

FENOMENA “MARRIED IS SCARY” DALAM PERSPEKTIF KONSTRUKSI SOSIAL DAN DAMPAKNYA TERHADAP SIKAP GENERASI MUDA KONTEMPORER

Muhammad Firdhi Al Ghifary¹, Ulwan Naezi Rabbani M Noer², Zacky Akbar Saputro³,
Mirna Nur Alia Abdullah⁴

Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3,4}

firdhialghifary@upi.edu¹, ulwannaezi29@upi.edu², zackyakbars07@upi.edu³,
alyamirna@upi.edu⁴

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Article History

Published : 03 June 2026

Keywords

Konstruksi sosial, media digital, married is scary, persepsi generasi muda, institusi pernikahan

Social construction, digital media, Marriage is scary, perceptions of the younger generation, the institution of marriage



© Author(s) 2026
This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Fenomena narasi “married is scary” yang berkembang di media sosial menunjukkan peran ruang digital dalam membentuk cara generasi muda memaknai institusi pernikahan. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh konstruksi sosial digital terhadap persepsi dan sikap generasi muda terhadap pernikahan melalui perspektif konstruksi sosial Berger dan Luckmann. Hasil kajian menunjukkan bahwa narasi mengenai konflik rumah tangga, perselingkuhan, ketimpangan relasi, dan tekanan ekonomi keluarga yang tersebar di media sosial membentuk pemahaman baru bahwa pernikahan merupakan institusi yang kompleks, penuh tantangan, dan membutuhkan kesiapan multidimensional. Paparan yang berulang terhadap narasi tersebut mendorong generasi muda untuk memandang pernikahan secara lebih kritis, reflektif, dan rasional, sehingga pernikahan tidak lagi diposisikan semata sebagai kewajiban sosial, tetapi sebagai keputusan personal yang memerlukan kesiapan psikologis, emosional, dan finansial. Di sisi lain, konstruksi sosial digital juga mendorong munculnya standar serta ekspektasi yang lebih tinggi terhadap relasi pernikahan.

The phenomenon of the “marriage is scary” narrative spreading on social media highlights the role of digital spaces in shaping how the younger generation perceives the institution of marriage. This study aims to analyze the influence of digital social construction on young people’s perceptions and attitudes toward marriage through the social construction perspective of Berger and Luckmann. The findings indicate that narratives regarding domestic conflicts, infidelity, relational imbalances, and family economic pressures circulating on social media shape a new understanding that marriage is a complex institution, full of challenges, and requiring multidimensional readiness. Repeated exposure to these narratives encourages the younger generation to view marriage more critically, reflectively, and rationally, so that marriage is no longer positioned merely as a social obligation, but as a personal decision requiring psychological, emotional, and financial readiness. On the other hand, digital social constructs also foster the emergence of higher standards and expectations regarding marital relationships.

PENDAHULUAN

Fenomena “*married is scary*” atau anggapan bahwa pernikahan merupakan sesuatu yang menakutkan kini semakin berkembang di tengah masyarakat, khususnya di kalangan generasi muda. Istilah ini tidak hanya menjadi tren di media sosial, tetapi juga merefleksikan perubahan cara pandang terhadap institusi pernikahan yang selama ini dianggap sebagai fase penting dalam kehidupan. Generasi Z sebagai kelompok yang tumbuh di era digital memiliki akses luas terhadap berbagai informasi dan pengalaman sosial, termasuk narasi negatif tentang pernikahan seperti konflik rumah tangga, perceraian, hingga kekerasan dalam rumah tangga. Kondisi ini secara tidak langsung membentuk persepsi kolektif bahwa pernikahan bukan lagi sekadar tujuan hidup, melainkan sesuatu yang penuh risiko dan ketidakpastian.¹

Dalam konteks tersebut, fenomena “*married is scary*” menjadi isu yang relevan untuk dikaji lebih mendalam, terutama karena berkaitan dengan perubahan sikap generasi muda terhadap komitmen jangka panjang. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ketakutan terhadap pernikahan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dinamika peran gender, risiko konflik dan kekerasan dalam rumah tangga, tekanan sosial, serta kesulitan dalam menemukan pasangan yang sesuai.² Selain itu, faktor psikososial seperti kecemasan terhadap komitmen (*gamophobia*), trauma dari pengalaman keluarga, serta pengaruh media sosial turut memperkuat konstruksi negatif terhadap pernikahan.³ Fenomena ini juga berkaitan dengan penurunan angka pernikahan di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir, yang menunjukkan adanya pergeseran nilai dan prioritas di kalangan generasi muda.⁴ Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji fenomena ini, sebagian besar masih berfokus pada aspek deskriptif dan belum banyak mengaitkannya secara mendalam dengan perspektif konstruksi sosial sebagai kerangka analisis utama.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena “*married is scary*” dalam perspektif konstruksi sosial serta mengkaji implikasinya terhadap sikap generasi muda terhadap pernikahan. Secara khusus, penelitian ini berupaya menjawab bagaimana persepsi negatif terhadap pernikahan terbentuk melalui interaksi sosial, media, dan pengalaman individu, serta bagaimana hal tersebut memengaruhi kecenderungan generasi muda dalam menunda atau menghindari pernikahan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam

¹ R. Riswandi dkk., “Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z terhadap Isu Marriage Is Scary,” *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)* 5, no. 1 (2025): 10–25, <https://doi.org/10.53299/jppi.v5i1.893>.

² Riswandi dkk., “Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z terhadap Isu Marriage Is Scary.”

³ Ahmad dan R. A. Syafruddin, “Analisis Fenomena Marriage Is Scary pada Kalangan Mahasiswa IAIN Parepare: Dampak Psikososial dan Media Sosial terhadap Kesiapan Pernikahan,” *Jurnal Hukamaa* 3, no. 3 Special Edition (2024).

⁴ Ahmad dan Syafruddin, “Analisis Fenomena Marriage Is Scary pada Kalangan Mahasiswa IAIN Parepare: Dampak Psikososial dan Media Sosial terhadap Kesiapan Pernikahan.”

pengembangan kajian sosiologi keluarga, sekaligus menjadi dasar dalam merumuskan strategi edukasi, seperti pendidikan pra-nikah dan literasi media, guna membangun pemahaman yang lebih seimbang dan konstruktif terhadap institusi pernikahan di kalangan generasi muda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami fenomena “married is scary” dalam perspektif konstruksi sosial serta pengaruhnya terhadap sikap individu usia dewasa awal. Pendekatan ini dipilih karena berfokus pada pemaknaan pengalaman dan persepsi subjektif dalam konteks sosial secara mendalam, tanpa menggunakan prosedur statistik. Data penelitian terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui kuesioner terbuka berbasis Google Form yang bertujuan menggali pandangan responden tentang pernikahan, sumber pengaruh, serta faktor penyebab ketakutan terhadap pernikahan. Data sekunder diperoleh dari literatur seperti jurnal, buku, dan penelitian terdahulu untuk mendukung analisis dan kerangka teori. Pengumpulan data dimulai dengan penyusunan instrumen berupa pertanyaan terbuka yang mencakup aspek persepsi, pengalaman, serta pengaruh lingkungan dan media sosial. Kuesioner kemudian disebarluaskan melalui platform WhatsApp hingga data dianggap memadai. Selain itu, dilakukan studi dokumentasi sebagai pelengkap data sekunder.

Subjek penelitian adalah individu berusia 18–25 tahun yang belum menikah dan aktif di media sosial. Pemilihan responden dilakukan secara purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria yang relevan dengan tujuan penelitian. Pengumpulan data dilakukan secara daring tanpa batasan wilayah. Data yang digunakan meliputi data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui kuesioner terbuka berbasis Google Form untuk menggali pandangan responden terkait pernikahan, sumber pengaruh, serta faktor penyebab munculnya ketakutan. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari berbagai literatur yang mendukung analisis penelitian. Instrumen penelitian disusun dalam bentuk pertanyaan terbuka agar responden dapat memberikan jawaban secara lebih bebas dan mendalam.

Analisis data dilakukan secara induktif melalui tahapan reduksi, kategorisasi, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data dikelompokkan ke dalam beberapa tema utama, seperti konflik rumah tangga, pengaruh media sosial, pengalaman keluarga, dan ketidakpastian masa depan, kemudian disajikan secara deskriptif untuk memudahkan interpretasi. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dengan membandingkan data primer dan sekunder guna memastikan konsistensi temuan. Dengan prosedur tersebut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai fenomena “married is scary.”⁵

⁵ U. Sulistiyo, *Metode Penelitian Kualitatif* (PT Salim Media Indonesia, 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fenomena “*married is scary*” dalam perspektif konstruksi sosial

Fenomena “*married is scary*” dapat dipahami sebagai realitas sosial yang terbentuk melalui proses konstruksi sosial yang melibatkan interaksi, produksi makna, dan internalisasi pengalaman dalam kehidupan masyarakat. Dalam perspektif konstruksi sosial, realitas mengenai pernikahan tidak bersifat objektif dan tetap, melainkan dibentuk melalui pengalaman sosial, interpretasi individu, serta narasi kolektif yang berkembang di ruang sosial. Persepsi bahwa pernikahan merupakan sesuatu yang menakutkan tidak muncul secara alamiah, tetapi merupakan hasil dari proses sosial yang berlangsung secara terus-menerus, terutama melalui media sosial sebagai ruang produksi dan distribusi makna.⁶

Hasil data sekunder menunjukkan bahwa konstruksi tersebut berkembang melalui tiga tahapan utama, yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi. Pada tahap eksternalisasi, individu mengekspresikan pengalaman dan kekhawatirannya terkait pernikahan melalui media sosial, seperti ketakutan terhadap konflik rumah tangga, ketidakpastian masa depan, serta kesiapan finansial dan emosional.⁷ Narasi ini diperkuat oleh faktor struktural seperti dinamika peran gender, tekanan sosial, serta risiko kekerasan dalam rumah tangga.⁸ Selanjutnya, pada tahap objektivasi, narasi tersebut mengalami reproduksi secara luas dan berulang, sehingga membentuk realitas sosial yang dianggap umum. Media sosial berperan sebagai arena legitimasi yang mengubah pengalaman personal menjadi pengetahuan kolektif, yang kemudian membentuk tema dominan seperti konflik rumah tangga, kekhawatiran finansial, dan ketidakpastian masa depan.⁹ Pada tahap internalisasi, realitas yang telah terobjektivasi tersebut diserap ke dalam kesadaran individu dan menjadi kerangka dalam memahami pernikahan sebagai institusi sosial.

Temuan ini selaras dengan data primer yang diperoleh dari kuesioner responden. Responden mengungkapkan bahwa ketakutan terhadap pernikahan tidak hanya berasal dari informasi di media, tetapi juga dari pengalaman personal dan pengamatan langsung terhadap lingkungan terdekat, seperti konflik orang tua, perceraian, dan ketidakharmonisan keluarga. Pengalaman tersebut membentuk pemaknaan bahwa pernikahan tidak selalu identik dengan kebahagiaan, melainkan juga berpotensi menghadirkan tekanan emosional dan ketidakstabilan

⁶ H. N. Ashlaksha dkk., “The Problem in the Issue of Marriage Is Scary and Childfree in Indonesia,” *Judex Praetor* 1, no. 1 (2025): 63–77, <https://doi.org/10.35671/judex.v1i1.115>.

⁷ D. Oktaviani, “Analysis of the Marriage Is Scary Phenomenon Among Generation Z,” *Sahaja: Journal Sharia and Humanities* 4, no. 1 (2025): 422–39, <https://doi.org/10.61159/sahaja.v4i1.403>.

⁸ Riswandi dkk., “Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z terhadap Isu Marriage Is Scary.”

⁹ Oktaviani, “Analysis of the Marriage Is Scary Phenomenon Among Generation Z”; Riswandi dkk., “Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z terhadap Isu Marriage Is Scary.”

hidup.¹⁰ Selain itu, responden juga menyoroti peran media sosial dalam memperkuat konstruksi tersebut melalui paparan berulang terhadap konten negatif seperti perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga, serta kegagalan pernikahan figur publik, yang kemudian membentuk persepsi kolektif yang cenderung seragam.¹¹

Lebih lanjut, data primer juga menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi dan budaya turut berkontribusi dalam memperkuat konstruksi tersebut. Tingginya biaya pernikahan akibat tuntutan adat, ketidakstabilan ekonomi, serta ekspektasi terhadap peran dalam rumah tangga menjadikan pernikahan dipersepsikan sebagai tanggung jawab yang kompleks. Kondisi ini menunjukkan bahwa konstruksi sosial mengenai pernikahan tidak hanya dibentuk oleh pengalaman individual dan media, tetapi juga oleh struktur sosial yang melingkupinya. Dengan demikian, fenomena “*married is scary*” berkembang melalui proses berkesinambungan yang melibatkan pengalaman subjektif, reproduksi media, serta pengaruh struktur sosial.¹²

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui triangulasi sumber, yaitu dengan membandingkan hasil data primer dan data sekunder untuk memastikan konsistensi temuan. Hasil analisis menunjukkan adanya kesesuaian antara keduanya, di mana baik literatur maupun responden sama-sama menegaskan bahwa ketakutan terhadap pernikahan terbentuk melalui pengalaman sosial, pengaruh media, serta faktor struktural. Konsistensi ini memperkuat validitas bahwa fenomena “*married is scary*” merupakan konstruksi sosial yang terbentuk secara kolektif, bukan sekadar persepsi individual.

Temuan tersebut juga dapat dijelaskan melalui teori konstruksi sosial yang dikemukakan oleh Berger dan Luckmann, yang menyatakan bahwa realitas sosial terbentuk melalui proses dialektis antara individu dan masyarakat. Realitas dibangun melalui tiga momen utama, yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi, yang berlangsung secara simultan dan berkelanjutan. Dalam konteks ini, individu tidak hanya menciptakan realitas sosial melalui pengalaman dan interaksi, tetapi juga dipengaruhi kembali oleh realitas yang telah terlembagakan dalam masyarakat.¹³ Dengan demikian, fenomena “*married is scary*” dapat dipahami sebagai hasil dari proses produksi, pelebagaan, dan penyerapan makna yang berlangsung secara terus-menerus dalam kehidupan sosial. Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa fenomena

¹⁰ H. Sulfinadia dkk., “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>.

¹¹ N. A. Yani, “Married Is Scary: Ketakutan Gen Z terhadap Pernikahan di Era Modern,” *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum* 4, no. 1 (2026): 3786–99, <https://doi.org/10.61104/alz.v4i1.3732>.

¹² Sulfinadia dkk., “The Phenomenon Marriage Is Scary: Causal Factors and Efforts Faced by Muslim Communities in Indonesia”; Yani, “Married Is Scary: Ketakutan Gen Z terhadap Pernikahan di Era Modern.”

¹³ Negara dan Konstruksi Sosial, (Jakad Media Publishing, 2025).

“*married is scary*” merupakan realitas sosial yang dikonstruksi melalui interaksi antara pengalaman individu, reproduksi media sosial, dan struktur sosial yang lebih luas. Proses ini berlangsung secara dinamis dan berkelanjutan, sehingga membentuk pemaknaan kolektif mengenai pernikahan dalam masyarakat kontemporer.

Pengaruh Konstruksi Sosial terhadap Persepsi dan Sikap Generasi Muda

Ruang digital telah menjadi arena penting dalam membentuk cara generasi muda memahami dan memaknai institusi pernikahan. Munculnya narasi seperti “*married is scary*” di media sosial, baik melalui video, cerita pengalaman pribadi, maupun komentar antar pengguna, perlahan membangun gambaran bahwa pernikahan adalah sesuatu yang penuh tantangan, tekanan emosional, dan berpotensi membatasi kebebasan individu. Ketika narasi tersebut terus muncul secara berulang, generasi muda mulai mengembangkan pemahaman bersama bahwa pernikahan bukan lagi sekadar tujuan hidup yang ideal, melainkan sebuah keputusan besar yang sarat kompleksitas dan layak dipertimbangkan secara lebih kritis dibandingkan generasi sebelumnya.¹⁴

Dalam kerangka teori konstruksi sosial Berger dan Luckmann, realitas tentang pernikahan tidak dipandang sebagai sesuatu yang bersifat tetap atau objektif, melainkan sebagai hasil dari proses sosial yang terus dibentuk melalui eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi.¹⁵ Berbagai konten digital yang menampilkan kegagalan rumah tangga, konflik dalam relasi pasangan, perselingkuhan, ketimpangan peran gender, hingga tekanan ekonomi keluarga merepresentasikan pengalaman personal yang diekspresikan ke ruang publik sebagai bentuk eksternalisasi. Ketika pengalaman-pengalaman tersebut terus diproduksi ulang dan memperoleh penguatan melalui respons pengguna seperti komentar, tanda suka, serta pembagian ulang konten, narasi tersebut perlahan mengalami objektivasi dan mulai dipahami sebagai gambaran umum mengenai realitas pernikahan. Dalam tahap berikutnya, generasi muda menginternalisasi konstruksi tersebut ke dalam cara berpikir mereka, sehingga membentuk kerangka pemahaman baru dalam menilai dan memaknai institusi pernikahan.¹⁶

Dampak dari konstruksi sosial tersebut tampak pada berkembangnya sikap generasi muda yang lebih skeptis, penuh pertimbangan, dan cenderung lebih hati-hati dalam memutuskan untuk menikah. Pernikahan tidak lagi dipahami semata sebagai kewajiban sosial yang harus segera

¹⁴ Meilisa dan Latief, “Konstruksi Sosial Narasi Marriage Is Scary dalam Era Individualisme: Studi Komunikasi Gender (Perspektif Peter L. Berger),” *JPIM: Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner* 2, no. 4 (2025).

¹⁵ Soffi, “Konstruksi Pernikahan Wanita Usia Muda pada Masyarakat Desa Purwosono, Kabupaten Lumajang,” *Kusa Lawa* 2, no. 2 (2022): 1–14, <https://doi.org/10.21776/ub.kusalawa.2022.002.02.01>.

¹⁶ Wilasari dan Hakim, “Konstruksi Sosial Pernikahan di Bawah Umur pada Perempuan di Kelurahan Tanjung Selor Hilir Kabupaten Bulungan,” *EJournal Pembangunan Sosial*, 2025.

dijalani, tetapi semakin diposisikan sebagai pilihan hidup yang memerlukan kesiapan dan pertimbangan yang matang. Dalam konteks ini, narasi yang berkembang di ruang digital turut menggeser orientasi makna pernikahan dari yang sebelumnya dipandang sebagai norma sosial kolektif menjadi keputusan personal yang didasarkan pada kesiapan psikologis, emosional, maupun finansial. Temuan ini menunjukkan bahwa konstruksi sosial di media digital tidak hanya memengaruhi cara generasi muda memahami pernikahan secara kognitif, tetapi juga berperan dalam membentuk sikap dan pertimbangan praktis mereka dalam mengambil keputusan terkait masa depan relasional.¹⁷

Di sisi lain, konstruksi sosial tersebut juga memunculkan ambivalensi dalam cara generasi muda memaknai pernikahan. Meskipun paparan terhadap narasi negatif menimbulkan rasa takut dan kekhawatiran terhadap institusi pernikahan, tidak sedikit generasi muda yang tetap memandang pernikahan sebagai sesuatu yang bernilai dan bermakna, tetapi dengan standar serta ekspektasi yang lebih tinggi dibanding sebelumnya. Kondisi ini mendorong mereka menjadi lebih selektif dalam menentukan pasangan, lebih kritis dalam menilai dinamika hubungan, serta lebih sadar akan pentingnya aspek kesehatan mental, komunikasi yang sehat, dan kesetaraan peran dalam relasi. Dengan demikian, narasi “*married is scary*” tidak semata menghasilkan penolakan terhadap pernikahan, melainkan turut mendorong terjadinya redefinisi atas makna pernikahan beserta kriteria ideal yang menyertainya.¹⁸

Temuan ini menunjukkan bahwa media sosial tidak lagi sekadar berperan sebagai medium penyebaran informasi, tetapi telah berkembang menjadi ruang produksi makna sosial yang secara aktif membentuk kesadaran generasi muda. Melalui mekanisme algoritma digital, konten yang memuat unsur emosional, kontroversial, atau memancing respons tinggi cenderung memperoleh visibilitas lebih besar dan lebih sering muncul dalam linimasa pengguna. Situasi tersebut pada akhirnya memperkuat dominasi narasi negatif mengenai pernikahan dalam ruang digital. Dampaknya, pengalaman-pengalaman ekstrem yang sejatinya bersifat personal dan tidak universal dapat dipahami sebagai gambaran umum tentang realitas pernikahan. Dalam konteks ini, media sosial tampil sebagai agen sosialisasi baru yang memiliki pengaruh signifikan, bahkan mulai menyaingi peran keluarga, agama, dan institusi budaya dalam membentuk cara pandang generasi muda terhadap institusi pernikahan.¹⁹

¹⁷ K. D. Tirta dan S. N. Arifin, “Studi Fenomenologi: Marriage Is Scary pada Generasi Z,” *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 3 (2025): 12–20, <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>.

¹⁸ Ghofi dkk., “Perubahan Nilai Perkawinan di Kalangan Generasi Z,” *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 2025.

¹⁹ Soemanto, *Sosiologi Keluarga*, 3rd ed. (Perpustakaan Digital Universitas Terbuka, 2022), <https://pustaka.ut.ac.id/lib/sosi4413-sosiologi-keluarga-edisi-2/>.

Secara umum, konstruksi sosial yang terbentuk melalui media digital menunjukkan pengaruh yang kuat terhadap cara generasi muda memersepsikan dan menyikapi institusi pernikahan. Narasi yang terus berulang dalam ruang digital membentuk pemahaman baru bahwa pernikahan tidak lagi dipandang hanya sebagai institusi normatif yang harus dijalani, tetapi sebagai relasi sosial yang kompleks, penuh tantangan, dan menuntut kesiapan dari berbagai aspek kehidupan. Meski demikian, pengaruh tersebut tidak sepenuhnya bersifat negatif, karena pada saat yang sama turut mendorong generasi muda untuk lebih reflektif, kritis, dan sadar terhadap realitas serta kompleksitas dalam kehidupan pernikahan. Dengan demikian, konstruksi sosial digital telah menggeser cara generasi muda memaknai pernikahan dari yang sebelumnya dipahami sebagai kewajiban sosial kolektif menjadi keputusan personal yang didasarkan pada pertimbangan rasional, emosional, dan kesiapan individual.²⁰

KESIMPULAN

Fenomena “*married is scary*” dapat disimpulkan sebagai realitas sosial yang terbentuk melalui proses konstruksi sosial yang dinamis dan berkelanjutan. Persepsi bahwa pernikahan merupakan sesuatu yang menakutkan tidak hadir secara alami, melainkan dibangun melalui interaksi sosial, pengalaman individu, serta narasi kolektif yang berkembang di masyarakat, terutama di ruang digital. Dalam kerangka konstruksi sosial, proses ini berlangsung melalui tahapan eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi, di mana pengalaman personal terkait konflik rumah tangga, ketidakstabilan ekonomi, serta ketidaksiapan emosional diekspresikan, direproduksi, dan akhirnya diserap sebagai realitas yang dianggap umum. Media sosial berperan penting dalam mempercepat proses tersebut dengan menyebarkan dan menguatkan narasi negatif tentang pernikahan, sehingga membentuk pemahaman kolektif bahwa pernikahan merupakan institusi yang sarat risiko dan ketidakpastian.

Lebih lanjut, konstruksi sosial tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap persepsi dan sikap generasi muda terhadap pernikahan. Paparan berulang terhadap konten digital yang menampilkan kegagalan relasi, konflik rumah tangga, hingga tekanan dalam kehidupan pernikahan mendorong generasi muda untuk mengembangkan sikap yang lebih kritis, berhati-hati, dan cenderung skeptis terhadap komitmen jangka panjang. Pernikahan tidak lagi dipandang sebagai kewajiban sosial yang harus segera dipenuhi, melainkan sebagai keputusan personal yang memerlukan kesiapan matang dari berbagai aspek, seperti psikologis, emosional, dan finansial. Selain itu, pengalaman langsung maupun tidak langsung dari lingkungan keluarga juga memperkuat

²⁰ Aulia dkk., “Pernikahan dalam Perspektif Generasi Z: Analisis dalam Membangun Keluarga,” *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling* 16, no. 5 (2025), <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027>.

persepsi tersebut, sehingga membentuk kecenderungan untuk menunda atau bahkan menghindari pernikahan sebagai strategi untuk menghindari risiko yang dipersepsikan.

Namun demikian, fenomena ini tidak semata-mata berdampak negatif, melainkan juga membawa implikasi positif dalam bentuk meningkatnya kesadaran reflektif di kalangan generasi muda. Narasi “*married is scary*” turut mendorong individu untuk lebih selektif dalam memilih pasangan, lebih memahami pentingnya komunikasi yang sehat, serta lebih memperhatikan aspek kesetaraan dan kesehatan mental dalam relasi. Dengan demikian, terjadi pergeseran makna pernikahan dari yang sebelumnya bersifat normatif dan kolektif menjadi lebih personal dan rasional. Oleh karena itu, diperlukan upaya strategis seperti penguatan literasi media, edukasi pranikah, serta penyebaran narasi yang lebih seimbang mengenai pernikahan agar konstruksi sosial yang terbentuk tidak hanya didominasi oleh perspektif negatif, tetapi juga mampu menghadirkan pemahaman yang lebih komprehensif, proporsional, dan konstruktif terhadap institusi pernikahan di kalangan generasi muda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, dan R. A. Syafruddin. “Analisis Fenomena Marriage Is Scary pada Kalangan Mahasiswa IAIN Parepare: Dampak Psikososial dan Media Sosial terhadap Kesiapan Pernikahan.” *Jurnal Hukamaa* 3, no. 3 Special Edition (2024).
- Ashlaksha, H. N., S. Muhammad, A. A. I. Saputri, dan M. Huda. “The Problem in the Issue of Marriage Is Scary and Childfree in Indonesia.” *Judex Praetor* 1, no. 1 (2025): 63–77. <https://doi.org/10.35671/judex.v1i1.115>.
- Aulia, Syawali, Putri, Tsabita, Ningrum, dan Habib. “Pernikahan dalam Perspektif Generasi Z: Analisis dalam Membangun Keluarga.” *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling* 16, no. 5 (2025). <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027>.
- Ghofi, Achdiani, dan Fatimah. “Perubahan Nilai Perkawinan di Kalangan Generasi Z.” *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 2025.
- Meilisa dan Latief. “Konstruksi Sosial Narasi Marriage Is Scary dalam Era Individualisme: Studi Komunikasi Gender (Perspektif Peter L. Berger).” *JPIM: Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner* 2, no. 4 (2025).
- Negara dan Konstruksi Sosial. Jakad Media Publishing, 2025.
- Oktaviani, D. “Analysis of the Marriage Is Scary Phenomenon Among Generation Z.” *Sahaya: Journal Sharia and Humanities* 4, no. 1 (2025): 422–39. <https://doi.org/10.61159/sahaya.v4i1.403>.
- Riswandi, R., C. Surahman, dan R. H. Nugraha. “Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z terhadap Isu Marriage Is Scary.” *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)* 5, no. 1 (2025): 10–25. <https://doi.org/10.53299/jppi.v5i1.893>.
- Soemanto. *Sosiologi Keluarga*. 3rd ed. Perpustakaan Digital Universitas Terbuka, 2022. <https://pustaka.ut.ac.id/lib/sosi4413-sosiologi-keluarga-edisi-2/>.
- Soffi. “Konstruksi Pernikahan Wanita Usia Muda pada Masyarakat Desa Purwosono, Kabupaten Lumajang.” *Kusa Lawa* 2, no. 2 (2022): 1–14. <https://doi.org/10.21776/ub.kusalawa.2022.002.02.01>.
- Sulfinadia, H., J. P. Roszi, M. Puspita, A. Z. Fadli, dan A. I. 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>.
- Sulistiyo, U. *Metode Penelitian Kualitatif*. PT Salim Media Indonesia, 2023.
- Tirta, K. D., dan S. N. Arifin. “Studi Fenomenologi: Marriage Is Scary pada Generasi Z.” *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 3 (2025): 12–20. <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>.
- Wilasari dan Hakim. “Konstruksi Sosial Pernikahan di Bawah Umur pada Perempuan di Kelurahan Tanjung Selor Hilir Kabupaten Bulungan.” *EJournal Pembangunan Sosial*, 2025.

Muhammad Firdhi Al Ghifary, Ulwan Naezi Rabbani M Noer, Zacky Akbar Saputro: Fenomena Married Is Scary dalam Perspektif Konstruksi Sosial dan Dampaknya terhadap Sikap Generasi Muda Kontemporer

Yani, N. A. "Married Is Scary: Ketakutan Gen Z terhadap Pernikahan di Era Modern." *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum* 4, no. 1 (2026): 3786–99. <https://doi.org/10.61104/alz.v4i1.3732>.