

## ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh munculnya fenomena *trend marriage is scary* di media sosial. Tren ini menggambarkan adanya keresahan masyarakat terhadap pernikahan sehingga terasa menakutkan. Tren ini menjadi *trending* di media sosial menunjukkan adanya perubahan dan pergeseran persepsi seseorang terhadap pernikahan. Pernikahan cenderung terpadang sebagai suatu yang menakutkan, mengekang dan penuh resiko. Hal ini kontras dengan pemahaman pernikahan dalam Islam yang merupakan sebagai sarana memperoleh kebahagiaan yang berupa *sanikah*, *mawaddah* dan *rahmah*. Selain itu dalam psikologi, pernikahan menjadi salah satu tugas perkembangan individu. Ketakutan terhadap pernikahan yang kolektif dapat berpotensi adanya penundaan pernikahan, ketidakpercayaan terhadap komitmen, sehingga opsi perzinahan mungkin terjadi. Hal ini terasa penting dikaji untuk memperoleh hasil analisis yang mendalam dalam perspektif psikologi Islam.

Atas dasar hal diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini mempertanyakan bagaimana bentuk ketakutan yang terungkap dalam *trend marriage is scary* di media sosial dalam perspektif Psikologi Islam? Apa makna dibalik fenomena *trend marriage is scary* di masyarakat khususnya media sosial dalam perspektif Psikologi Islam? Dan Bagaimana solusi Islam untuk menghadapi fenomena *marriage is scary* dalam perspektif psikologi Islam?

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis isi (*content analyze*), data diperoleh melalui observasi, dokumentasi, dan analisis 34 kutipan konten TikTok yang relevan. Adapun analisis data disajikan secara induktif dengan teknik reduksi data, display data dan verifikasi. Sedangkan keabsahan data dilakukan dengan menguji kredibilitas serta triangulasi teori dan triangulasi sumber.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ketakutan-ketakutan yang terdapat pada *trend marriage is scary* pada dasarnya merupakan sebuah ketakutan yang wajar. Namun apabila ketakutan itu berlebihan hingga berpotensi menghalangi perbuatan baik, maka hendaknya untuk segera ditangani dan ditindaklanjuti. Hal ini menunjukkan pergeseran persepsi terhadap makna pernikahan, gaya hidup masyarakat modern yang rasional-sekuler dan individualistik, serta kuatnya pengaruh media sosial sebagai ruang penularan emosi dan pembentukan persepsi tentang pernikahan. Dalam perspektif psikologi Islam, hal ini menunjukkan lemahnya konsep identitas diri seseorang, dominasi nilai yang cenderung duniawi serta mengikisnya pemahaman spiritual terhadap pernikahan. Dalam hal ini, Islam menawarkan solusi dalam menghadapi fenomena ini secara individu untuk membekali diri dengan iman, ilmu dan amal mengenai pernikahan. Dalam mengatasi ketakutan, dilakukan dengan memperbanyak kegiatan penyucian jiwa (*Tazkiyatunnafs*) seperti doa, dzikir dan lain-lain. Sedangkan secara kolektif, perlu adanya gerakan dakwah di ruang digital, bimbingan pra-nikah yang menekankan pemahaman makna pernikahan yang ideal dalam Islam, serta penguatan konsep identitas dalam diri individu.

**Kata Kunci:** *Marriage is Scary, Ketakutan menikah, Psikologi Islam, media sosial*

## ABSTRACT

Background of this research is the emergence of the marriage is scary trend phenomenon on social media. This trend illustrates the public's anxiety about marriage so that it feels scary. This trend is trending on social media, indicating a change and shift in a person's perception of marriage. Marriage tends to be seen as something scary, restrictive and full of risk. This is in contrast to the understanding of marriage in Islam which is a means of obtaining happiness in the form of *sanikah*, *mawaddah* and *rahmah*. In addition, in psychology, marriage is one of the tasks of individual development. Collective fear of marriage can potentially delay marriage, distrust of commitment, so that the option of adultery may occur. This feels important to study in order to obtain in-depth analysis results from an Islamic psychology perspective.

Based on the above, the formulation of the problem in this study questions how the form of fear is expressed in the marriage is scary trend on social media from the perspective of Islamic Psychology? What is the meaning behind the phenomenon of the marriage is scary trend in society, especially social media from the perspective of Islamic Psychology? And what is the Islamic solution to deal with the marriage is scary phenomenon from the perspective of Islamic psychology?

This research is qualitative research with a content analysis approach, data obtained through observation, documentation, and analysis of 34 relevant TikTok content quotes. The data analysis is presented inductively with data reduction, data display and verification techniques. While the validity of the data is carried out by testing credibility and triangulation of theory and triangulation of sources.

The results of this study indicate that the fears contained in the marriage is scary trend are basically reasonable fears. However, if the fear is excessive to the point of potentially hindering good deeds, then it should be immediately addressed and followed up. This shows a shift in perception of the meaning of marriage, the rational-secular and individualistic lifestyle of modern society, and the strong influence of social media as a space for transmitting emotions and forming perceptions about marriage. From an Islamic psychology perspective, this shows the weakness of a person's concept of self-identity, the dominance of values that tend to be worldly and the erosion of spiritual understanding of marriage. In this case, Islam offers a solution in dealing with this phenomenon individually to equip oneself with faith, knowledge and good deeds regarding marriage. In overcoming fear, it is done by increasing soul purification activities (*Tazkiyatunnafs*) such as prayer, *dhikr* and others. While collectively, there needs to be a *da'wah* movement in the digital space, pre-marital guidance that emphasizes understanding the meaning of ideal marriage in Islam, and strengthening the concept of identity within the individual.

**Keywords:** *Marriage is Scary, Fear of Marriage, Islamic Psychology, Social Media*

## ملخص

ترتكز خلفية هذا البحث على ظهور ظاهرة الزواج كظاهرة مخيفة على وسائل التواصل الاجتماعي. يُظهر هذا التوجه قلق الجمهور تجاه الزواج، مما يُشعرهم بالخوف. يتزايد هذا التوجه على وسائل التواصل الاجتماعي، مما يُشير إلى تغير وتحول في نظرة الفرد للزواج. يُنظر إلى الزواج عادةً على أنه أمر مخيف ومُقيّد ومليء بالمخاطر. وهذا يتناقض مع مفهوم الزواج في الإسلام، الذي يُمثل وسيلةً لتحقيق السعادة في صورة سنّة ومودة ورحمة. علاوةً على ذلك، يُعد الزواج في علم النفس إحدى مهام التنمية الفردية. قد يُؤخر الخوف الجماعي من الزواج الزواج، ويُؤدي إلى عدم الثقة بالالتزام، مما قد يُؤدي إلى خيار الزنا. من المهم دراسة هذا الأمر للحصول على نتائج تحليل مُعمّقة من منظور علم النفس الإسلامي.

بناءً على ما سبق، تتساءل صياغة مُشكلة هذه الدراسة عن كيفية التعبير عن شكل الخوف في اتجاه الزواج المخيف على وسائل التواصل الاجتماعي من منظور علم النفس الإسلامي. ما معنى ظاهرة الزواج كتوجه مخيف في المجتمع، وخاصةً وسائل التواصل الاجتماعي من منظور علم النفس الإسلامي؟ وما هو الحل الإسلامي للتعامل مع هذه الظاهرة من منظور علم النفس الإسلامي؟

هذا البحث نوعي يعتمد على تحليل المحتوى، وبيانات مستقاة من الملاحظة والتوثيق وتحليل ٣٤ اقتباسًا ذا صلة بمحتوى تيك توك. يُقدّم تحليل البيانات استقرائيًا باستخدام تقنيات اختزال البيانات وعرضها والتحقق منها. بينما تُجرى صحة البيانات من خلال اختبار مصداقية النظرية وتثليث المصادر.

تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن المخاوف الكامنة في الزواج كتوجه مخيف هي في الأساس مخاوف معقولة. ومع ذلك، إذا كان الخوف مفرطًا لدرجة قد تعيق الأعمال الصالحة، فيجب معالجته ومتابعته على الفور. يُظهر هذا تحولًا في تصور معنى الزواج، وأسلوب الحياة العقلاني-العلماني والفردية في المجتمع الحديث، والتأثير القوي لوسائل التواصل الاجتماعي

كمساحة لنقل المشاعر وتكوين تصورات حول الزواج. من منظور علم النفس الإسلامي، يُظهر هذا ضعف مفهوم الهوية الذاتية لدى الفرد، وهيمنة قيم دنيوية، وتآكل الفهم الروحي للزواج. في هذه الحالة، يُقدم الإسلام حلاً للتعامل مع هذه الظاهرة فردياً، يتسلح فيه الفرد بالإيمان والمعرفة والعمل الصالح فيما يتعلق بالزواج. وللتغلب على الخوف، يتم ذلك من خلال زيادة أنشطة تزكية النفس (تزكية النفس) كالصلاة والذكر وغيرها. بينما، هناك حاجة جماعية إلى حركة دعوية في الفضاء الرقمي، وإرشاد ما قبل الزواج يُركز على فهم معنى الزواج المثالي في الإسلام، وتعزيز مفهوم الهوية لدى الفرد.

الكلمات المفتاحية: الزواج مُحيف، الخوف من الزواج، علم النفس الإسلامي، وسائل التواصل الاجتماعي