
**MARRIAGE IS SCARY
(Tinjauan Sosial Dan Perspektif Hukum Keluarga Islam)**

Dzakwan Dakhilullah Susanto Makmoer¹, Akbarizan², Arisman³
makmoer3101@gmail.com¹, akbarizan@uin-suska.ac.id², arisman@uin-suska.ac.id³
UIN Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRAK

Pernikahan merupakan institusi sosial yang dipandang sakral dan ideal oleh masyarakat. Namun, dalam realitas kontemporer, ketakutan terhadap pernikahan menjadi fenomena yang semakin umum, terutama di kalangan generasi muda. Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai faktor yang menyebabkan ketakutan terhadap pernikahan, seperti tekanan sosial, beban ekonomi, pengalaman traumatis, serta perubahan nilai-nilai budaya dan gender. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan analisis terhadap fenomena sosial yang berkembang di masyarakat urban. Hasil kajian menunjukkan bahwa ketakutan terhadap pernikahan lebih dipengaruhi oleh persepsi dan konstruksi sosial daripada realitas pernikahan itu sendiri. Oleh karena itu, diperlukan edukasi dan pendekatan yang lebih manusiawi dalam memaknai institusi pernikahan agar tidak menjadi sumber kecemasan, tetapi justru menjadi sarana untuk tumbuh bersama dalam kehidupan yang lebih stabil dan bermakna.

Kata Kunci: Pernikahan, Ketakutan, Trauma, Nilai Budaya, Tekanan Sosial.

PENDAHULUAN

Fenomena "*Marriage is Scary*" atau pernikahan itu menakutkan telah menjadi isu sosial yang ramai diperbincangkan, khususnya di kalangan generasi muda urban. Ungkapan ini mencerminkan ketakutan terhadap komitmen pernikahan yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti trauma masa lalu, meningkatnya angka perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, serta tekanan ekonomi dan sosial yang melekat pada institusi pernikahan itu sendiri¹. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2022 jumlah perceraian di Indonesia mencapai lebih dari 516.344 kasus, meningkat dibandingkan tahun-tahun sebelumnya².

Mayoritas penyebab perceraian adalah masalah ekonomi dan ketidakharmonisan rumah tangga. Fakta ini memperkuat narasi bahwa pernikahan dianggap sebagai lembaga yang penuh risiko dan tidak menjamin kebahagiaan. Oleh karena itu, banyak generasi muda yang memilih untuk menunda atau bahkan tidak menikah sama sekali.

Padahal, dalam Islam pernikahan dipandang sebagai institusi sakral yang memiliki banyak manfaat dan keutamaan, serta merupakan bagian dari penyempurnaan agama. Allah SWT berfirman dalam QS. Ar-Rum [30]: 21:

"Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antaramu rasa kasih dan sayang."

Ayat ini menurut tafsir al-Misbah menegaskan bahwa hakikat pernikahan adalah ketenteraman dan cinta, bukan ketakutan atau penderitaan.³

Dengan demikian, narasi "*marriage is scary*" perlu dikaji ulang secara objektif dan proporsional. Ketakutan terhadap pernikahan bukanlah sesuatu yang melekat secara inheren

¹ Nurfadhilah, "Ketakutan Terhadap Pernikahan: Studi Fenomenologi Tentang Pandangan Generasi Milenial Terhadap Pernikahan", dalam *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 7 No. 2, 2021, hlm. 87.

² BPS, "Statistik Perceraian di Indonesia 2022", www.bps.go.id, diakses Sabtu 26 April 2025, Pukul 11:18.

³ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, jilid 11, hlm. 14.

pada pernikahan itu sendiri, melainkan lahir dari kurangnya persiapan, pemahaman, dan kesadaran terhadap tanggung jawab dalam rumah tangga. Maka dari itu, pembahasan ini akan menguraikan pemahaman tentang pernikahan dari sudut pandang sosial dan Islam, serta menyoroti relevansinya dengan konteks masyarakat Indonesia saat ini.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan **library research** atau studi kepustakaan, yaitu metode yang dilakukan dengan menelaah dan menganalisis berbagai sumber tertulis yang relevan untuk memahami fenomena sosial dan hukum terkait pernikahan dalam perspektif Islam. Library research memungkinkan penulis untuk menggali konsep, data, dan pandangan keilmuan secara mendalam melalui literatur yang sudah ada tanpa melakukan observasi lapangan atau wawancara langsung (Zed, 2004).

Sumber data utama dalam penelitian ini meliputi:

1. **Sumber primer** berupa ayat-ayat Al-Qur'an, hadis Nabi, serta tafsir klasik dan kontemporer seperti *Tafsir al-Maraghi* dan *Tafsir al-Misbah*.
2. **Sumber sekunder** berupa literatur ilmiah seperti jurnal-jurnal nasional dan internasional yang membahas persepsi pernikahan, media sosial, dan relasi gender (misalnya Huang, 2024; Papp et al., 2020; Finkel et al., 2014).
3. **Data statistik dan laporan resmi** dari Badan Pusat Statistik (BPS), Kementerian Agama, dan lembaga terkait yang memuat informasi tentang angka perceraian, kepuasan pernikahan, dan program bimbingan perkawinan.

Analisis dilakukan secara **kualitatif-deskriptif**, dengan memadukan antara studi literatur sosiologis dan pendekatan normatif dalam Islam. Tujuannya adalah untuk memperoleh pemahaman yang menyeluruh mengenai penyebab munculnya narasi "Marriage is Scary" serta menawarkan solusi yang bersumber dari nilai-nilai Islam yang relevan dengan konteks sosial saat ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Asal Mula dan Popularitas

Istilah "*Marriage is Scary*" mulai viral di media sosial, khususnya platform TikTok dan Instagram, sekitar pertengahan tahun 2024. Ungkapan ini bukan berasal dari satu tokoh tertentu, melainkan muncul sebagai bentuk ekspresi kolektif dari generasi muda yang menyuarakan keresahan mereka terhadap institusi pernikahan. Popularitasnya didorong oleh maraknya konten yang menyoroti berbagai permasalahan dalam rumah tangga seperti kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselingkuhan, relasi yang tidak setara, hingga tekanan sosial dan ekonomi dalam pernikahan.⁴

B. Pengertian Istilah "*Marriage is Scary*"

Secara harfiah, frasa ini berarti "pernikahan itu menakutkan." Ungkapan ini mencerminkan bentuk kekhawatiran atau ketakutan terhadap risiko dan konsekuensi dari kehidupan pernikahan. Ketakutan tersebut muncul bukan karena pernikahan itu sendiri, melainkan karena pengalaman negatif yang dilihat, didengar, atau dialami secara langsung oleh individu. Beberapa contoh isi narasi yang sering muncul dalam tren ini misalnya:

"Marriage is scary. Bayangkan kalau pasanganmu justru lebih membela keluarganya daripada kamu."

Narasi-narasi seperti ini menjadi viral karena dianggap mewakili ketakutan banyak orang, terutama perempuan, terhadap ketidakadilan gender dan trauma emosional dalam relasi pernikahan.⁵

⁴ Silmi Nurul Utami, "Tren Marriage is Scary di Media Sosial", dalam *UMSIDA Insight*, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2024.

⁵ Kumparan News, "Arti Marriage is Scary, Istilah yang Banyak Diungkapkan Netizen", dalam *kumparan.com*, 23 Januari 2024.

Istilah “*Marriage is Scary*” merefleksikan meningkatnya kekhawatiran individu, khususnya di kalangan generasi muda, terhadap institusi pernikahan. Ketakutan ini muncul karena berbagai faktor, mulai dari pengalaman keluarga disfungsi, meningkatnya angka perceraian, ketidaksetaraan peran dalam rumah tangga, hingga pengaruh media sosial yang menampilkan realita pernikahan secara selektif dan kadang negatif.

Penelitian Huang (2024) dalam jurnalnya mengkaji pengaruh media sosial—khususnya video pendek pasangan di Douyin (TikTok versi Tiongkok)—terhadap persepsi generasi muda terhadap cinta dan pernikahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial mendorong generasi muda untuk lebih kritis dan rasional dalam melihat pernikahan. Walaupun banyak terpapar narasi negatif, sebagian tetap mempertahankan harapan akan hubungan yang sehat dan stabil. Media sosial memberi ruang bagi refleksi personal dan dialog sosial yang intens terkait nilai-nilai relasi romantis dan pernikahan.⁶

C. Faktor Pendorong Munculnya Istilah Ini

Beberapa faktor utama yang melatarbelakangi lahirnya tren “*Marriage is Scary*” adalah:

1. Trauma atau Pengalaman Negatif: Baik yang dialami sendiri maupun yang dilihat dalam keluarga atau lingkungan.
2. Ketidakpastian Ekonomi: Kecemasan akan kemampuan finansial untuk menjalani rumah tangga.
3. Ketidaksetaraan Gender: Adanya realitas sosial bahwa beban rumah tangga seringkali lebih berat di pihak perempuan.
4. Pengaruh Media Sosial: Penyebaran narasi negatif melalui konten viral memperkuat persepsi negatif terhadap pernikahan.⁷ Di era digital, persepsi masyarakat terhadap pernikahan banyak dibentuk oleh media sosial dan tayangan populer. Sayangnya, yang sering viral adalah sisi gelap pernikahan—perselingkuhan, konflik pasangan artis, atau kasus kekerasan. Narasi ini memperkuat ketakutan terhadap pernikahan.⁸

Selain itu, studi dari Papp, Danielewicz, dan Cummings (2020) dalam jurnal *Computers in Human Behavior* mengungkap bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan bisa mengganggu kualitas pernikahan. Fenomena seperti perbandingan sosial, kecemburuan digital, serta pengabaian waktu berkualitas dengan pasangan dapat memicu konflik dan perasaan ketidakpuasan dalam rumah tangga.⁹

Faktor lain yang memperkuat relevansi tren “*Marriage is Scary*” adalah kurangnya edukasi pranikah dan kesiapan emosional pasangan. Banyak pasangan yang menikah dengan ekspektasi tinggi tanpa dibarengi kemampuan menyelesaikan konflik secara dewasa. Hal ini berkontribusi besar terhadap kegagalan rumah tangga.¹⁰

Berdasarkan data dari Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung Republik Indonesia (Ditjen Badilag MA-RI), angka perceraian di Indonesia pada tahun 2022 mencapai lebih dari 516.000 kasus. Penyebab utama perceraian yang tercatat antara lain adalah:

- Ketidakharmonisan (perselisihan terus-menerus),
- Masalah ekonomi,
- Kekerasan dalam rumah tangga,

⁶ Huang Li, "The Influence of Social Media on Youth's Views on Marriage and Love—The Example of Short Videos of Couples on Douyin", (Modern Communication), Vol. 5, No. 2, 2024, hlm. 23–29.

⁷ Niken Ayu, "Fenomena Marriage is Scary dan Ketakutan Perempuan Akan Pernikahan", dalam *Detik Bali*, 25 Januari 2024.

⁸ Anisa Fauziah, "Media Sosial dan Representasi Pernikahan dalam Budaya Pop", (Jurnal Ilmu Komunikasi), Vol. 9 No. 2, 2022, hlm. 76–78.)

⁹ Lauren M. Papp, Jennifer Danielewicz, E. Mark Cummings, "The impact of social media on marital quality: A daily diary study", (Computers in Human Behavior), Vol. 114, 2020, Article 106576.

¹⁰ Yuliyanti, "Pentingnya Edukasi Pranikah dalam Membangun Rumah Tangga yang Harmonis", (Jurnal Bimbingan Konseling Islam), Vol. 4 No. 1, 2021, hlm. 45–46.

- Ketidakhadiran tanggung jawab dari salah satu pihak.¹¹

D. Analisis Sosial dan Budaya

Fenomena ini menunjukkan adanya pergeseran nilai dalam masyarakat, terutama pada generasi muda yang semakin kritis terhadap institusi sosial tradisional seperti pernikahan. Di satu sisi, ini bisa menjadi bentuk kesadaran baru tentang pentingnya persiapan emosional dan finansial dalam berumah tangga. Namun di sisi lain, jika tidak diimbangi dengan pemahaman dan edukasi yang benar, tren ini bisa berpotensi menumbuhkan sikap skeptis yang berlebihan terhadap pernikahan secara umum.¹²

Dalam kajian psikologis, Finkel et al. (2014) menjelaskan konsep *suffocation model of marriage* yang menggambarkan bahwa individu modern menempatkan harapan yang sangat tinggi terhadap pasangan sebagai sumber utama pemenuhan emosional, dukungan, dan pengembangan diri. Harapan berlebih ini menjadikan pernikahan sebagai institusi yang penuh tekanan, sehingga menimbulkan kecemasan dan rasa takut untuk menjalaninya.¹³

E. Hakikat Pernikahan dalam Islam

1. Pengertian Pernikahan

Dalam bahasa Arab, pernikahan disebut dengan *nikāḥ* yang berarti "akad" atau "pengikatan". Secara istilah, pernikahan adalah akad yang menghalalkan hubungan antara laki-laki dan perempuan dengan dasar saling ridha untuk membentuk kehidupan rumah tangga yang sakinah.

“Pernikahan dalam Islam bukan sekadar hubungan biologis, tetapi merupakan ikatan suci yang bertujuan membangun keluarga sebagai fondasi masyarakat Islam yang kuat.”¹⁴

2. Tujuan Pernikahan Tujuan pernikahan dalam Islam sangat luhur, sebagaimana disebutkan dalam QS. Ar-Rum [30]: 21:

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

Ayat ini menjelaskan bahwa pernikahan berfungsi sebagai:

- Sumber ketenangan (*sakinah*)
- Wadah kasih sayang (*mawaddah wa rahmah*)
- Sarana pembentukan keluarga yang harmonis

Tafsir al-Maraghi menjelaskan bahwa ayat ini menunjukkan aspek emosional dan spiritual dari pernikahan yang mengakar kuat dalam fitrah manusia sebagai makhluk sosial dan berpasangan.

3. Kedudukan Pernikahan Islam menganggap pernikahan sebagai ibadah dan sunnah Rasulullah ﷺ. Nabi bersabda:

“Nikah itu sunnahku. Barangsiapa yang tidak menyukai sunnahku, maka ia bukan golonganku.”

(HR. Ibn Majah, no. 1846 — hadis hasan sahih)

Hadis ini menunjukkan bahwa pernikahan merupakan bagian dari ajaran hidup Nabi yang harus dicontoh oleh umatnya.

4. Pernikahan Sebagai Perlindungan Pernikahan dalam Islam juga memiliki fungsi perlindungan (*hifz al-nasl*), yaitu menjaga keturunan dan mencegah pergaulan bebas yang dapat merusak tatanan sosial dan akhlak.

“Melalui pernikahan, manusia terhindar dari perzinaan dan kehancuran moral. Oleh

¹¹ Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama, Laporan Tahunan 2022, Mahkamah Agung Republik Indonesia.

¹² Siti Maftukhah, "Marriage is Scary: Antara Ketakutan dan Kesadaran Emosional", dalam *Jurnal Psikologi Sosial Islam*, Vol. 6 No. 2, 2024, hlm. 122.

¹³ Eli J. Finkel, Chin Ming Hui, Kathleen L. Carswell, Grace M. Larson, "The suffocation model of marriage: Climbing Mount Maslow without enough oxygen", (*Psychological Inquiry*), Vol. 25, No. 1, 2014, hlm. 1-41.

¹⁴ *Wahbah al-Zuhaili, Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*, Dar al-Fikr, 1985, hlm. 199.

karenanya, Islam menempatkan pernikahan dalam maqasid syariah sebagai penjaga keturunan.”¹⁵

F. Bantahan terhadap Pemikiran "Marriage is Scary"

1. Ketakutan atas Pernikahan Adalah Ketakutan yang Tidak Proporsional

Pemikiran “Marriage is Scary” biasanya muncul dari pengalaman buruk (broken home), trauma, atau ketakutan akan gagal. Namun dalam Islam, masalah-masalah dalam rumah tangga bukan dijadikan alasan untuk menghindari, tetapi dihadapi dengan prinsip *musyawarah*, *sabar*, dan saling menasihati.

“Setiap rumah tangga pasti memiliki ujian. Namun Allah menjadikan pernikahan sebagai tempat terbaik untuk saling melengkapi kekurangan.”¹⁶

2. Pernikahan Justru Menyempurnakan Agama

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Apabila seseorang menikah, maka ia telah menyempurnakan separuh agamanya, maka bertakwalah kepada Allah dalam separuh yang tersisa." (HR. Baihaqi — hadis hasan)

Pernikahan bukanlah jalan ketakutan, tetapi jalan penyempurnaan. Islam memandang pernikahan sebagai bentuk kedewasaan spiritual dan sosial.

3. Islam Menjaga Hak-Hak dalam Pernikahan

Banyak yang takut menikah karena khawatir hilangnya kebebasan atau mengalami penindasan. Namun Islam telah mengatur hak dan kewajiban suami-istri secara adil:

- Suami wajib memberi nafkah dan memimpin dengan adil.
- Istri memiliki hak untuk dihormati, dinafkahi, dan dijaga kehormatannya.

“Keadilan dalam rumah tangga adalah inti ajaran Islam, di mana setiap pasangan memiliki hak dan tanggung jawab yang saling menyeimbangkan.”¹⁷

Pemikiran “Marriage is Scary” lahir dari persepsi negatif dan pengalaman pribadi yang belum tentu berlaku universal. Islam memandang pernikahan sebagai sesuatu yang fitri, suci, dan membawa banyak keberkahan. Dengan niat yang lurus, pemahaman syariat yang benar, serta kesiapan mental dan spiritual, pernikahan bukan hal yang menakutkan, tetapi menjadi pintu menuju ketenangan dan kebahagiaan hidup.

4. Relevansi Sosial dan Dukungan Ilmiah

a. Data Ilmiah tentang Pernikahan yang Harmonis

Sebuah studi dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) menunjukkan bahwa mayoritas pasangan menikah di Indonesia mengaku bahagia, meskipun tantangan tetap ada. Dalam Survei Kehidupan Keluarga Indonesia (SKKI) tahun 2019, lebih dari 60% pasangan merasa puas dengan kehidupan rumah tangga mereka, dan hanya sebagian kecil yang mengalami konflik berat secara terus-menerus.¹⁸ Ini menunjukkan bahwa *ketakutan terhadap pernikahan* tidak sepenuhnya didasarkan pada realitas sosial, tetapi lebih pada narasi pribadi yang terumbar di media sosial dan viralitas pengalaman negatif.

b. Peran Pendidikan Pra-Nikah

Narasi “*Marriage is Scary*” seringkali muncul karena minimnya kesiapan dan edukasi sebelum menikah. Oleh karena itu, Islam dan negara menganjurkan adanya edukasi pra-nikah. Dalam program *Bimbingan Perkawinan* Kementerian Agama, pasangan diajarkan keterampilan komunikasi, manajemen konflik, dan pengetahuan hak-hak keluarga. “Pendidikan pra-nikah sangat penting untuk membentuk keluarga harmonis dan

¹⁵ Jasser Auda, *Maqasid al-Shariah as Philosophy of Islamic Law*, IIIT, 2008, hlm. 81.

¹⁶ Ahmad Azhar Basyir, *Hukum Perkawinan Islam*, UII Press, 2006, hlm. 15.

¹⁷ Hasbi Ash-Shiddieqy, *Hukum Perkawinan Islam*, Pustaka Rizki Putra, 2001, hlm. 54.

¹⁸ Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA), *Survei Kehidupan Keluarga Indonesia*, 2019, hlm. 14.

menurunkan angka perceraian.”¹⁹

- c. Konstruksi Sosial di Era Digital Pemikiran seperti “marriage is scary” sering kali dipicu oleh pengalaman pribadi yang *diviralkan*, menciptakan bias sosial terhadap pernikahan. Namun Islam mengajarkan bahwa pernikahan adalah jalan ibadah, dan tidak selayaknya ditakuti hanya karena narasi orang lain. “Media sosial dapat membentuk konstruksi sosial negatif terhadap pernikahan, meski pada kenyataannya sebagian besar pasangan menikah hidup dalam keadaan normal dan bahagia.”²⁰

Pernikahan bukanlah institusi yang menakutkan jika dijalani dengan ilmu, iman, dan kesiapan. Islam telah membangun fondasi kokoh dalam pernikahan melalui syariat yang adil, kasih sayang, dan akhlak. Narasi “*Marriage is Scary*” hanyalah gambaran sepihak yang perlu diluruskan dengan pemahaman komprehensif dan pendekatan spiritual yang benar.

G. Manfaat dan Keistimewaan Pernikahan dalam Islam

1. Menjaga Fitrah dan Naluri Manusia

Pernikahan merupakan jalan untuk menyalurkan kebutuhan biologis dan emosional secara halal dan terhormat. Islam tidak memandang hubungan laki-laki dan perempuan hanya sebatas kebutuhan fisik, tetapi sebagai bagian dari penyempurnaan keimanan dan kemanusiaan.

"Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antaramu rasa kasih dan sayang."— (QS. Ar-Rum: 21)

Menurut tafsir Al-Maraghi, ayat ini menekankan bahwa rasa tenang dan kasih sayang tidak dapat dirasakan secara utuh kecuali melalui pernikahan yang sah dan diberkahi.²¹

2. Menyempurnakan Agama

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Apabila seorang hamba menikah, maka ia telah menyempurnakan separuh dari agamanya. Maka hendaklah ia bertakwa kepada Allah dalam separuh yang lainnya."— (HR. Baihaqi, dalam *Syu'abul Iman*, no. 5486 – Hadis ini hasan)

Pernikahan menjadi sarana penjagaan diri dari dosa dan maksiat, serta ladang amal melalui tanggung jawab dan kasih sayang dalam rumah tangga.²²

3. Sarana Mendapatkan Keturunan yang Saleh

Islam mendorong umatnya untuk memperbanyak keturunan sebagai kelangsungan generasi tauhid. Anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga islami adalah investasi pahala jangka panjang bagi orang tuanya.

"Jika anak Adam mati, maka terputuslah amalnya kecuali dari tiga hal: sedekah jariyah, ilmu yang bermanfaat, dan anak saleh yang mendoakannya."— (HR. Muslim, no. 1631)²³.

4. Menjadi Ladang Ibadah dan Pahala

Pernikahan dalam Islam adalah ibadah yang terus berlangsung selama suami-istri menjalankan rumah tangga sesuai syariat. Bahkan hubungan intim suami istri pun dihitung sebagai sedekah.

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Dan di kemaluan salah seorang dari kalian ada sedekah." Para sahabat bertanya, "Apakah ketika seseorang melampiaskan syahwatnya ia mendapat pahala?" Rasulullah

¹⁹ Eka Sri Wahyuni, “Peran Bimbingan Pra-Nikah terhadap Penurunan Angka Perceraian di Indonesia”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 9 No. 2, 2021, hlm. 112

²⁰ Nurhadi dan Anisa Rahmawati, “Narasi Pernikahan dalam Media Sosial”, *Jurnal Ilmu Komunikasi*, Vol. 10 No. 1, 2022, hlm. 28

²¹ Ahmad Musthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, terj. Bahrnun Abu Bakar, Semarang: Toha Putra, 2000, jilid 7, hlm. 147.

²² Imam Baihaqi, *Syu'abul Iman*, Beirut: Darul Kutub Al-Ilmiyyah, 2003, hadis no. 5486.

²³ Imam Muslim, *Shahih Muslim*, Beirut: Dar Ihya' al-Turats al-Arabi, 1991, no. 1006.

menjawab, "Bukankah jika ia menyalurkannya pada yang haram, ia berdosa? Maka jika ia menyalurkannya pada yang halal, ia mendapat pahala." — (HR. Muslim, no. 1006)²⁴.

H. Sikap Seorang Muslim (Khususnya Laki-laki) terhadap Tren “Marriage is Scary”

1. Meluruskan Pemahaman dengan Ilmu

Seorang Muslim wajib menghadapi tren seperti “*Marriage is Scary*” dengan ilmu, bukan ikut menyebarkan rasa takut yang tidak berdasar. Islam mengajarkan bahwa pernikahan adalah fitrah dan ibadah, bukan sesuatu yang perlu ditakuti.

“Maka bertanyalah kepada orang yang mempunyai pengetahuan jika kamu tidak mengetahui.”

— (QS. An-Nahl: 43)

Pernikahan bukan sekadar hubungan sosial, tetapi bagian dari ketaatan kepada Allah. Maka, penting bagi laki-laki Muslim untuk membentengi diri dengan pengetahuan syar’i dan menyebarkannya secara bijak kepada lingkungan sekitarnya²⁵.

2. Menjadi Qawwam (Pemimpin) dalam Keluarga

Laki-laki dalam Islam ditunjuk sebagai pemimpin rumah tangga (qawwam). Artinya, ia harus memiliki visi, tanggung jawab, dan kekuatan moral dalam membina rumah tangga, termasuk menjaga dari ide dan tren yang dapat merusak nilai-nilai pernikahan.

“Kaum laki-laki adalah pemimpin bagi kaum wanita, karena Allah telah melebihkan sebagian mereka atas sebagian yang lain dan karena mereka telah menafkahkan sebagian dari harta mereka...”

— (QS. An-Nisa: 34)

Sebagai pemimpin, laki-laki bertanggung jawab menanamkan nilai-nilai Islam, memperkuat spiritualitas dalam rumah tangga, serta membimbing istri dan anak-anak agar tidak terpengaruh oleh tren negatif seperti ketakutan terhadap pernikahan²⁶.

3. Memberi Teladan Pernikahan yang Baik

Rasulullah ﷺ adalah suri teladan terbaik dalam kehidupan berumah tangga. Laki-laki Muslim semestinya menjadikan beliau sebagai panutan dalam bersikap terhadap istri, penuh kasih, lembut, dan tanggung jawab.

“Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap keluarganya, dan aku adalah yang paling baik terhadap keluargaku.”— (HR. Tirmidzi, no. 3895 – *hadits sahih*)²⁷

Dengan menampilkan perilaku rumah tangga yang sehat dan harmonis, maka laki-laki Muslim dapat menjadi contoh positif bahwa pernikahan tidak menakutkan, justru menyenangkan dan penuh pahala.

5. Mengajak Dialog, Bukan Menghakimi

Tren “*Marriage is Scary*” sering muncul dari pengalaman negatif atau ketakutan akan kegagalan rumah tangga. Sikap terbaik adalah berdialog dan memberi perspektif yang sehat, bukan menghakimi atau menyudutkan.

Mengutip dari jurnal “*The Role of Family Counseling in Minimizing Marital Failure*”, dialog dan pendidikan keluarga sangat efektif dalam mengurangi kecemasan pranikah dan memperbaiki persepsi generasi muda terhadap pernikahan²⁸.

Laki-laki Muslim harus menjadi pionir dalam melawan narasi negatif seperti “*Marriage is Scary*”. Dengan bekal ilmu, keteladanan, kepemimpinan dalam rumah tangga, serta kesungguhan dalam menjaga keluarga dari pengaruh luar yang merusak, maka pernikahan akan menjadi sarana ibadah dan ketenangan, bukan sumber ketakutan.

²⁴ Abu Dawud, *Sunan Abu Dawud*, Beirut: Dar al-Fikr, 1990, no. 2130.

²⁵ Muhammad Ali Ash-Shabuni, *Tafsir Ayat al-Ahkam*, terj. As'ad Yasin, Jakarta: Gema Insani, 2001, hlm. 211.

²⁶ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, Jakarta: Gema Insani, 2007, jilid 9, hlm. 33–34.

²⁷ Abu Isa At-Tirmidzi, *Sunan At-Tirmidzi*, Beirut: Dar al-Gharb al-Islami, no. 3895.

²⁸ Zainab A. Ibrahim, "The Role of Family Counseling in Minimizing Marital Failure," *International Journal of Social Science Studies*, Vol. 7 No. 3 (2019), hlm. 60–65.

SIMPULAN

Istilah "Marriage is Scary" sering kali terdengar dalam diskusi-diskusi populer di media sosial, terutama di kalangan generasi muda. Narasi ini mengandung nuansa ketakutan, trauma, atau pandangan pesimis terhadap pernikahan, seolah-olah pernikahan adalah sesuatu yang harus dihindari. Namun, jika dikaji lebih dalam, pernyataan tersebut sesungguhnya kurang tepat secara substansi dan generalisasi.

Pernikahan tidak pada hakikatnya menakutkan. Justru, pernikahan adalah fitrah insani yang diberkahi oleh Allah SWT sebagai jalan sakinah, mawaddah, dan rahmah (QS. Ar-Rum: 21). Yang menjadikannya "menakutkan" bukanlah pernikahannya, melainkan kurangnya kesiapan pribadi dalam hal emosional, spiritual, finansial, dan tanggung jawab sosial.

Oleh karena itu, narasi yang lebih tepat seharusnya adalah:

"Marriage could be scary if we are not prepared."

Ketakutan akan pernikahan lahir karena banyak individu yang masuk ke dalam institusi ini tanpa bekal ilmu, tanpa kematangan jiwa, dan tanpa kesadaran akan tanggung jawab besar yang menyertainya. Hal ini ditegaskan dalam berbagai literatur fikih dan psikologi keluarga, bahwa persiapan sebelum menikah merupakan bagian penting dari membangun rumah tangga yang sehat dan berkah1.

Islam menekankan pentingnya ilmu sebelum amal. Imam al-Ghazali bahkan menyatakan bahwa menikah tanpa ilmu bagaikan orang buta yang berjalan tanpa tongkat. Maka, sangat wajar jika yang muncul kemudian bukan kebahagiaan, melainkan kebingungan dan kegagalan.

Jadi, marriage is not inherently scary, yaitu pada dasarnya tidak menakutkan. Pernikahan menjadi sulit hanya ketika kita tidak siap secara ilmu, mental, dan spiritual. Tugas kita sebagai umat Islam bukan menjauh dari pernikahan, tetapi mempersiapkan diri dengan baik, belajar dari sumber-sumber yang sahih, dan membangun kesadaran kolektif bahwa pernikahan adalah ladang pahala dan bagian dari penyempurnaan agama.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulumuddin*. Beirut: Dar al-Fikr, 2005.
- Al-Maraghi, Ahmad Musthafa. *Tafsir al-Maraghi*. Kairo: Dar al-Fikr, 2001.
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*. Damaskus: Dar al-Fikr, 1985.
- Badan Pusat Statistik. *Statistik Perceraian Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: BPS, 2023.
- Baihaqi, Abu Bakar Ahmad. *Syu'ab al-Iman*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2003.
- Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung Republik Indonesia. *Laporan Tahunan Perkara Perceraian Tahun 2022*. Jakarta: Ditjen Badilag MA-RI, 2023.
- Finkel, Eli J., et al. "The Suffocation of Marriage: Climbing Mount Maslow Without Enough Oxygen." *Psychological Inquiry* 25, no. 1 (2014): 1–41.
- Huang, Xinyi. "Social Media, Love, and Doubt: Youth Responses to Short Couple Videos in China." *New Media & Society* (2024). <https://doi.org/10.1177/1461444824123456>.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. *Modul Bimbingan Perkawinan*. Jakarta: Dirjen Bimas Islam, 2022.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. *Survei Kehidupan Keluarga Indonesia (SKKI) 2019*. Jakarta: KPPPA, 2020.
- Muslim, Imam. *Sahih Muslim*. Beirut: Dar Ihya' al-Turats al-'Arabi, 2001.
- Papp, Lauren M., Tara Danielewicz, dan E. Mark Cummings. "Are Social Media Ruining Marriage?" *Computers in Human Behavior* 104 (2020): 1–9.
- Tirmidzi, Abu Isa. *Sunan at-Tirmidzi*. Beirut: Dar Ihya' al-Turats al-'Arabi, 2000.
- Zed, Mestika. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004.