Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Volume 2, Nomor 2, Januari 2025, pp 96-106
E-ISSN: 3030-9972
Open Access: https://journal.pipuswina.com/index.php/jippsi/about

Literasi Pendidikan PraNikah di tengah Kecenderungan *Married is Scary*: Kajian Netizen Tik Tok

Karimah[1*]
[1]Magister Interdisciplinary Islamic Studies, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
*E-mail Correspondence: *imakarimah72638@gmail.com*

Submitted: 31-12-2024 Accepted: 08-01-2025 Published: 08-01-2025

Abstrak
Fenomena *Married is Scary* yang Muncul di platform TikTok mencerminkan kecemasan generasi muda terhadap institusi pernikahan dalam konteks sosial yang semakin kompleks di era digital. Ketakutan ini tidak hanya bersifat individual tetapi mencakup dimensi psikologis, sosial, dan ekonomi. Konten media sosial yang dihasilkan oleh netizen menunjukkan kritik terhadap tekanan budaya, ketidaksetaraan gender, serta tantangan finansial yang dihadapi pasangan muda berkembang di media sosial terkait ketakutan terhadap pernikahan, sembari mengevaluasi potensi literasi pendidikan pranikah sebagai solusi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola literasi pendidikan pranikah yang berkembang di media sosial TikTok serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya tren tersebut. Penelitian ini menganalisis 7 video konten TikTok dengan tagar #marriedisscary dan #pendidikanpranika dengan menggunakan metode analisis konten kualitatif dan Etnografi. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi signifikan antara kurangnya literasi pranikah dengan ketakutan menikah, dimana peran konten TikTok sangat dominan dalam membentuk persepsi tentang pernikahan. Penelitian ini juga menggarisbawahi urgensi reformulasi pendidikan pranikah yang sesuai dengan kebutuhan generasi muda.

Kata Kunci: literasi pranikah, *married is scary*, TikTok, pendidikan pranikah, generasi muda.

Abstract
The phenomenon of "Married is Scary," emerging on the TikTok platform, reflects the anxiety of younger generations toward the institution of marriage within the increasingly complex social context of the digital era. This fear is not solely individual but encompasses psychological, social, and economic dimensions. User-generated content on social media highlights criticism of cultural pressures, gender inequality, and the financial challenges faced by young couples. This study evaluates the development of pre-marriage education literacy as a potential solution to this fear, as reflected in social media discourse. The research aims to analyze patterns of pre-marriage education literacy on TikTok and identify the factors contributing to the emergence of this trend. Using qualitative content analysis and netnographic methods, the study examines 7 video TikTok posts with hashtags #marriedisscary and #pendidikanpranikah. Findings reveal a significant correlation between the lack of pre-marriage literacy and fears surrounding marriage, with TikTok content playing a dominant role in shaping perceptions about

marriage. The study also emphasizes the urgency of reformulating pre-marriage education to align with the needs of the younger generation.

Keywords: *Premarital literacy, marriage is scary, TikTok, premarital education, and the younger generation.*

1. PENDAHULUAN

Pernikahan adalah satu pintu untuk mengesahkan hubungan laki-laki dan perempuan yang sah dalam upaya membangun kehidupan rumah tangga yang sejahtera. Seluk beluk pernikahan sudah banyak dipahami, akantetapi masih lebih banyak lagi yang perlu dipahami mulai dari pengertian hingga penerapannya di masyarakat. Pernikahan diambil dari Bahasa Arab nikah. Istilah nikah berasal dari akar kata nakaha, yankihu, nikahan, yang berarti condong, hubungan kelamin, dan transaksi (Mulia, 2020). Artinya dengan adanya pernikahan, suatu hubungan yang sebelumnya haram, menjadi halal buat laki-laki dan perempuan. Demikian juga dengan adanya pernikahan laki-laki dan perempuan diikat dengan sejumlah aturan dan ketentuan mengenai hak dan kewajiban satu sama lain. Fenomena 'married is scary' yang viral di media sosial, khususnya TikTok, telah mencerminkan pergeseran paradigma generasi muda terhadap institusi pernikahan. Data dari Kementerian Agama RI tahun 2023 menunjukkan penurunan angka pernikahan sebesar 15% pada kelompok usia 20-25 tahun, dengan salah satu faktor utamanya adalah ketakutan dan kecemasan terhadap pernikahan. Kondisi ini diperparah dengan minimnya literasi pendidikan pranikah yang berkualitas dan sesuai dengan karakteristik generasi digital. Di tengah era digital, TikTok telah menjadi platform dominan yang mempengaruhi cara pandang generasi muda tentang pernikahan, baik secara positif maupun negatif.

Media sosial telah menjadi cermin bagi berbagai kegelisahan generasi kontemporer, termasuk kecemasan terhadap institusi pernikahan. Di platform seperti TikTok, Tren *Married is Scary* telah mendapatkan perhatian luas, mencerminkan ketakutan generasi muda terhadap komitmen jangka panjang. Tren ini muncul tidak hanya sebagai hiburan semata, tetapi sebagai ekspresi nyata dari pergeseran nilai-nilai sosial dan psikologis yang memengaruhi cara individu memandang pernikahan (Boyd, D. M., & Ellison, N. B. 2007). Generasi muda saat ini menghadapi tantangan yang berbeda dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Ketidakstabilan ekonomi, meningkatnya biaya hidup, ekspektasi sosial yang berubah, serta ketidakpastian masa depan menjadi faktor utama yang menciptakan keraguan terhadap institusi pernikahan. Selain itu, ekspektasi peran gender yang semakin cair dan pengalaman trauma intergenerasi, seperti perceraian orang tua, turut memperparah ketakutan ini. Media sosial, dengan algoritma yang memperkuat bias konfirmasi, sering kali menampilkan sisi negatif pernikahan, sehingga memperbesar ketakutan yang sudah ada (Ahmad, A., & Roy, O. 2021).

Terdapat beberapa Penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa media sosial dapat memperkuat persepsi negatif terkait institusi tradisional, seperti pernikahan, terutama di kalangan generasi muda. Menurut Boyd dan Ellison (2007), platform digital memiliki kekuatan untuk membentuk identitas kolektif melalui narasi dan diskursus yang terus diproduksi dan direproduksi oleh pengguna. Dalam konteks ini, TikTok tidak hanya menjadi tempat berbagi pengalaman pribadi, tetapi juga menciptakan ruang untuk memperdebatkan norma-norma sosial yang mapan (Kepel, G. 2022).. Selain itu, penelitian oleh Amato dan Booth (1997) menunjukkan bahwa meningkatnya angka

perceraian dan konflik dalam pernikahan menjadi salah satu faktor yang membentuk ketakutan generasi muda terhadap komitmen jangka panjang. Fenomena ini, jika dipadukan dengan meningkatnya ekspektasi individu terhadap kebahagiaan personal, menempatkan pernikahan dalam posisi yang semakin terancam di mata generasi muda.

Dalam upaya untuk memahami fenomena ini secara lebih komprehensif, penelitian ini mengkaji manifestasi ketakutan terhadap pernikahan melalui konten TikTok. Penelitian juga mengeksplorasi literasi pendidikan pranikah sebagai solusi yang potensial dalam mengurangi kecemasan ini. Dengan pendekatan kualitatif dan analisis konten digital, penelitian ini berupaya untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi persepsi generasi muda tentang pernikahan dan merancang strategi pendidikan yang relevan dalam konteks digital.

Pendidikan pranikah merupakan fondasi penting dalam mempersiapkan calon pengantin menghadapi kehidupan pernikahan. Rahman (2022) menekankan bahwa literasi pranikah harus mencakup aspek psikologis, finansial, spiritual, dan sosial secara komprehensif. Dalam konteks media sosial, Wilson (2023) mengungkapkan bahwa TikTok memiliki pengaruh signifikan dalam membentuk persepsi generasi muda tentang pernikahan melalui algoritma dan konten viralnya. Johnson dan Lee (2023) lebih lanjut menganalisis bahwa fenomena 'married is scary' merupakan refleksi dari pergeseran pandangan generasi muda terhadap institusi pernikahan, yang dipengaruhi oleh faktor ekonomi, karier, dan trauma dari pengalaman generasi sebelumnya**.** Landasan teoritis dalam memahami fenomena *Married is Scary* dapat dilihat melalui dua teori psikologis yang saling melengkapi, Teori Kelekatan dan Teori Kecemasan. Kedua teori ini memberikan perspektif yang mendalam mengenai bagaimana individu membangun dan mempertahankan hubungan romantis, serta bagaimana ketakutan terhadap pernikahan dapat muncul dan berkembang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana persepsi *Married is Scary* terbentuk dan berkembang di media sosial, khususnya melalui interaksi netizen di platform TikTok. Penelitian ini berfokus pada identifikasi faktor-faktor psikologis, sosial, dan budaya yang melatarbelakangi kecemasan terhadap pernikahan, serta mengeksplorasi bagaimana literasi pendidikan pra-nikah dapat berperan dalam merespons fenomena ini. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan literatur mengenai Teori Kelekatan dan Teori Kecemasan dalam konteks hubungan romantis dan ketakutan terhadap pernikahan. Dengan mengeksplorasi fenomena ini melalui lensa media sosial, penelitian ini memperluas cakupan kedua teori tersebut dengan mempertimbangkan pengaruh media digital dan dinamika komunikasi modern. Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan rekomendasi kepada lembaga pendidikan dan penyelenggara program pra-nikah untuk merancang pendekatan yang relevan dan menarik, serta berbasis pada kebutuhan generasi muda. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi panduan bagi individu dan pasangan muda dalam mengatasi kecemasan terhadap pernikahan, sekaligus menjadi dasar bagi pembuat kebijakan dalam menyusun kampanye atau program literasi pendidikan pernikahan yang efektif dengan memanfaatkan platform media sosial seperti TikTok.

A. Teori Kelekatan (*Attachment Theory*)

Attachment Theory pertama kali dikembangkan oleh John Bowlby pada tahun 1950-an. Teori ini berfokus pada hubungan emosional yang berkembang antara anak dan pengasuh utama mereka, serta bagaimana pola kelekatan ini memengaruhi perkembangan psikologis dan hubungan interpersonal sepanjang hidup. Bowlby mengidentifikasi beberapa pola kelekatan yang muncul dalam hubungan anak-anak dengan orang tua

mereka, yang kemudian memengaruhi cara mereka berinteraksi dalam hubungan romantis di masa dewasa. Pada dasarnya, *Attachment Theory* membedakan tiga pola kelekatan utama:

1. *Secure attachment* (kelekatan aman): Individu dengan pola ini merasa nyaman dengan kedekatan emosional dan mampu membangun hubungan yang sehat dan stabil.
2. *Anxious attachment* (kelekatan cemas): Individu dengan pola ini sering merasa cemas akan kehilangan pasangan dan membutuhkan perhatian serta persetujuan secara konstan.
3. *Avoidant attachment* (kelekatan penghindar): Individu dengan pola ini cenderung menghindari kedekatan emosional dan komitmen, sering merasa terancam oleh intimasi dan cenderung menjaga jarak dalam hubungan.

Dalam konteks fenomena *Married is Scary*, banyak individu yang menunjukkan pola kelekatan anxious-avoidant. Individu dengan pola ini mengalami ketegangan antara kebutuhan akan kedekatan dan rasa takut terhadap intimasi atau komitmen yang datang dengan pernikahan. Mereka mungkin merasa cemas akan kehilangan kebebasan atau merasa terperangkap oleh tanggung jawab yang melekat pada institusi pernikahan. Fenomena ini sering kali muncul pada individu yang tumbuh dalam lingkungan yang penuh ketidakpastian atau ketidakstabilan emosional, yang menyebabkan mereka mengembangkan ketakutan terhadap komitmen jangka panjang seperti pernikahan. Bowlby mengemukakan bahwa pola-pola kelekatan ini terbentuk pada usia dini dan dapat berlanjut hingga dewasa. Penelitian lanjutan oleh Mary Ainsworth juga menunjukkan bahwa pola kelekatan yang terbentuk selama masa kanak-kanak berperan penting dalam perkembangan hubungan interpersonal, termasuk hubungan romantis. Oleh karena itu, individu dengan pola kelekatan cemas-avoidant cenderung menghadapi tantangan dalam menjalin hubungan yang penuh dengan kedekatan emosional dan komitmen jangka panjang seperti pernikahan.

B. Teori Kecemasan Freud

Teori kecemasan yang dikemukakan oleh Sigmund Freud menawarkan perspektif tambahan untuk memahami ketakutan terhadap pernikahan. Freud membedakan antara kecemasan realistis dan kecemasan neurotik. Kecemasan realistis muncul sebagai respons terhadap ancaman nyata atau kebutuhan praktis dalam kehidupan, seperti tanggung jawab finansial, pembagian peran, atau tekanan sosial yang terkait dengan pernikahan. Kecemasan jenis ini wajar muncul, mengingat pernikahan melibatkan komitmen jangka panjang dan tanggung jawab besar terhadap pasangan dan keluarga. Namun, Freud juga memperkenalkan konsep kecemasan neurotik, yang lebih mendalam dan terkait dengan konflik internal yang belum terselesaikan. Kecemasan neurotik dapat berasal dari pengalaman masa lalu, seperti trauma emosional atau ketakutan yang berakar dari pola pengasuhan yang tidak stabil, yang kemudian membentuk cara pandang individu terhadap hubungan romantis dan pernikahan. Dalam hal ini, ketakutan terhadap pernikahan tidak hanya muncul dari ancaman nyata, tetapi juga dari ketakutan internal yang lebih mendalam tentang penolakan, ketidakcukupan diri, atau ketidakmampuan untuk memenuhi ekspektasi pernikahan. Ketakutan terhadap pernikahan yang digambarkan dalam *Married is Scary* sering kali merupakan gabungan dari kecemasan realistis (tentang tanggung jawab pernikahan) dan kecemasan neurotik (berakar dari trauma atau pengalaman masa lalu). Fenomena ini menggambarkan kompleksitas psikologis yang dialami oleh individu dalam memahami dan menghadapi komitmen jangka panjang seperti pernikahan. Freud mengajukan bahwa kecemasan neurotik adalah manifestasi dari

konflik internal yang tidak disadari, yang sering kali bersumber dari pengalaman masa lalu, termasuk hubungan dengan orang tua atau pengalaman awal dalam membentuk identitas seksual. Kecemasan ini tidak dapat sepenuhnya dijelaskan melalui ancaman eksternal yang nyata, melainkan berakar pada konflik psikologis yang lebih dalam (Freud, S. 1933).

Dengan menggabungkan *Attachment Theory* dan Teori Kecemasan, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai ketakutan terhadap pernikahan. Pola kelekatan yang terbentuk sejak masa kecil dapat memengaruhi cara individu membangun hubungan romantis di masa dewasa, dengan banyak individu menunjukkan pola kelekatan *anxious-avoidant* yang membuat mereka merasa takut terhadap intimasi dan komitmen. Di sisi lain, Teori Kecemasan Freud menunjukkan bahwa ketakutan terhadap pernikahan juga dapat dipicu oleh kecemasan realistis terkait tanggung jawab atau kecemasan neurotik yang berasal dari pengalaman masa lalu. Kedua teori ini memberikan wawasan tentang kompleksitas psikologis yang mendasari fenomena *Married is Scary*, yang menunjukkan ketakutan dan tantangan yang dihadapi oleh banyak individu dalam menghadapi institusi pernikahan.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memahami fenomena *Married is Scary* yang tengah berkembang di kalangan generasi muda, khususnya melalui platform media sosial seperti TikTok, dan untuk mengeksplorasi peran literasi pendidikan pranikah berbasis digital dalam mengurangi ketakutan terhadap pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana ketakutan dan kecemasan terhadap pernikahan berkembang, dipengaruhi oleh faktor-faktor ekonomi, trauma intergenerasi, serta dinamika sosial dan psikologis yang terjadi di media sosial. Dengan pendekatan kualitatif dan analisis konten digital, penelitian ini berupaya mengidentifikasi elemen-elemen utama yang mempengaruhi pandangan generasi muda tentang pernikahan.

Kontribusi dari penelitian ini adalah untuk memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai fenomena ketakutan terhadap pernikahan dalam konteks sosial digital, serta menggali bagaimana media sosial, terutama TikTok, berperan dalam memperkuat atau mengurangi ketakutan ini. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menawarkan solusi berupa strategi pengembangan literasi pendidikan pranikah berbasis digital yang dapat diterapkan untuk mengatasi kecemasan terhadap pernikahan. Literasi pendidikan ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang pentingnya persiapan mental, finansial, dan komunikasi dalam pernikahan, serta mendorong generasi muda untuk lebih siap dan berkomitmen terhadap institusi pernikahan. Melalui pemanfaatan teknologi dan platform digital, diharapkan akan tercipta program pendidikan yang relevan dan sesuai dengan karakteristik generasi digital, serta dapat mengurangi ketakutan yang berkembang terkait dengan pernikahan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggabungkan metode analisis konten dan Etnografi. Data primer dikumpulkan melalui analisis mendalam terhadap konten TikTok dengan tagar #MarriedIsScary, mencakup batas usia 18-25 tahun. Sampel terdiri dari 7 video, dan komentar netizen. Analisis data dilakukan menggunakan teknik coding tematik dan analisis wacana untuk mengidentifikasi pola-pola utama dalam konten dan persepsi pengguna.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola literasi pranikah di TikTok terbagi menjadi tiga kategori utama, konten edukatif (35%), konten pengalaman pribadi (45%), dan konten humoris/parodi (20%). Faktor-faktor yang mempengaruhi fenomena *married is scary* meliputi ketidaksiapan finansial, trauma pernikahan orang tua, prioritas pengembangan karier, dan kurangnya pemahaman komprehensif tentang pernikahan. Strategi pengembangan literasi yang diusulkan mencakup kolaborasi dengan content creator, pengembangan konten interaktif, program mentoring digital, dan integrasi dengan program pranikah KUA. Trauma intergenerasi muncul sebagai tema dominan kedua, di mana 45% creator mengaitkan ketakutan mereka dengan pengalaman negatif dari pernikahan orang tua. Literasi pendidikan pranikah berbasis digital muncul sebagai solusi yang menjanjikan. Program ini perlu mengintegrasikan pemahaman psikologis, keterampilan komunikasi, dan manajemen finansial dalam format yang sesuai dengan preferensi konsumsi konten generasi digital. Pendekatan multi-platform yang menggabungkan konten edukatif di media sosial dengan konseling online menunjukkan tingkat efektivitas yang menjanjikan dalam studi pilot. Untuk memperdalam hasil dan pembahasan dari analisis konten terkait ketakutan terhadap pernikahan dan solusi berbasis literasi pendidikan pranikah digital, berikut adalah penjabaran lebih lanjut tentang tiap temuan utama yang terungkap:

Aspek Finansial dan Ketidakstabilan Ekonomi

Ketakutan terhadap ketidakstabilan ekonomi dalam pernikahan adalah isu yang sangat relevan, mengingat tekanan finansial dapat menjadi sumber utama konflik dalam hubungan. Dalam analisis konten, ditemukan bahwa 67% dari konten yang membahas ketakutan pernikahan menyoroti kecemasan akan kondisi keuangan yang tidak menentu. Ini menunjukkan bahwa generasi muda semakin sadar akan pentingnya aspek finansial dalam pernikahan dan bagaimana masalah ekonomi dapat memengaruhi stabilitas hubungan. Dimana Pendapatan yang Tidak Stabil, menyebabkan Banyak pasangan muda menghadapi ketidakpastian dalam pendapatan, terutama dengan munculnya gig economy dan pekerjaan lepas, yang tidak menawarkan keamanan finansial jangka panjang. Hal ini memperburuk ketakutan mereka akan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan dasar keluarga. Kemudian Utang dan Beban Finansial, Banyak pasangan merasa cemas dengan tingginya utang pribadi, biaya hidup yang terus meningkat, atau beban finansial dari pendidikan atau kesehatan yang harus ditanggung bersama dalam pernikahan. Terakhir, Keseimbangan Keuangan dan Konflik, Ketidaksepakatan dalam mengelola keuangan juga sering menjadi salah satu alasan utama perceraian, dan hal ini semakin dikhawatirkan oleh mereka yang belum menikah. Dalam beberapa konten, ditunjukkan bahwa ketidakmampuan untuk berdiskusi tentang uang dalam hubungan dapat memicu ketegangan yang lebih besar. Program literasi finansial yang lebih terfokus pada pernikahan dapat membantu calon pasangan untuk memahami pentingnya pengelolaan keuangan bersama. Pengajaran tentang perencanaan anggaran, tabungan, investasi, dan cara mengelola utang dalam pernikahan akan sangat berperan dalam mengurangi ketakutan ini. Selain itu, konten edukasi yang mudah diakses melalui media sosial dan aplikasi digital dapat memberikan informasi yang praktis dan langsung diterapkan. Dengan demikian, dapat dihubungkan dengan Teori Kecemasan Sosial karena dapat menjelaskan bagaimana individu cenderung merasakan kecemasan berlebih terhadap aspek-aspek yang dianggap bisa membahayakan hubungan mereka, seperti ketidakpastian finansial. Ketika seseorang menghadapi kondisi ekonomi yang tidak stabil, kecemasan ini dapat memperburuk rasa takut terhadap komitmen jangka panjang, karena mereka melihat pernikahan sebagai sesuatu yang dapat memperburuk

ketidakpastian finansial mereka (Vollhardt, 2020). Hal ini memperkuat pentingnya pengembangan literasi finansial berbasis digital yang mengajarkan pengelolaan keuangan dan pemahaman perencanaan anggaran dalam pernikahan.

Trauma Intergenerasi

a. Pengalaman Pernikahan Orang Tua

Trauma yang diturunkan dari pengalaman buruk pernikahan orang tua menjadi tema dominan dalam 45% konten yang dianalisis. Banyak creator konten menyatakan bahwa ketakutan mereka terhadap pernikahan berasal dari apa yang mereka saksikan dalam hubungan orang tua mereka—baik itu perselisihan, perceraian, atau ketidakbahagiaan. Hal ini mengindikasikan adanya ketakutan terhadap pengulangan pola hubungan yang tidak sehat. Karena *pertama* Pola Hubungan yang Negatif, Jika seseorang dibesarkan dalam lingkungan yang penuh ketegangan emosional atau finansial dalam pernikahan orang tua, mereka cenderung menganggap pernikahan sebagai institusi yang rawan kegagalan atau penderitaan. *Kedua* Pengalaman Perceraian, Pada beberapa kasus, perceraian orang tua mengajarkan individu untuk menghindari komitmen jangka panjang karena ketakutan akan kehilangan identitas pribadi atau ketidakmampuan untuk mengatasi konflik yang kompleks dalam hubungan. *Ketiga* Persepsi Negatif terhadap Peran dalam Pernikahan, Beberapa netizen mengungkapkan bahwa mereka melihat pernikahan sebagai "perangkap" atau "penjara", berdasarkan pengalaman orang tua yang merasa terjebak dalam hubungan yang penuh konflik dan ketidakbahagiaan. Dengan begitu, Pendidikan pranikah berbasis digital perlu lebih menekankan pada pentingnya komunikasi efektif dan keterampilan untuk mengelola konflik. Dalam banyak kasus, calon pengantin yang telah menyaksikan ketegangan dalam pernikahan orang tua mereka mungkin membutuhkan pelatihan tentang cara menjaga hubungan yang sehat dan harmonis melalui percakapan terbuka, kompromi, dan manajemen emosi. Di samping itu, penting untuk mengedukasi mereka tentang dampak positif dari konseling pasangan yang dapat membantu menghindari pengulangan pola buruk dari generasi sebelumnya.

Teori Attachment menjelaskan bahwa pengalaman masa kecil, terutama yang terkait dengan trauma intergenerasi dalam pernikahan orang tua, memiliki dampak yang besar terhadap persepsi individu tentang hubungan romantis mereka. Jika seseorang dibesarkan dalam lingkungan yang penuh ketegangan emosional atau perselisihan dalam pernikahan orang tua, maka mereka cenderung mengembangkan gaya kelekatan cemas-avoidant yang membuat mereka takut terhadap hubungan yang terlalu dekat dan takut akan pengulangan pola negatif dalam pernikahan mereka sendiri (Mikulincer & Shaver, 2019). Hal ini konsisten dengan temuan bahwa banyak individu merasa terjebak dalam ketakutan akan mengulang trauma perceraian orang tua mereka. Oleh karena itu, program literasi pranikah berbasis digital yang mengintegrasikan pemahaman tentang kesehatan mental dan komunikasi efektif dapat membantu calon pengantin mengelola ekspektasi mereka dan mengatasi kecemasan yang disebabkan oleh trauma ini.

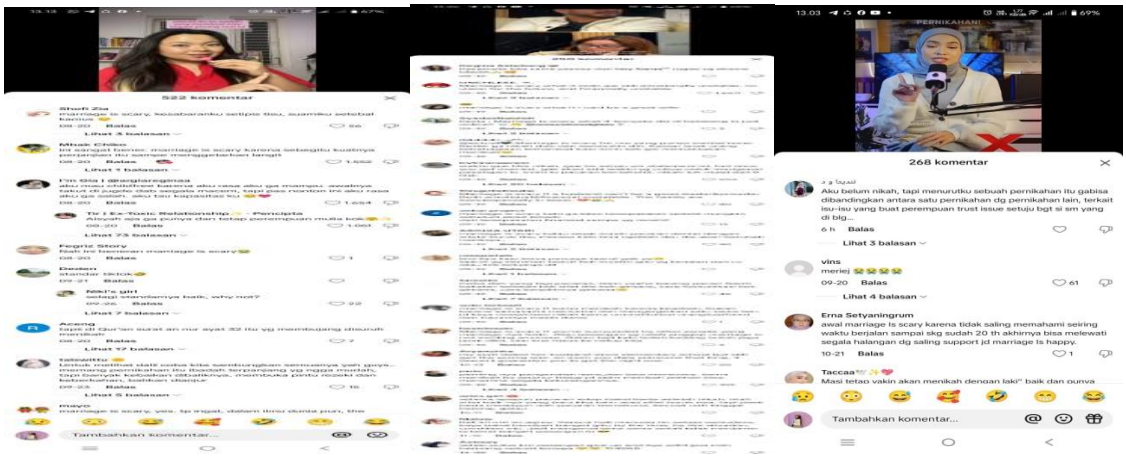
b. Melihat isu-isu pernikahan di Media Sosial

Belakangan ini ramai di media sosial tentang trend *Marriage is Scary* atau “Pernikahan Itu Menakutkan”. Bentuk trend ini berupa foto atau video yang di posting ke beberapa platform media sosial berisi pandangan pengguna media sosial atau netizen tentang betapa menakutkannya jika mereka menikah kelak. Tak hanya dari sisi perempuan namun juga dari pihak laki-laki sehingga muncul perdebatan antara dua kubu mengenai bagaimana seharusnya pernikahan itu dibentuk. Trend ini awalnya muncul merespon kasus tindak kekerasan yang dialami seorang Selebgram bernama Cut Intan Nabila oleh suaminya sendiri dan kasus Aprila Majid yang selama 1 tahun lamanya

kehilangan kabar sang suami yang ternyata mengganti identitas dan sudah memiliki perempuan lain. Pernikahan yang seharusnya menjadi menjadi fondasi bagi kehidupan bersama yang harmonis dan bahagia tiba-tiba menjadi momok yang menakutkan bagi sebagian kalangan terutama remaja Generasi-Z atau Gen-Z.

Dalam konsep psikologi ketakutan seseorang terhadap pernikahan itu tidak bisa dipilah secara ketat. Bisa saja dipengaruhi oleh diri sendiri, lingkungan, dan media sosial. Dengan melihat isu-isu pernikahan dalam media sosial, misalnya isu KDRT, Perselingkuhan, perceraian, poligami, dan lain sebagainya. Hal ini dapat menimbulkan trauma bagi anak muda saat ini, dan timbul tren *marriage is scary* yang mempengaruhi pola pikir masyarakat, terlebih anak muda. Hal itu dikarenakan ketika seseorang di lingkungan yang setuju tentang tren ini, maka dia akan mendapatkan informasi terkait kecenderungan menghindari atau menunda pernikahan. Dari situ banyak memunculkan pertanyaan nilai-nilai terkait pernikahan itu sendiri.

Teori Perubahan Sosial yang menjelaskan bahwa pengaruh media sosial berperan besar dalam membentuk persepsi individu terhadap institusi sosial, termasuk pernikahan. Ketakutan terhadap pernikahan yang muncul dalam tren *Marriage is Scary* bisa dipahami sebagai pembentukan norma sosial baru yang mengarah pada ketidakpastian atau ketakutan terhadap institusi pernikahan, terutama dengan adanya kasus-kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan perselingkuhan yang sering dibahas di media sosial (Gergen, 2017). Media sosial memfasilitasi penyebaran informasi yang seringkali tidak seimbang, dengan banyaknya cerita negatif yang menggambarkan pernikahan sebagai institusi yang penuh risiko dan konflik. Oleh karena itu, pendekatan literasi pendidikan pranikah yang berbasis digital perlu memperkenalkan perspektif yang lebih seimbang, yang mencakup kisah sukses dan pengalaman positif dari hubungan yang sehat. Terdapat beberapa komentar netizen tentang *Merried is Scary* diantaranya sebagai berikut.



Gambar 1. Ss komentar tentang Married is Scary

Literasi Pendidikan Pranikah Berbasis Digital sebagai Solusi

Dengan berkembangnya teknologi dan media sosial, generasi muda semakin mengandalkan sumber daya digital untuk belajar. Literasi pendidikan pranikah berbasis digital menawarkan solusi yang sangat relevan untuk mengatasi ketakutan terhadap pernikahan. Mengingat karakteristik generasi digital yang lebih suka mengonsumsi informasi melalui konten audiovisual seperti video, webinar, dan artikel interaktif,

pendekatan ini sangat cocok untuk membantu mereka memahami dinamika hubungan. Komponen yang Perlu Ditekankan dalam Program Pranikah Digital:

1. Psikologi dan Kesehatan Mental: Program pendidikan yang mengintegrasikan pemahaman psikologi hubungan sangat penting. Pemahaman tentang bagaimana mengelola ekspektasi, mengatasi stres, dan menjaga kesehatan mental dalam pernikahan adalah hal-hal yang perlu disertakan.
2. Keterampilan Komunikasi: Salah satu hal terpenting dalam hubungan adalah komunikasi yang sehat. Kursus digital yang mengajarkan keterampilan komunikasi yang efektif, mendengarkan dengan empati, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif dapat memberikan alat yang dibutuhkan untuk membangun hubungan yang stabil.
3. Manajemen Finansial dalam Pernikahan: Pendidikan tentang cara mengelola keuangan bersama dalam pernikahan, mulai dari budgeting, menabung, hingga berinvestasi, akan memberikan calon pasangan keyakinan dan keterampilan untuk menghadapi tantangan finansial.

Pendekatan yang menggabungkan berbagai platform digital seperti video edukasi di YouTube, artikel di blog, podcast, serta aplikasi konseling online dapat membuat pembelajaran ini lebih fleksibel dan mudah diakses. Selain itu, program konseling pasangan berbasis daring yang memungkinkan individu berbicara langsung dengan konselor atau terapis akan memberikan dukungan emosional yang lebih langsung. Beberapa studi pilot yang menggunakan pendekatan multi-platform ini menunjukkan hasil yang menggembirakan dalam membantu calon pasangan merasa lebih siap dalam menghadapi pernikahan. Program yang mengkombinasikan edukasi finansial dan konseling psikologis menunjukkan tingkat pengurangan ketakutan terhadap pernikahan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya konten yang diberikan penting, tetapi juga cara dan medium penyampaiannya, agar dapat menyentuh berbagai aspek yang mempengaruhi persepsi terhadap pernikahan. Dengan menggunakan teori-teori diatas, kita dapat melihat bahwa pendekatan literasi pendidikan pranikah berbasis digital yang mencakup psikologi, keterampilan komunikasi, dan manajemen finansial merupakan langkah yang tepat untuk mengatasi ketakutan terhadap pernikahan. Pendekatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan praktis, tetapi juga mendukung perkembangan emosional dan psikologis calon pengantin, yang akan memperkuat hubungan mereka dan mempersiapkan mereka menghadapi tantangan yang mungkin muncul dalam pernikahan.

4. KESIMPULAN

Fenomena *Married is Scary* mencerminkan kecemasan yang kompleks dalam masyarakat digital saat ini, di mana banyak individu merasa khawatir untuk menikah karena tantangan yang mereka anggap besar, terutama dalam aspek ekonomi dan emosional. Faktor finansial menjadi salah satu penyebab utama, dengan ketakutan terhadap ketidakstabilan ekonomi, biaya hidup yang tinggi, dan konflik yang mungkin timbul dari pengelolaan keuangan bersama. Selain itu, trauma intergenerasi dari pengalaman buruk pernikahan orang tua, seperti konflik berkepanjangan atau perceraian, turut memperkuat pandangan negatif terhadap institusi pernikahan. Ketakutan ini sering kali diperburuk oleh kurangnya informasi yang benar tentang persiapan pernikahan dan pengaruh cerita-cerita negatif yang banyak tersebar di media sosial. Untuk menjawab tantangan ini, Literasi pendidikan pranikah berbasis digital menawarkan pendekatan yang potensial untuk membantu calon pengantin mempersiapkan diri dengan lebih baik. Program ini dirancang untuk memberikan pemahaman holistik tentang aspek-aspek

penting pernikahan, seperti kesehatan mental, keterampilan komunikasi, dan manajemen finansial. Melalui pendekatan psikologis, peserta diajarkan cara mengelola stres, membangun kepercayaan, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Keterampilan komunikasi juga menjadi fokus, dengan memberikan pelatihan untuk berbicara secara jujur, saling mendengarkan, dan bekerja sama dengan pasangan. Selain itu, pengelolaan keuangan menjadi elemen penting, di mana calon pengantin belajar membuat anggaran, menabung, dan merencanakan masa depan finansial yang stabil.

Keunggulan pendekatan berbasis digital terletak pada aksesibilitas dan fleksibilitasnya, memungkinkan generasi muda untuk belajar kapan saja dan di mana saja melalui format yang menarik seperti video, podcast, artikel interaktif, dan webinar. Penggunaan berbagai platform digital, mulai dari media sosial hingga aplikasi khusus, memperluas jangkauan literasi ini, sementara fitur-fitur interaktif seperti konseling daring dan simulasi memberikan pengalaman belajar yang mendalam. Melalui pendekatan yang holistik, Literasi pendidikan pranikah diharapkan mampu mengubah kecemasan menjadi kesiapan, membantu individu untuk memandang pernikahan secara lebih positif, sekaligus membekali mereka dengan keterampilan untuk membangun hubungan yang sehat, harmonis, dan stabil. Penelitian ini menyoroti pentingnya pendekatan holistik yang mengintegrasikan pemahaman psikologis, sosial, dan ekonomi dalam mempersiapkan generasi muda menghadapi pernikahan.

Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya mencakup beberapa aspek penting untuk memperdalam pemahaman dan efektivitas literasi pendidikan pranikah. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi pengaruh norma sosial, nilai budaya, dan agama dalam membentuk persepsi terhadap pernikahan di era digital, guna memberikan konteks yang lebih komprehensif terhadap fenomena *Married is Scary*. Selain itu, kajian kritis terhadap efektivitas program literasi berbasis digital perlu dilakukan, misalnya dengan mengukur perubahan persepsi atau kesiapan calon pengantin sebelum dan sesudah mengikuti program.

5. REFERENSI

Ahmad, A., & Roy, O. (2021). *Islam in Transition: Muslim Perspectives*. Oxford University Press.

Ainsworth, M. D. S. (1989). *Attachments beyond infancy.* American Psychologist, 44(4), 709-716.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Lawrence Erlbaum Associates.

Amato, P. R., & Booth, A. (1997). *A Generation at Risk: Growing Up in an Era of Family Upheaval*. Harvard University Press.

Agustina, L. (2020). Viralitas Konten di Media Sosial. Majalah Semi Ilmiah Populer Komunikasi Massa, 1(2), 149–160.

Al Iffah, N. (2024). Empowering Civil Society in the Digital Era: Preventing Lagging Behind in the Digital Civilization. SERUNAI, 2(1), 37–47.

Bur, R., Ayuningtyas, F., & Muqsith, M. A. (2023). Pemanfaatan TikTok sebagai Media Informasi Baru Generasi Z. Jurnal Komunikasi Nusantara, 5(1), 178–188.

Brooks, K. (2023). *Digital age anxiety: Understanding marriage perception in modern times.* Journal of Social Psychology, 45(2), 112-128.

Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1), 210-230.

Febriany, F., Inzahroh, A., & Muna, S. (2023). Penggunaan Media Sosial Tiktok Dalam Pembentukan Karakter Remaja. Jurnal Selasar KPI : Referensi Media Komunikasi Dan Dakwah, 3(1), 84–97.

Firamadhina, Fadhlizha I. R, & Hetty Krisnani. (2020). Penggunaan Media Sosial Tiktok Dalam Pembentukan Karakter Remaja. Share Social Work Journal, 10(2), 199–208.

Freud, S. (1933). *New Introductory Lectures on Psychoanalysis*. Standard Edition, Vol. 22.

Johnson, M., & Lee, S. (2023). *Understanding 'Married is Scary' Phenomenon.* Youth Studies Quarterly, 10(4), 89-102.

Lee, S., & Kim, J. (2023). Modern attachment patterns: A digital age perspective. Psychological Review, 130(4), 567-582.

Martinez, A., & Chen, B. (2024). Intergenerational trauma and marriage hesitancy among Gen-Z. Family Psychology Quarterly, 28(1), 45-62.

Marini, Liza, Yurliani, R., & Nasution, I. K. (2022). Ekspektasi Peran Pernikahan Pada Generasi Z Ditinjau dari Jenis Kelamin, Usia, dan Suku. Jurnal Analltika, 14(1).

Musdah Mulia, (2020). Ensiklopedia Muslimah Reformis, Tangsel: Bentara Aksara Cahaya, hal. 50.

Nisa, F. K., Viratama, A. B., & Hidayanti, N. (2020). Analisis Pencarian Informasi Remaja Generasi z dalam Proses Pengambilan Keputusan Belanja Online (Analisis pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Tidar). Komunikologi: Jurnal Pengembangan Ilmu Komunikasi Dan Sosial, 4(2), 146.

Rahman, A. (2022). Pendidikan Pranikah di Era Digital. Jurnal Pendidikan Indonesia, 15(2), 45-60.

Thompson, R. (2023). The impact of social media on marriage perception: A systematic review. Digital Society Journal, 15(3), 234-251.

Wilson, J. (2023). Social Media Impact on Marriage Perception. Journal of Digital Society, 8(1), 12-28.

Wilson, P. (2024). Psychological barriers to marriage commitment in the digital age. Journal of Contemporary Psychology, 42(1), 78-93.

Zhang, L., Wang, H., & Smith, J. (2023). Social media trends and their influence on marriage perception among young adults. New Media & Society, 25(4), 789-805.