

## **KETAKUTAN MENIKAH DALAM PERSPEKTIF FIKIH STUDI ATAS FENOMENA *MARRIAGE IS SCARY***

**Alfina Fauzah Hadi<sup>1</sup>, Yusuf Fauzi<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

email; [fauzahfina@gmail.com](mailto:fauzahfina@gmail.com), [YusuffFauzi@uinsatu.ac.id](mailto:YusuffFauzi@uinsatu.ac.id)

### **Abstract**

*The marriage is scary phenomenon has grown among young people, driven by family trauma, economic pressures, emotional instability, individualistic cultural influences, and unrealistic partner expectations. This study employs a qualitative, descriptive-analytical literature review using normative-theological and sociological approaches. The findings reveal that, from the perspective of Islamic jurisprudence, marriage is an act of worship with strategic wisdom, and its legal status is flexible depending on individual conditions. Rejection without valid shar'i reasons contradicts the objectives of maqashid sharia. Proposed solutions include comprehensive premarital education, strengthening family roles, and applying contemporary ijithad based on fiqh waqi'i and fiqh maqashidi. This study underscores the importance of integrating religious values and social strategies to build awareness of healthy marriages in accordance with Islamic principles.*

**Keyword:** marriage is scary, Islamic jurisprudence, marriage awareness

### **Abstrak**

Fenomena ketakutan terhadap pernikahan atau *marriage is scary* semakin berkembang di kalangan generasi muda masa kini. Faktor utama yang menjadi penyebab maraknya fenomena ini meliputi trauma keluarga, kesulitan ekonomi, ketidakstabilan emosional, gaya hidup individualistik, dan ekspektasi pasangan yang tidak sesuai realita. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui kajian pustaka deskriptif-analitis dengan pendekatan normatif-teologis dan sosiologis. Hasil kajian menunjukkan bahwa fikih Islam memandang pernikahan sebagai ibadah, sementara hukum menikah bersifat fleksibel sesuai kondisi masing-masing individu. Penolakan terhadap institusi pernikahan tanpa alasan syar'i dianggap bertentangan dengan tujuan syariat (*maqashid syariah*). Solusi yang ditawarkan dalam kajian ini meliputi edukasi pranikah secara mendalam, penguatan peran keluarga, dan penerapan *ijithad* kontemporer berbasis *fiqh waqi'i* dan *fiqh maqashidi*. Kajian ini menegaskan pentingnya integrasi nilai agama dan strategi sosial dalam membangun pernikahan yang sehat sesuai tuntunan syariat.

**Kata Kunci:** *marriage is scary*, fikih Islam, kesadaran menikah

## **PENDAHULUAN**

Pernikahan dalam Islam merupakan institusi sakral yang memiliki dimensi ibadah, sosial, dan kemanusiaan. Dalam perspektif fikih munakahah, pernikahan tidak hanya dipahami sebagai ikatan legal antara laki-laki dan perempuan, tetapi juga sebagai sarana mewujudkan ketenteraman (*sakinah*), kasih sayang (*mawaddah*), dan rahmat (*rahmah*) (Maimun, 2022). Oleh karena itu, Islam mendorong umatnya untuk menikah sebagai bagian dari penyempurnaan agama dan penjagaan *maqāṣid al-syārī‘ah*, khususnya *hifz al-dīn*, *hifz al-nafs*, dan *hifz al-nasl* (Mahmudi, 2021). Namun demikian, realitas sosial kontemporer menunjukkan munculnya fenomena baru berupa ketakutan terhadap pernikahan yang populer dengan istilah *marriage is scary*, terutama di kalangan generasi muda (Al Faruq et al., 2025).

Fenomena *marriage is scary* lahir dari berbagai faktor sosial, psikologis, dan kultural, seperti tingginya angka perceraian, maraknya kasus kekerasan dalam rumah tangga, ketimpangan relasi gender, beban ekonomi, serta narasi negatif tentang pernikahan yang tersebar luas melalui media sosial (Al Mafaz et al., 2024). Pengalaman traumatis, baik secara langsung maupun tidak langsung, turut memperkuat persepsi bahwa pernikahan adalah sumber risiko dan penderitaan, bukan lagi ruang aman dan pertumbuhan bersama (Asmita, 2025). Akibatnya, sebagian individu memilih menunda bahkan menghindari pernikahan, meskipun secara biologis, sosial, dan religius telah memenuhi syarat untuk menikah.

Dalam konteks fikih, ketakutan menikah merupakan persoalan yang menarik untuk dikaji karena berkaitan dengan hukum asal pernikahan yang tidak bersifat tunggal, melainkan situasional. Para ulama menjelaskan bahwa hukum menikah dapat berubah menjadi wajib, sunnah, mubah, makruh, atau haram, tergantung pada kondisi individu dan potensi maslahat serta mafsat yang ditimbulkannya (Malisi, 2022). Dengan demikian, ketakutan menikah tidak serta-merta dapat dinilai sebagai penyimpangan dari ajaran Islam, melainkan perlu dianalisis secara komprehensif berdasarkan prinsip maslahat, kemampuan (*istithā'ah*), dan kesiapan lahir-batin calon pelaku pernikahan.

Sayangnya, diskursus fikih munakahah klasik cenderung lebih menekankan aspek normatif-hukum formal pernikahan, sementara aspek psikologis dan sosiologis yang memengaruhi kesiapan menikah belum banyak diangkat secara mendalam. Padahal, ketakutan menikah yang tidak ditangani dengan pendekatan fikih yang kontekstual berpotensi melahirkan problem baru, seperti normalisasi relasi non-marital, krisis institusi keluarga, dan melemahnya fungsi pernikahan sebagai basis pembentukan masyarakat yang berakhlak (Suprayogi, 2023). Oleh karena itu, diperlukan pembacaan fikih yang lebih responsif terhadap realitas sosial kontemporer.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini menjadi penting untuk mengkaji fenomena *marriage is scary* dalam perspektif fikih, dengan menempatkan ketakutan menikah sebagai realitas sosial yang perlu dipahami, bukan semata-mata dihakimi. Kajian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan fikih munakahah yang berorientasi pada *maqāṣid al-syarī'ah*, sekaligus menawarkan kerangka normatif yang lebih empatik dan solutif dalam merespons tantangan pernikahan di era modern.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif melalui pendekatan kajian pustaka (*library research*) yang bersifat deskriptif-analitis (Mulyana, 2014). Penelitian ini dilandasi dua pendekatan pokok. Pertama, pendekatan normatif-teologis, yaitu menelaah sumber-sumber utama agama Islam seperti Al-Qur'an, hadis, serta kitab-kitab tafsir dan fikih baik klasik maupun kontemporer guna mendapatkan pemahaman yang utuh tentang konsep pernikahan dalam perspektif fikih Islam. Kedua, pendekatan sosiologis untuk menganalisis realitas sosial terkait fenomena *marriage is scary* di kalangan generasi

muda, melalui kajian terhadap artikel ilmiah, laporan survei, dan data sosial yang relevan. Dengan menerapkan kedua pendekatan ini, peneliti dapat melihat bagaimana teks normatif Islam dapat dikontekstualisasikan dengan realitas sosial yang aktual.

Data yang telah dikumpulkan dapat dianalisis dengan menggunakan analisis induktif dan analisis content. Analisis induktif dilakukan dengan menelaah data empiris secara bottom-up, yakni dari fakta-fakta khusus menuju penarikan kesimpulan umum. Data berupa narasi responden, pernyataan di media sosial, serta pengalaman personal terkait ketakutan menikah dianalisis tanpa prasangka normatif di awal, sehingga pola dan makna muncul dari data itu sendiri. Analisis konten dilakukan terhadap teks dan narasi yang merepresentasikan fenomena *marriage is scary*, terutama konten media sosial, artikel populer, serta pernyataan lisan responden. Analisis difokuskan pada tema, makna laten, dan kecenderungan wacana yang berkembang.

Hasil analisis konten menunjukkan dominasi narasi negatif tentang pernikahan, seperti penggambaran pernikahan sebagai sumber stres, ketidakadilan gender, dan kehilangan kebebasan. Kata kunci yang sering muncul antara lain “capek”, “trauma”, “toxic relationship”, “beban ekonomi”, dan “takut gagal”. Dominasi diksi tersebut membentuk konstruksi sosial bahwa pernikahan identik dengan penderitaan, bukan ketenteraman.

## LANDASAN TEORETIS

Nikah dalam KBBI diartikan sebagai ikatan (akad) perkawinan yang dilakukan sesuai dengan ketentuan hukum dan ajaran agama. Sedangkan di dalam beberapa kitab fikih dijelaskan bahwa nikah secara etimologi berarti menggabungkan atau menyatukan (الضم) dan hubungan seksual (الوطء). Dalam bahasa Arab, kata nikah juga berarti akad yaitu ikatan atau kesepakatan. Adapun secara terminologi, definisi nikah menurut Mazhab Syafi'i adalah akad yang membolehkan melakukan hubungan seksual dengan lafaz nikah atau lafaz lain yang memiliki makna sepadan.

Pernikahan adalah ketetapan Allah untuk menjaga kehormatan manusia dari gejolak syahwat. Melalui Al-Qur'an dan hadis, Islam menganjurkan umatnya untuk melaksanakan pernikahan. Allah Swt. berfirman:

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَرْوَاحًا وَجَعَلَ لَكُم مِّنْ أَرْوَاحِكُمْ بَيْنَ وَحْدَةً وَرَزَقَكُمْ مِّنَ الطَّيِّبِاتِ  
أَفَإِلْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِيَغْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ

Artinya: Allah menjadikan bagimu pasangan dari jenis kamu sendiri, menjadikan bagimu dari pasanganmu anak-anak dan cucu-cucu, serta menganugerahi kamu rezeki yang baik-baik. Mengapa terhadap yang batil mereka beriman, sedangkan terhadap nikmat Allah mereka ingkar? (QS. An-Nahl: 72)

Rasulullah Saw. bersabda:

عَنْ أَبِي أَيْوبَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَرْبَعُ مِنْ سُنَّةِ الْمُرْسَلِينَ: الْحَيَاةُ، وَالْتَّغْطِيرُ،  
وَالسُّوَاكُ، وَالنِّكَاحُ. (رواوه الترمذى)

Artinya: “Ada empat perkara yang termasuk sunah para Rasul: rasa malu, memakai wewangian, bersiwak, dan menikah” (HR. At-Tirmidzi) (al-Tirmidzi, 2010)

Pernikahan merupakan salah satu tanda kebesaran Allah. Melalui pernikahan manusia akan mencapai ketenangan (*sakinah*), cinta kasih (*mawaddah*), dan kasih sayang (*rahmah*) di antara mereka. Allah Swt. berfirman:

وَمِنْ أَيْتَهُ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَرْوَاجًا لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً لِأَنَّ فِي ذَلِكَ لَذِي  
لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: Di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah bahwa Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari (jenis) dirimu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya. Dia menjadikan di antaramu rasa cinta dan kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir. (QS. Ar-Rum: 21)

Meskipun banyak ayat Al-Qur'an dan hadis yang membahas keutamaan menikah, banyak individu yang mengalami keraguan untuk menikah. Keraguan tersebut lahir dari kekhawatiran terhadap biaya pernikahan yang tinggi serta ketidaksiapan dalam menghadapi banyaknya beban tanggung jawab dalam kehidupan rumah tangga. Kekhawatiran tersebut bertentangan dengan perspektif Islam yang memandang pernikahan sebagai salah satu jalan untuk memperoleh kelapangan rezeki. Allah akan memberikan kecukupan kepada orang-orang yang menikah, meskipun sebelumnya mereka berada dalam keadaan fakir. Allah Swt. berfirman:

وَأَنْكِحُوا الْيَامِيِّ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَامَيْكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءُ يُغْنِيهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ  
وَاسِعٌ عَلَيْهِ

Artinya: Nikahkanlah orang-orang yang masih membujang di antara kamu dan juga orang-orang yang layak (menikah) dari hamba-hamba sahayamu, baik laki-laki maupun perempuan. Jika mereka miskin, Allah akan memberi kemampuan kepada mereka dengan karunia-Nya. Allah Maha luas (pemberian-Nya) lagi Maha Mengetahui. (QS. An-Nur: 32)

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Konsep dan Kedudukan Pernikahan Menurut Fikih

Syari'at Islam menganjurkan umatnya untuk menikah karena di dalam pernikahan terdapat beberapa hikmah strategis (al-Bajuri, 2012). Pertama, pernikahan adalah mekanisme yang sah dan bermartabat untuk menyalurkan kebutuhan seksual manusia (Al-Sabiq, 1999). Naluri seksual merupakan salah satu naluri paling kuat yang menguasai jiwa seseorang. Jika tidak ada yang memuaskannya, maka jiwa manusia akan gelisah dan menderita. Allah menetapkan syariat pernikahan sebagai sarana paling ideal untuk

menyalurkan naluri tersebut. Dengan pernikahan, jiwa akan tenang dan pandangan akan teralihkan dari melihat hal-hal yang diharamkan. Rasulullah Saw. bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِنَّ الْمَرْأَةَ تَقْبَلُ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ، وَتَدْبِرُ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ، فَإِذَا رَأَى أَحَدُكُمْ مِنْ امْرَأَةٍ مَا يَعْجِبُهُ، فَلْيَأْتِ أَهْلَهُ فَإِنْ ذَلِكَ يَرْدُ مَا فِي نَفْسِهِ. (رواه مسلم)

Artinya: Dari Abi Hurairah, bahwa Nabi SAW bersabda: Sesungguhnya seorang wanita menghadap dalam rupa setan dan membelakangi dalam rupa setan. Maka, jika salah satu dari kalian melihat seorang wanita yang mengagumkannya (membuatnya tergoda), hendaknya ia mendatangi istrinya, karena yang demikian itu dapat mencegah (gejolak syahwat) yang terdapat dalam dirinya. (HR. Muslim) (al-Hajaj, 2010).

Kedua, pernikahan merupakan jalan terbaik untuk mendapatkan keturunan, melestarikan kehidupan manusia, dan menjaga garis keturunan. Dengan pernikahan, seseorang menjadi jelas nasabnya.

Ketiga, naluri sebagai orang tua, baik sebagai ibu atau ayah cenderung berkembang secara signifikan setelah kelahiran seorang anak. Perkembangan ini disertai dengan tumbuhnya rasa kasih dan sayang yang membentuk serta menyempurnakan sifat kemanusiaan seseorang.

Keempat, rasa tanggungjawab dalam menafkahi dan mengayomi keluarga menjadi motivasi utama bagi seseorang untuk bekerja keras dan mengekspresikan kreativitasnya sebagai bentuk usaha untuk memenuhi segala kebutuhan rumah tangga. Dengan demikian, sektor usaha akan mengalami pertumbuhan yang signifikan sehingga mendorong pengelolaan potensi dan sumber daya yang telah Allah karuniakan untuk kesejahteraan umat manusia.

Kelima, pernikahan berperan menyatukan keluarga, mempererat jalinan kasih sayang, dan memperkuat struktur sosial (Malisi, 2022). Pada dasarnya, masyarakat yang terbentuk berdasarkan nilai-nilai empati dan kasih sayang merupakan masyarakat yang kokoh dan bahagia.

Meskipun pernikahan di dalam Islam mengandung banyak nilai-nilai positif dan hikmah yang mendalam, namun status hukum menikah bersifat fleksibel sesuai kondisi dan kebutuhan seseorang, mulai dari wajib, sunah, mubah, makruh bahkan haram (al-Nawawi, 2010). Pernikahan hukumnya wajib bagi orang yang telah mampu secara fisik dan finansial, serta khawatir akan terjerumus kepada perbuatan zina. Apabila seseorang memiliki kemampuan lahir dan batin untuk melangsungkan pernikahan, namun mampu mengendalikan syahwatnya sehingga tidak terjatuh pada perzinaan, maka hukum menikah baginya adalah sunah. Hukum menikah dapat berubah menjadi haram dalam dua kondisi yaitu ketika seseorang tidak mampu menunaikan kewajiban memberi nafkah atau tidak mampu melakukan hubungan seksual. Apabila seseorang tidak mampu memberikan nafkah atau tidak dapat melakukan hubungan seksual tetapi keadaan tersebut tidak menyebabkan kemudaratannya bagi pihak perempuan, misalnya perempuan tersebut memiliki harta yang cukup untuk menghidupi dirinya sendiri atau tidak menginginkan

hubungan seksual, maka hukum menikah dalam kondisi tersebut adalah makruh. Adapun orang yang berada pada posisi di antara hal-hal yang mewajibkannya menikah dan hal-hal yang mencegahnya untuk menikah, maka hukum menikah baginya adalah mubah.

### **Faktor Penyebab Munculnya *Marriage is Scary* di Kalangan Generasi Muda**

Istilah *marriage is scary* berasal dari bahasa Inggris yang berarti pernikahan itu menakutkan. Fenomena yang sedang ramai dibicarakan di kalangan generasi muda ini mencerminkan pergeseran nilai-nilai sosial dan kultural pada masyarakat modern. Perubahan pandangan terhadap makna pernikahan dari sebuah ikatan suci dan sakral menjadi kontrak kesepakatan yang penuh resiko muncul sebagai reaksi atas kumpulan pengalaman-pengalaman negatif terkait pernikahan seperti perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga (Giddens, 2013).

Secara kultural, arus dominasi media telah menciptakan pandangan negatif terhadap pernikahan. Pada satu sisi, pernikahan dinarasikan sebagai kebahagiaan yang ideal, di sisi lain pernikahan digambarkan penuh tuntutan dan beban serta memiliki potensi konflik yang besar. Akibatnya muncul kecenderungan menunda usia pernikahan atau bahkan memutuskan untuk tidak menikah sama sekali.

Di luar ranah digital, realitas kehidupan menunjukkan bahwa banyak pernikahan yang tidak ideal yang ditandai dengan tingginya konflik antar pasangan. Kondisi pernikahan yang tidak ideal memberikan dampak psikososial bagi anak-anak yang lahir dan tumbuh di dalamnya, sehingga mereka cenderung trauma terhadap institusi pernikahan. Era modern disebut *runway world* (dunia lepas kendali) di mana hubungan intim mengalami transformasi menjadi semakin bebas dan terbuka namun ikatannya rapuh. Dengan demikian, pernikahan tidak lagi dianggap sebagai kebutuhan melainkan sebagai pilihan yang penuh pertimbangan rasional akan risiko-risikonya.

Fenomena *marriage is scary* tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan hasil akumulasi beberapa faktor yang saling berkaitan, di antaranya yaitu banyaknya generasi muda yang tumbuh dalam keluarga disfungsional seperti perceraian, kekerasan fisik maupun verbal, dan hubungan orang tua yang sarat konflik. Ketegangan hidup dalam keluarga berpotensi meninggalkan luka psikologis jangka panjang dan menumbuhkan persepsi negatif terhadap institusi pernikahan (Bowlby et al., 1992).

Menurut teori keterikatan Bowlby (1979), pengalaman buruk masa kecil di keluarga berpengaruh pada persepsi tentang hubungan jangka panjang. Anak dari keluarga disfungsional cenderung menerapkan *avoidant attachment style* yaitu meghindari kedekatan emosional dan sulit mempercayai orang lain.

Tingginya standar gaya hidup dan finansial yang belum stabil menjadi faktor lain seseorang menghindari pernikahan. Sebagian generasi muda menghadapi tekanan finansial yang berat, seperti biaya hidup sehari-hari, harga rumah, dan semua kebutuhan yang harus dipenuhi pasca menikah. Kondisi demikian diperberat dengan kesenjangan pendapatan dan sulitnya mendapat pekerjaan yang layak. Berdasarkan data *International Labour Organization* (ILO) tahun 2022 lebih dari 30% generasi muda berada dalam

ketidakpastian kerja yang berdampak pada jumlah pendapatan sehingga mereka menghindari pernikahan (Canton, 2021).

Faktor lain yang berkontribusi terhadap munculnya fenomena *marriage is scary* adalah kecenderungan generasi muda membangun ekspektasi yang tinggi terhadap pasangan dan kehidupan pernikahan yang akan dijalani. Gambaran tentang pasangan yang ideal dan sempurna seringkali tidak realistik sehingga menjadi penghalang dalam menjalin hubungan yang serius. Idealisme seperti ini tidak lepas dari pengaruh budaya individualistik dan konsumtif yang semakin menguat pada era digital. Karakter hubungan pada masyarakat modern digambarkan sebagai *liquid love* yaitu ikatan yang mudah terjalin tetapi rapuh sehingga mudah berakhir (Bauman, 2013).

Generasi muda modern banyak terjebak ke dalam *prolonged adolescence* yaitu perpanjangan masa remaja yang menyebabkan mereka menolak pernikahan sebagai salah satu fase kehidupan dewasa. Ketakutan terhadap komitmen juga menjadi salah satu faktor seseorang menghindari pernikahan. Komitmen dalam pernikahan dianggap mengancam kebebasan dan membatasi ruang ekspresi diri. Hal tersebut erat kaitannya dengan keinginan generasi muda untuk menunda kedewasaan (Kimmel, 2008).

Fenomena *marriage is scary* memberikan perubahan signifikan dalam tatanan sosial seperti menurunnya angka pernikahan dan kelahiran. Hal tersebut berpotensi menyebabkan krisis demografi dan penurunan produktivitas sosial. Negara yang angka pernikahan dan angka kelahirannya rendah akan menghadapi masalah penurunan tenaga kerja produktif dan peningkatan beban ekonomi akibat populasi yang semakin lama semakin menua (Canton, 2021).

Dari perspektif sosiologis, melemahnya institusi pernikahan mengakibatkan berkembangnya *cohabitation* yaitu pasangan yang hidup bersama tanpa pernikahan yang sah, *single parenthood*, dan pilihan hidup tanpa anak (*childfree*). Fenomena ini pada gilirannya menyebabkan pergeseran nilai dari komunitarian menuju individualistik yang mengancam keberlanjutan nilai-nilai sosial berbasis keluarga.

### **Pendekatan Fikih Kontemporer dalam Merespons Fenomena *Marriage is Scary***

Fenomena ketakutan menikah (*marriage is scary*) di kalangan generasi muda memerlukan pendekatan fikih kontemporer yang komprehensif melalui integrasi nilai-nilai *maqashid al-syari'ah*, pendekatan '*urf*', teori hubungan keluarga, dan ilmu psikologi modern. Pendekatan ini bertujuan untuk menjaga esensi pernikahan sekaligus menjawab tantangan baru yang ditimbulkan oleh perubahan sosial, ekonomi, dan budaya.

Berdasarkan pemahaman bahwa hukum menikah dapat berubah mengikuti kondisi personal, maka penundaan pernikahan untuk mencapai kesiapan mental dan emosional merupakan tindakan yang selaras dengan prinsip kehati-hatian dalam syariat. Apabila seseorang belum memiliki stabilitas psikologis atau dikhawatirkan menimbulkan mudarat, maka hukum menikah dapat bergeser dari sunah menjadi mubah, bahkan makruh. Pergeseran hukum ini sejalan dengan kaidah fikih درء المفاسد مقدم على جلب المصالح (mencegah kerusakan lebih didahului daripada meraih kemaslahatan).

Ketika kesiapan mental telah tercapai, tahapan berikutnya adalah penguatan bimbingan pranikah berbasis fikih keluarga (*fiqh al-usrah*). Bimbingan pranikah umumnya berfokus pada aspek legal-formal, seperti pemahaman rukun dan syarat pernikahan serta pemenuhan administrasi pernikahan. Padahal, salah satu faktor ketakutan generasi muda terhadap institusi pernikahan adalah ketidaksiapan ekonomi dan mental, sehingga dibutuhkan model edukasi pranikah yang mencakup tiga kesiapan fundamental yang dijelaskan oleh Abdul Karim Zaidan (1993), yaitu kesiapan ekonomi melalui konsep kemampuan menafkah (*qudrat an-nafaqah*), kesiapan pengetahuan mengenai hak dan kewajiban suami-istri (*ma'rifat al-huquq wa al-wajibat*), dan kesiapan mental emosional melalui penguatan akhlak dan etika interaksi (*husn al-mu'asharah*). Ketiga aspek tersebut menjadi landasan penting dalam merumuskan bimbingan pranikah yang tidak hanya berorientasi pada legalitas, tetapi juga pada kesiapan membangun keluarga sakinah.

Setelah akad berlangsung, pendampingan pasca-nikah menjadi bagian dari ikhtiar menjaga keberlangsungan keluarga. Muhammad Abu Zahrah (1978) menekankan mekanisme *al-islāh* (rekonsiliasi) dan *al-tahkīm* (mediasi) sebagai media penyelesaian konflik dalam keluarga. Pendekatan ini kini diadaptasi dalam konseling keluarga islami yang memadukan fikih dengan psikologi keluarga. Model pendampingan tersebut dapat berupa konseling berkala, pusat mediasi, edukasi kesehatan mental, pelatihan komunikasi efektif, dan pembentukan komunitas keluarga muda. Pendampingan berkelanjutan ini memberi ruang aman bagi pasangan untuk menghadapi dinamika rumah tangga secara bijaksana sehingga ketakutan menikah dapat berkurang secara signifikan.

Selain penguatan bimbingan pernikahan, fleksibilitas dalam pembagian peran rumah tangga juga diperlukan. Fikih sebenarnya tidak membagi tugas rumah tangga secara kaku, banyak ketentuan yang bersifat *ijtihadi* dan dipengaruhi budaya ('urf). Oleh karena itu, perlu adanya penyesuaian peran berdasarkan kapasitas, kesepakatan, dan kebutuhan. Prinsip ini memberikan ruang bagi suami-istri untuk membagi peran secara kolaboratif sehingga tidak ada lagi kekhawatiran tentang adanya beban yang timpang dalam pernikahan.

Meskipun fleksibilitas dalam pembagian peran mampu mengurangi ketakutan akan beban pernikahan, terdapat aspek lain yang tidak kalah signifikan dalam memengaruhi kekhawatiran generasi muda, yaitu munculnya pola hubungan yang saling melukai secara emosional maupun fisik. Dalam kerangka fikih kontemporer, isu ini dipahami sebagai permasalahan yang berkaitan langsung dengan perlindungan jiwa dan martabat manusia. Islam menegaskan larangan saling membahayakan melalui sebuah kaidah fikih لا ضرر ولا ضرار, yang menegaskan bahwa keselamatan fisik dan harga diri suami maupun istri dilindungi secara setara. Dengan demikian, tidak ada ruang pemberanakan bagi praktik kekerasan, dominasi, atau perlakuan merendahkan dalam hubungan pernikahan. Kaidah tersebut sejalan dengan prinsip *maqashid syari'ah* yaitu *hifz an-nafs* (menjaga jiwa) dan *hifz al-'ird* (menjaga martabat) sebagai tujuan utama syariat (al-Syatibi, 2005). Oleh karena itu, segala bentuk kekerasan dalam rumah tangga

merupakan tindakan tidak hanya bertentangan dengan *maqashid syari'ah*, tetapi juga merusak tujuan pernikahan sebagai institusi yang menghadirkan ketentraman (sakinah).

Keseluruhan pendekatan ini menunjukkan bahwa fikih tidak memandang fenomena *marriage is scary* sekadar keluhan generasi muda, melainkan sebagai problem sosial-keagamaan yang memerlukan respons adaptif. Melalui integrasi *maqāṣid al-syari‘ah*, penguatan pendidikan pranikah dan pascanikah, fleksibilitas pembagian peran, perlindungan dari mudarat, dan penegasan pentingnya kesiapan mental, fikih kontemporer memberikan kerangka solusi yang lebih humanis dan komprehensif untuk menjawab ketakutan menikah pada generasi muda.

## KESIMPULAN

Fenomena ketakutan menikah (*marriage is scary*) di kalangan generasi muda merupakan persoalan multidimensi yang mencakup aspek psikologis, sosiologis, dan syariat (fikih). Faktor penyebab utamanya antara lain trauma keluarga, tekanan finansial, ketidakstabilan emosional, pengaruh budaya individualistik, serta ekspektasi yang tidak realistik terhadap pasangan. Dalam perspektif fikih, pernikahan dianggap sebagai ibadah dan sarana untuk mencapai ketenangan jiwa, cinta, dan kasih sayang, dengan hukum yang fleksibel sesuai situasi dan kondisi yang dihadapi masing-masing individu. Menunda atau menolak pernikahan tanpa alasan syar'i bertentangan dengan tujuan syariat (*maqashid syariah*).

Solusi strategis yang ditawarkan dalam kajian ini meliputi penguatan bimbingan pranikah, pembagian peran keluarga yang adaptif terhadap kebutuhan sosial mutakhir, serta pendampingan pascanikah untuk memperkuat ketahanan keluarga. Dengan demikian, integrasi nilai agama dan strategi sosial dinilai krusial untuk membangun persepsi positif dan kesadaran pernikahan yang sehat, sehingga ketakutan terhadap institusi pernikahan dapat diminimalisasi dan fungsi pernikahan sebagai pilar peradaban dalam Islam dapat ditegakkan secara lebih kokoh

## DAFTAR PUSTAKA

- al-Bajuri, I. (2012). *Hasyiyah al-Bajuri ala Fath al-Qarib*. Dar al-Kutub al-Ilmiyah.
- Al Faruq, A. Q., Thobroni, A. Y., Sudury, A. M., Nurkumala, I. A., & Mukminin, I. (2025). Marriage Is Scary Phenomenon In Indonesia: Analysis Of Quranic Response To Increases Marital Violence. *Al Muhafidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 5(1), 93–110.
- al-Hajaj, M. (2010). *Shahih Muslim*. Dar al-Fikr.
- Al Mafaz, F., Arfan, A., & Fakhruddin, F. (2024). Marriage is scary trend in the perspective of Islamic law and positive law. *Studi Multidisipliner: Jurnal Kajian Keislaman*, 11(2), 329–344.
- al-Nawawi, Y. (2010). *Al-Minhaj Syarh Shahih Muslim*. Mauqi'u al-Islam.
- al-Syatibi, A. I. (2005). *Al-Muwafaqat*. Dar al-Fikr.
- al-Tirmidzi, M. bin I. (2010). *Sunan al-Tirmidzi*. Dar al-Kutub al-Ilmiyah.

- Al-Sabiq, S. (1999). *Fiqh al-Sunnah. II* (Libanon: Dar al-Fikr, 1981).
- Asmita, S. (2025). Marriage is scary in the digital era. *Annual International Conference on Interdisciplinary Islamic Studies*, 61–69.
- Bauman, Z. (2013). *Liquid love: On the frailty of human bonds*. John Wiley & Sons.
- Bowlby, J. (1979). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4), 637–638.
- Bowlby, J., Ainsworth, M., & Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775.
- Canton, H. (2021). United Nations Population Fund—UNFPA. In *The Europa Directory of International Organizations 2021* (pp. 283–285). Routledge.
- Giddens, A. (2013). *The transformation of intimacy: Sexuality, love and eroticism in modern societies*. John Wiley & Sons.
- Kimmel, M. S. (2008). *Guyland: The perilous world where boys become men*. Harper.
- Mahmudi, M. S. (2021). Falsafah Hukum Perkawinan Islam. *At-Tabayyun: Journal Islamic Studies*, 3(1).
- Maimun, M. (2022). Pernikahan Dalam Kompilasi Hukum Islam Dan Perdata. *Jurnal Al-Mizan*, 9(1), 12–21. <https://doi.org/10.54621/jiam.v9i1.263>
- Malisi, A. S. (2022). Pernikahan dalam Islam. *SEIKAT: Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Hukum*, 1(1), 22–28. <https://doi.org/10.55681/seikat.v1i1.97>
- Mulyana, D. (2014). *Metodologi Kualitatif: Paradigma Dan Ilmu Komunikasi Dan Ilmu Sosial Lainnya*. Remaja Rosdakarya.
- Suprayogi, R. (2023). Reformasi Hukum Perkawinan Islam Di Indonesia. *Indonesia of Journal Business Law*, 2(1), 29–37. <https://doi.org/10.47709/ijbl.v2i1.1962>
- Zahrah, M. A. (1978). *Al-ahwal al-shakhsiyah*. Dar al-Fikr.
- Zaidan, A. K. (1993). *Al-Mufassal fi Ahkam al-Mar'ah wa al-Bayt al-Muslim fi al-Syari'ah al-Islamiyyah*. Mu'assasah al-Risalah.