bagi keluarga, lembaga pendidikan, dan institusi keagamaan untuk merumuskan model edukasi yang kontekstual. Apabila dibangun dengan kesadaran, tanggung jawab, dan kecerdasan emosional yang matang, pernikahan akan tetap menjadi institusi sakral yang relevan, solutif, dan membahagiakan bagi generasi mendatang.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdul Rahman Ghazaly, *Fiqh Munakahat* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019).
- Anshori, Teguh. "Menuju Fiqih Progresif (Fiqh Modern Berdasarkan Maqashid Al Syariah Perspektif Jaser Auda)." *Al-Syakhsiyah: Journal of Law & Family Studies* 2, no. 1 (2020): 168–81. <https://doi.org/10.21154/syakhsiyah.v2i1.2166>.
- Fikri, Muhamad, Adinda Rizqy Amelia, and Universitas Al-azhar Indonesia. "Terjebak Dalam Standar Tiktok : Tuntutan Yang Harus Diwujudkan ? (Studi Kasus Tren Marriage Is Scary)" 03, no. 09 (2024): 1438–45.
- Ghazaly, Abdul Rahman. *Fiqh Munakahat*. Jakarta: Prenadamedia Group, 2019.
- Hasibuan, Zulfan Efendi. "Asas Persetujuan Dalam Perkawinan Menurut Hukum Islam." *El-Qanun: Jurnal Ilmu Kesyariahan Dan Pranata Sosial* 5, no. 2 (2019): 201.
- Holili, Holili. "Membangun Aktualiasi Pembelajaran Dengan Teori Kecerdasan Majemuk." *Al-Insyiroh: Jurnal Studi Keislaman* 4, no. 2 (2024): 65–83. <https://doi.org/10.35309/alinskyiroh.v4i2.140>.
- Jeneri Alfa Sela Mangande, Desi Desi, and John Radius Lahade, "Kualitas Pernikahan Dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan Yang Menikah Usia Dini," *Kualitas Pernikahan Dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan Yang Menikah Usia Dini* 9, no. 2 (2021): 293–310.
- Issues, Perennial, and Emerging Trends. "© Copyright Prodi PAI IAI Darussalam" 01, no. 02 (2024): 1–16.
- Kompas.com. "Angka Pernikahan Di Indonesia Terus Menurun," 2024.
- Kumparan.com. "BPS Ungkap 69,75% Pemuda Di Indonesia Belum Menikah," 2025.
- Linda, Dian Rosa, Puji Astuti, and Satriya Wijaya. "The Relationship Between Discipline and Emotional Intelligence Towards Employee Performance." *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia* 7, no. 2 (2019): 12. <https://doi.org/10.20473/jaki.v7i1.2019.11.15>.
- Lubis, Sakban, Muhammad Yunan Harahap, and Rustam Ependi. *Fiqh Munakahat: Hukum Pernikahan Dalam Islam*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023.
- Maesak, Cantri, Opik Taupik Kurahman, and Dadan Rusmana. "Peran Pendidikan Islam Dalam Mengatasi Krisis Moral Generasi z Di Era

- Globalisasi Digital." *Reflection: Islamic Education Journal* 2, no. 1 (2025): 1–9.
- Mafaz, Fina Al, Abbas Arfan, and Fakhruddin Fakhruddin. "Marriage Is Scary Trend in the Perspective of Islamic Law and Positive Law." *Studi Multidisipliner: Jurnal Kajian Keislaman* 11, no. 2 (2024): 329–44.
- Mangande, Jeneri Alfa Sela, Desi Desi, and John Radius Lahade. "Kualitas Pernikahan Dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan Yang Menikah Usia Dini." *Kualitas Pernikahan Dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan Yang Menikah Usia Dini* 9, no. 2 (2021): 293–310.
- Mulyadi, Budi. "Fenomena Penurunan Angka Pernikahan Dan Perkembangan Budaya Omiai Di Jepang." *Kiryoku* 2, no. 2 (2018): 65–71.
- Nurhasnah, Nurhasnah. "Hukum Pernikahan Dalam Islam: Analisis Perbandingan Konteks Menurut 4 Mazhab." *Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (2023): 15. <https://doi.org/10.47134/pjpi.v1i2.72>.
- Oktaviani, Dwi, Universitas Islam Indonesia, and Universitas Islam Indonesia. "Analysis Of The Marriage Is Scary Phenomenon Among Generation Z : A Perspective Of Islamic Law Sociology" 4, no. 1 (2025): 422–39.
- Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2009).
- Rahman, Ahmad Azhar Basyir. "Fauzi. Keluarga Sakinah Keluarga Surgawi." Yogyakarta: PT. Kurnia Kalam Semesta, 1994.
- Riswandi, Riyan, Cucu Surahman, Risris Hari Nugraha, and Universitas Pendidikan Indonesia. "Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z Terhadap Isu Marriage Is Scary" 5 (2025): 10–25.
- Shihab, Quraish. *Tafsir Al Misbah*. Jakarta: Lentera Hati, 2009.
- Sulfinadia, Hamda, Jurna Petri Roszi, Mega Puspita, A'Zizil Fadli, and A'Inil Fadli. "The Phenomenon Marriage Is Scary: Causal Factors and Efforts Faced by Muslim Communities in Indonesia." *Al-Istinbath: Jurnal Hukum Islam* 10, no. 1 (2025): 355–77. <https://doi.org/10.29240/jhi.v10i1.12414>.
- Teguh Anshori, "Menuju Fiqih Progresif (Fiqh Modern Berdasarkan Maqashid Al Syariah Perspektif Jaser Auda)," *Al-Syakhsiyah: Journal of Law & Family Studies* 2, no. 1 (2020): 168–81, <https://doi.org/10.21154/syakhsiyah.v2i1.2166>.
- Tempo.id. "Ramai Istilah Marriage Is Scary Di Media Sosial, Apa Artinya?,"

2024.

- Tiffany, Rehilia, Putri Azhari, Aisyah Rizkiah Nasution, and Nur Sakinah Apriani. "MENGURAI FENOMENA ' MARRIAGE IS SCARY ' DI MEDIA SOSIAL: PERSPEKTIF PERAN PEREMPUAN DALAM ISLAM" 22, no. 2 (2024): 66-74.
- Tirta, Kania Dewi, and Sinta Nur Arifin. "Studi Fenomenologi : Marriage Is Scary Pada Generasi Z" 8, no. 3 (2025): 12-20. <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>.
- Unsriana, Linda. "Perubahan Cara Pandang Wanita Jepang Terhadap Perkawinan Dan Kaitannya Dengan Shoushika." *Humaniora* 5, no. 1 (2014): 341. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v5i1.3032>.
- Zulfan Efendi Hasibuan, "Asas Persetujuan Dalam Perkawinan Menurut Hukum Islam," *El-Qanuny: Jurnal Ilmu Kesyariahan Dan Pranata Sosial* 5, no. 2 (2019): 201.