

Menyelami Persepsi '*Marriage is Scary*' dalam Perspektif Religius dan Emosional di Konteks Sosial Budaya Kontemporer serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi: Sebuah Literatur Review

Diki Herdiansyah¹, Rizka Khaira²

Universitas Ahmad Dahlan¹, Universitas Negeri Yogyakarta²

diki200000103@webmail.uad.ac.id¹, rizkakhaira29051998@gmail.com²

ABSTRACT

The phenomenon of "Marriage is Scary" reflects the growing fear and apprehension toward marriage in contemporary society. This study aims to explore this perception from religious, emotional, and socio-cultural perspectives, as well as the factors influencing it. The method employed is literature review, analyzing various sources related to marriage in modern society. The findings show that fear of marriage is influenced by religious factors demanding high expectations, emotional factors related to trauma or commitment uncertainty, and socio-cultural pressures that push individuals to marry at a certain age. Additionally, economic factors and the influence of social media play significant roles in fostering fear of marriage. In conclusion, this phenomenon reflects the complexity of perceptions toward marriage, shaped by multiple factors. A more realistic approach and social support are needed to address these fears. Further research is necessary to understand this dynamic more deeply.

Keywords: *Phenomenon, Marriage is Scary*

ABSTRAK

Fenomena "Marriage is Scary" mencerminkan persepsi ketakutan terhadap pernikahan yang semakin berkembang dalam masyarakat kontemporer. Penelitian ini bertujuan untuk menggali persepsi tersebut dalam perspektif religius, emosional, dan sosial budaya, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Metode yang digunakan adalah literature review dengan menganalisis berbagai sumber terkait topik pernikahan di masyarakat modern. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketakutan terhadap pernikahan dipengaruhi oleh faktor religius yang menuntut pemenuhan ekspektasi tinggi, faktor emosional terkait trauma atau ketidakpastian komitmen, serta tekanan sosial budaya yang menuntut individu untuk menikah pada usia tertentu. Selain itu, faktor ekonomi dan pengaruh media sosial juga memainkan peran besar dalam menciptakan rasa takut terhadap pernikahan. Kesimpulannya, fenomena ini mencerminkan kompleksitas pandangan terhadap pernikahan yang dipengaruhi oleh banyak faktor, dan diperlukan pendekatan yang lebih realistis serta dukungan sosial dalam menghadapi ketakutan ini. Penelitian lebih lanjut tentang dinamika ini sangat diperlukan untuk memahami lebih dalam fenomena tersebut.

Kata Kunci: Persepsi, Marriage is Scary

PENDAHULUAN

Pernikahan, sebagai institusi sosial yang penting, telah mengalami perubahan signifikan dalam persepsi dan praktiknya seiring berjalannya waktu, khususnya dalam konteks sosial budaya kontemporer. Sebagian

orang, terutama generasi muda, menganggap pernikahan sebagai suatu hal yang menakutkan atau membebani. Persepsi ini sering kali diungkapkan dengan ungkapan "Marriage is Scary", yang menggambarkan ketakutan terhadap komitmen jangka panjang, tekanan sosial, atau potensi ketidakbahagiaan dalam rumah tangga.

Fenomena ini menarik untuk diteliti karena pernikahan dalam banyak budaya, termasuk dalam konteks Indonesia, memiliki nilai religius dan emosional yang mendalam. Dalam tradisi agama, pernikahan tidak hanya dipandang sebagai hubungan antara dua individu, tetapi juga sebagai ikatan sakral yang memiliki dimensi spiritual dan moral yang kuat (Marks 2005; Nelson et al. 2011). Dalam ajaran agama Islam, misalnya, pernikahan dianggap sebagai bagian dari ibadah dan merupakan salah satu cara untuk memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat (Hidayati and Assa'diah 2020; Setiawan 2020; Sunari, Pangestu, and Muharman 2023). Namun, perbedaan antara nilai-nilai agama ini dan pengalaman individu dalam kehidupan pernikahan terkadang menciptakan ketegangan dalam diri mereka, yang dapat menyebabkan perasaan takut atau ragu terhadap pernikahan.

Selain dimensi religius, faktor emosional juga memainkan peran yang signifikan dalam membentuk persepsi terhadap pernikahan (Heidari and Kumar 2021). Ketidakpastian akan hubungan, ketakutan akan kegagalan, trauma dari pengalaman keluarga yang tidak harmonis, atau ketidakmampuan untuk mengelola ekspektasi dalam pernikahan adalah faktor-faktor yang bisa mempengaruhi pandangan seseorang tentang institusi pernikahan (Tavakol et al. 2017). Ketakutan ini seringkali berakar dari pengalaman masa lalu, seperti menyaksikan perceraian orang tua atau konflik dalam hubungan keluarga yang menyebabkan seseorang merasa takut untuk mengambil komitmen jangka panjang (Aprianti 2023). Selain itu, ketidakmampuan untuk mengelola ekspektasi yang sering kali tidak realistis mengenai pernikahan yang sempurna, baik yang berasal dari budaya populer atau standar sosial, turut memperburuk rasa takut tersebut. Individu yang memiliki pengalaman emosional yang berat atau tidak stabil mungkin merasa pernikahan adalah tantangan yang terlalu besar untuk dihadapi, karena mereka merasa belum cukup siap atau mampu untuk menciptakan hubungan yang sehat dan bahagia (Batsylyeva et al. 2019; Denysenko 2020; Khojasteh Mehr, Daniali, and Shirali Nia 2021; Purba and Kusumiati 2024). Faktor emosional ini menunjukkan pentingnya kesiapan mental dan emosional dalam mempersiapkan diri untuk memasuki pernikahan, serta perlunya dukungan psikologis agar individu dapat mengelola ketakutan dan kecemasan yang muncul.

Di sisi lain, dinamika sosial budaya kontemporer yang melibatkan perubahan norma, ekspektasi, dan peran gender dalam masyarakat turut memberikan warna dalam persepsi masyarakat terhadap pernikahan. Masyarakat modern sering kali menekankan kebebasan individu, pencapaian karir, dan keseimbangan hidup pribadi yang dapat membuat seseorang

merasa ragu atau cemas tentang komitmen jangka panjang yang diperlukan dalam pernikahan.

Meski banyak penelitian yang membahas fenomena pernikahan dalam konteks religius, emosional, dan sosial budaya, masih terdapat celah riset yang belum sepenuhnya menggali bagaimana ketakutan atau kecemasan terkait pernikahan, yang muncul dalam ungkapan seperti "Marriage is Scary", dipengaruhi oleh interaksi antara faktor religius, emosional, dan sosial budaya. Riset yang ada lebih sering terfokus pada aspek-aspek tertentu, misalnya persepsi terhadap pernikahan dari sisi agama atau dampak sosial budaya secara terpisah, tetapi belum banyak yang menyelidiki keterkaitan yang kompleks antara ketiga faktor tersebut dalam membentuk pandangan individu terhadap pernikahan di era kontemporer.

Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti perspektif masyarakat Barat atau berfokus pada dinamika hubungan pasangan, sementara di Indonesia, dengan keberagaman budaya dan pengaruh agama yang kuat, faktor-faktor tersebut mungkin mempengaruhi pandangan dan keputusan pernikahan dengan cara yang berbeda. Gap ini membuka peluang untuk mengeksplorasi bagaimana persepsi negatif atau ketakutan terhadap pernikahan berkembang dalam masyarakat Indonesia, serta bagaimana peran agama, emosionalitas, dan dinamika sosial budaya kontemporer saling berinteraksi dalam membentuk persepsi ini. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mendalami persepsi "Marriage is Scary" dalam perspektif religius, emosional, dan sosial budaya, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya dalam konteks masyarakat Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan literatur review untuk menganalisis, mengorganisasi, dan mensintesis berbagai penelitian dan literatur yang relevan terkait persepsi terhadap pernikahan dalam perspektif religius, emosional, dan sosial budaya kontemporer, serta faktor-faktor yang mempengaruhi pandangan individu tentang pernikahan. Dengan pendekatan ini, penelitian bertujuan untuk menggali dan menyusun pemahaman yang lebih mendalam mengenai persepsi "Marriage is Scary" dan untuk mengidentifikasi gap riset yang masih perlu dieksplorasi.

Kriteria Pemilihan Literatur

Dalam tinjauan pustaka ini, literatur yang digunakan mencakup berbagai sumber yang relevan dengan topik penelitian, seperti artikel jurnal akademik yang membahas persepsi pernikahan dari berbagai perspektif, buku yang membahas teori-teori terkait hubungan interpersonal dan budaya kontemporer, serta disertasi atau tesis yang mengkaji tema-tema serupa. Sumber lain yang juga dipertimbangkan termasuk studi kasus dan laporan penelitian yang berkaitan dengan pengalaman individu atau kelompok terkait

pernikahan, serta sumber daring yang memberikan informasi tambahan tentang tren sosial terkini. Kriteria pemilihan literatur berfokus pada relevansi dengan topik, keandalan dan kredibilitas sumber, serta rentang waktu publikasi yang berfokus pada literatur yang diterbitkan dalam 10 hingga 15 tahun terakhir, meskipun literatur klasik tetap diperhatikan untuk memahami teori-teori dasar yang relevan.

Proses Pengumpulan dan Sintesis Literatur

Pengumpulan literatur akan dilakukan melalui pencarian sistematis di berbagai database akademik seperti Google Scholar dan lain-lain, dengan menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan topik penelitian, seperti "marriage and fear", "perception of marriage", "religious views on marriage", "emotional factors in marriage", dan "contemporary attitudes towards marriage". Setelah literatur terkumpul, proses analisis kritis akan dilakukan terhadap setiap sumber yang ditemukan untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang berkaitan dengan ketakutan terhadap pernikahan, komitmen, pengaruh agama, trauma emosional, dan tekanan sosial budaya.

Dalam analisis ini, peneliti akan membandingkan temuan-temuan dari berbagai studi untuk melihat konsistensi dan perbedaan dalam hasil penelitian, serta mengorganisasi temuan-temuan ini dalam kategori atau tema yang berkaitan dengan dimensi religius, emosional, dan sosial budaya pernikahan. Tahap sintesis ini bertujuan untuk menghasilkan gambaran holistik mengenai persepsi "Marriage is Scary" dan untuk mengidentifikasi gap riset yang masih perlu dieksplorasi lebih lanjut.

Analisis Tematik

Untuk menganalisis dan menyintesis data dari berbagai literatur, pendekatan analisis tematik akan digunakan. Tema-tema utama yang akan diidentifikasi dalam literatur ini mencakup faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi terhadap pernikahan, yaitu:

- **Faktor religius:** Pandangan agama terhadap pernikahan dan bagaimana pengaruh ajaran agama membentuk persepsi individu tentang pernikahan sebagai komitmen sakral.
- **Faktor emosional:** Ketakutan dan kecemasan terkait dengan pernikahan, seperti ketakutan akan kegagalan, trauma keluarga, atau ketidakpastian masa depan dalam hubungan pernikahan.
- **Faktor sosial budaya:** Pengaruh norma sosial dan budaya kontemporer, seperti tekanan untuk menikah pada usia tertentu, pengaruh media sosial, atau perubahan peran gender, yang mempengaruhi pandangan individu terhadap pernikahan.

Dengan menganalisis literatur melalui tema-tema ini, penelitian ini akan memberikan gambaran yang lebih mendalam tentang bagaimana berbagai faktor saling berinteraksi dalam membentuk pandangan masyarakat terhadap pernikahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ajaran agama Islam mengajarkan bahwa menikah merupakan ibadah yang dianjurkan bagi hambanya. Merujuk pada penggambaran oleh Tanshurullah (2019) bahwa Rasulullah SAW menyebutkan anjuran menikah diperuntukkan bagi siapapun yang sudah mampu, hal ini dikarenakan menikah merupakan penyempurna separuh dari agama dan dapat menjauhkan dari perbuatan maksiat serta menjaga kehormatan individu. Kemudian didukung oleh penjelasan Nelli dan Elmia (2023) yang menjelaskan bahwa definisi mampu yang di fokuskan dalam anjuran menikah ini adalah pemuda yang mampu secara fisik, mental dan ekonomi, sehingga pemuda yang belum memiliki kesiapan tersebut tidak dianjurkan menikah karena memiliki kemungkinan muncul kemudharatan yang lebih besar. Anjuran menikah ini menjadi landasan dalam pembentukan persepsi menikah itu sendiri. Dimana individu yang menyakini anjuran menikah ini bukan perintah yang sederhana akan berusaha mengupayakan dengan beberapa pertimbangan yang tidak hanya pertimbangan agama, antara lain pertimbangan nilai, adat dan budaya setempat. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Permana dan Medyana (2021) bahwa pasangan yang akan menikah cenderung memiliki persepsi bahwa pernikahan merupakan ibadah terlama dalam hidup sehingga membutuhkan persiapan dan pertimbangan yang matang dalam hal komitmen, tanggung jawab baru, menjalani peran baru, menjaga interaksi dan komunikasi, serta pertimbangan keturunan. Pertimbangan-pertimbangan ini dipengaruhi oleh budaya dan nilai yang dianut pada lingkungan masyarakat, dimana individu yang menikah harus stabil secara ekonomi dan harus memiliki keturunan. Persepsi-persepsi tersebut yang kemudian menjadi bagian konstruk berpikir individu bahwa menikah merupakan hal yang sulit untuk dilakukan karena banyaknya persiapan dan pertimbangan yang harus dilakukan. Persepsi menikah berdasarkan ajaran agama juga berpengaruh pada tingkat kesiapan menikah.

Ketakutan berkomitmen pada pasangan disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya adalah trauma di masa lalu. Beberapa individu tumbuh dalam lingkungan yang beragam. Merujuk pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Zulditri dan Desmita (2024) bahwa salah satu alasan dewasa awal menunda menikah adalah dikarenakan trauma akibat perceraian orangtua, finansial yang belum matang dan belum menemukan pasangan yang cocok. Selanjutnya didukung oleh hasil penelitian Salsabila dan Sari (2024) bahwa salah satu ketakutan menikah pada Wanita korban perselingkuhan adalah keraguan untuk menikah dan ketakutan untuk mengulang pengalaman diselingkuhi kembali di masa depan. Merujuk pada penjelasan tersebut di atas, dapat digambarkan bahwa komitmen tidak muncul dengan sendirinya, melainkan harus didukung oleh situasi seperti orang

terdekat, pengalaman di masa lalu, dan keyakinan terhadap diri sendiri bahwa layak untuk berkomitmen dan membangun rumah tangga. Perceraian dapat terjadi di lingkungan masyarakat adalah hasil dari konflik yang tidak bisa diselesaikan oleh pasangan, dimana konflik tersebut akan lebih mudah diatasi apabila masing-masing individu yang menjadi pasangan memiliki komitmen untuk mempertahankan pernikahan (Scott, 2010)

Selain itu, tekanan sosial semakin menyumbang dari munculnya keraguan dalam menikah. Hal ini disebabkan oleh budaya di lingkungan sosial membentuk stigma bahwa hal yang dinormalisasi dalam sebuah lingkungan merupakan standar yang harus dicapai oleh individu dalam lingkungan tersebut. Standar ini yang kemudian menjadi tantangan bagi individu. Dimana standar tersebut merupakan hasil normalisasi sebagian kelompok yang tidak memiliki dasar ilmiah untuk dilakukan. Akibatnya tumbuh menjadi tekanan sosial yang perubahan norma di masyarakat. Salah satu bentuk tekanan sosial yang berkembang saat ini adalah keharusan untuk memiliki anak. Masyarakat Indonesia menganggap bahwa capaian dalam menikah adalah memiliki keturunan, sedangkan memiliki keturunan merupakan hal yang butuh dipertimbangkan dan merupakan hal yang diluar kendali manusia sebagai hamba. Menikah dan memiliki anak merupakan fase dari individu yang harus dilalui dan wujud dari habituasasi, sehingga individu yang memutuskan tidak memiliki keturunan dan atau tidak bisa memiliki keturunan maka dianggap menyalahi batas kenormalan hidup (hanandita, 2022).

Persepsi Media dan Pengaruh Digital

Persepsi terkait menikah juga dipengaruhi oleh perkembangan dunia digital yang massif saat ini. Dimana individu dapat memperoleh informasi dan berita terkait dengan kehidupan individu lain dalam hitungan jam bahkan detik. Akses informasi tidak terbatas ini yang menyebabkan individu mampu membentuk bahwa merubah persepsi dalam kurun waktu yang cepat. Salah satu kampanye yang digaungkan di media sosial adalah trend marriage is scary yang membentuk stigma bahwa menikah adalah hal yang menakutkan dan tidak mudah dilalui oleh individu di masa sekarang. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafiq (2024) bahwa trend marriage is scary yang beredar di media sosial berhasil menumbuhkan persepsi negatif terkait dengan menikah dan dibutuhkan perlakuan dan sosialisasi terkait dengan pernikahan berdasarkan pendekatan islam dan pandangan yang lurus.

Adapun implementasi dalam bimbingan dan konseling adalah materi edukasi terkait dengan pernikahan perlu menjadi salah satu konsentrasi dalam bimbingan dan pendampingan di konseling pada bidang pribadi dan sosial. Merujuk pada tugas perkembangan individu pada dewasa awal yang harus menjalani kehidupan menikah Bersama pasangan akan terhambat apabila tidak dilakukan dan justru dihindari oleh individu. Sehingga dibutuhkan Langkah edukasi yang mendalam menggunakan perspektif religious dalam menumbuhkan stigma baru bahwa menikah adalah hal yang bisa di persiapkan dengan cara dan metode yang sesuai aturan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Saran

Kesimpulan berisikan jawaban atas rumusan masalah /menerangkan ketercapaian tujuan penelitian. Bagian ini dituliskan dalam bentuk deskriptif dan tidak mengandung angka.

DAFTAR RUJUKAN

- Aprianti, Agus. 2023. 'The Traumatic on Having Marriage to Female Teenagers from Divorce Family'. *Jurnal Ilmiah LISKI (Lingkar Studi Komunikasi)* 9(1):60–65.
- Batsylyeva, Olga, Donetsk National University, Volodymyr Astakhov, Donetsk National Medical University, Irina Puz, and Donetsk National University. 2019. 'RESEARCH ON PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF MODERN YOUTH'S READINESS FOR MARRIAGE'. *Psychological journal* 5(10):64–83. doi: 10.31108/1.2019.5.10.5.
- DENYSENKO, A. 2020. 'PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF ADOLESCENT GIRLS FOR MARITAL RELATIONSHIP'.
- Heidari, Mitra, and G. Venkatesh Kumar. 2021. 'INFLUENCE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE ON MARITAL SATISFACTION AMONG MARRIED COUPLES'. *INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENTIFIC RESEARCH* 61–65. doi: 10.36106/ijsr/2934906.
- Hidayati, Delti, and Nur Halimah Assa'diah. 2020. 'Early Marriage According To Islamic Law'. *Religion* 14.
- Khojasteh Mehr, Reza, Zeinab Daniali, and Khadijeh Shirali Nia. 2021. 'Married Students' Experiences Regarding Marriage Readiness'. *Journal of Family Psychology* 2(2):39–50.
- Marks, Loren. 2005. 'How Does Religion Influence Marriage? Christian, Jewish, Mormon, and Muslim Perspectives'. *Marriage & Family Review* 38(1):85–111. doi: 10.1300/J002v38n01_07.
- Nelson, Judith A., Amy Manning Kirk, Pedra Ane, and Sheryl A. Serres. 2011. 'Religious and Spiritual Values and Moral Commitment in Marriage: Untapped Resources in Couples Counseling?' *Counseling and Values* 55(2):228–46. doi: 10.1002/j.2161-007X.2011.tb00034.x.
- Purba, Winchary Grace Meilani, and Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati. 2024. 'Emotional Maturity as a Predictor of Marriage Readiness in Early Adult Women from Batak Ethnic Groups'. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan* 8(2):158–71.
- Setiawan, Halim. 2020. 'Pernikahan Usia Dini Menurut Pandangan Hukum Islam'. *Borneo: Journal Of Islamic Studies* 3(2):59–74.
- Sunari, Sunari, Ratih Dwi Pangestu, and Dedy Muharman. 2023. 'Kriteria Pasangan Hidup Dalam Perkawinan Menurut Ajaran Islam Untuk Dapat Mewujudkan Keluarga Sakinah Mawadah Warahmah'. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia* 8(12):6955–64.
- Tavakol, Zeinab, Zahra Behboodi Moghadam, Alireza Nikbakht Nasrabadi, Hamid Salehiniya, and Elham Rezaei. 2017. 'A Review of the Factors



Associated with Marital Satisfaction'. *Galen Medical Journal* 6(3):e641–e641.

- In Tanshurullah, 'Hadis Anjuran Menikah Kepada Pemuda (Menela'ah Hadis Dari Perspektif Psikolog)', Skripsi, UIN Syarif (2019), 50–51.1
- Hanandita, T. (2022). Konstruksi masyarakat tentang hidup tanpa anak setelah menikah. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 11(1).
- Nelli, J., & Jaafar, N. E. (2023). Kontekstualisasi Hadis Anjuran Menikah Dan Relevansinya Dengan Batas Usia Menikah Di Indonesia.
- Permana, M. Z., & Medynna, A. D. N. (2021). Ribet!: Persepsi menikah pada emerging adulthood. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(3), 248-257.
- Salsabila, W. A., & Sari, Y. (2024). "Aku bisa ga ya?": Persepsi Pernikahan Korban Perselingkuhan. *Schema: Journal of Psychological Research*, 9(02), 94-105.
- Syafiq, M. (2024). Peran Influencer Di Media Sosial Terhadap Tren Married Is Scary (Analisis Maqashid Syariah). *ICMIL Proceedings*, 1, 168-175.
- Scott, Sibley, Matthew H.Barton. (2010). An Exploration of The Construction of Commitment Leading To Marriage, A Thesis the faculty of the Communication Department at Southern Utah University
- Zulfitri, W. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi menunda menikah pada Dewasa. *Batanang: Jurnal Psikologi*, 3(02), 30-41.