

PANDANGAN MAHASISWA TERHADAP KONTEN “MARRIAGE IS SCARY” DI TIKTOK

Muhammad Luqmanul Hakim^{1*}, Ivan Adriansyah¹, Sri Lestari¹, Abdurrohlim¹

¹Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Sukoharjo
Jl. A. Yani, Pabelan, Kartasura, Sukoharjo, Indonesia

*Penulis korespondensi:

S300240028@student.ums.ac.id

Abstrak:

Perkembangan media sosial, khususnya TikTok, telah memunculkan tren “Marriage is Scary” yang ramai diperbincangkan di kalangan generasi muda, termasuk mahasiswa. Tren ini mencerminkan ketakutan terhadap proses akan melakukan pernikahan yang dipengaruhi oleh faktor sosial, ekonomi, budaya, serta pengalaman traumatis di masa lalu. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan persepsi mahasiswa terhadap tren “Marriage is Scary” di TikTok serta bagaimana konten tersebut berpengaruh terhadap regulasi emosi dan pemaknaan pernikahan. Dengan pendekatan kualitatif fenomenologi, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan tiga informan mahasiswa yang aktif menggunakan TikTok. Hasil menunjukkan bahwa tren “Marriage is Scary” memicu kecemasan dan kesadaran kritis serta menggugah refleksi diri dan memotivasi persiapan lahir batin yang lebih matang. Meski konten dapat memperkuat ketakutan kolektif, literasi digital yang baik dan dukungan nilai spiritual menjadi kunci bagi mahasiswa untuk mengolah narasi negatif menjadi langkah proaktif dalam merencanakan pernikahan. Temuan ini merekomendasikan pentingnya program literasi media, pendidikan pranikah holistik, dan pembekalan psikososial-spiritual bagi generasi muda.

Kata kunci: TikTok; *Marriage is Scary*; Mahasiswa; Fenomenologi; Psikososial

STUDENTS PERCEPTIONS OF THE “MARRIAGE IS SCARY” CONTENT ON TIKTOK

Abstract:

The development of social media, particularly TikTok, has given rise to the "Marriage is Scary" trend, which is widely discussed among young people, including college students. This trend reflects fears about the process of marriage, influenced by social, economic, and cultural factors, as well as past traumatic experiences. This study aims to describe college students' perceptions of the "Marriage is Scary" trend on TikTok and how this content influences their emotional regulation and understanding of marriage. Using a qualitative phenomenological approach, data were collected through in-depth interviews with three student informants who actively use TikTok. The results indicate that the "Marriage is Scary" trend triggers anxiety and critical awareness, stimulates self-reflection, and motivates more thorough physical and spiritual preparation. Although the content can reinforce collective fears, good digital literacy and support of spiritual values are key for college students to transform negative narratives into proactive steps in wedding planning. These findings recommend the importance of media literacy programs, holistic premarital education, and psychosocial-spiritual provision for the younger generation.

Keywords: TikTok; *Marriage is Scary*; university students; phenomenology; psychosocial

Pendahuluan

Pada era globalisasi, perkembangan teknologi media mengalami kemajuan yang sangat pesat. Teknologi yang pada awalnya diciptakan untuk memudahkan aktivitas manusia, kini menjadi semakin canggih, termasuk media sosial. Media sosial didefinisikan sebagai sarana komunikasi berskala besar yang menjangkau hampir semua lapisan masyarakat (Kaplan & Haenlein, 2010). Berbagai jenis media sosial bermunculan seperti Instagram, Twitter, Facebook, Line, Whatsapp & Tiktok.

Penggunaan media sosial TikTok terus meningkat secara global. Pada tahun 2024, Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) melaporkan jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai lebih dari 221 juta jiwa, dengan penetrasi 79,5%. TikTok menjadi salah satu aplikasi yang paling banyak digunakan, dengan Indonesia sebagai pasar terbesar kedua di dunia. Pengguna TikTok di Indonesia pada tahun 2023 dilaporkan mencapai 112,98 juta, dengan sebagian besar pengguna berusia 16-24 tahun. Peta demografis populasi pengguna Tiktok di Indonesia, *andi.link* menjelaskan bahwa komposisi demografis pengguna Tiktok laki-laki sejumlah 44,53% dan perempuan sejumlah 55,46%. Proyeksi pertumbuhan pengguna Tiktok hingga tahun 2030 dengan pertumbuhan secara bertahap. Klasifikasi pengguna Tiktok berdasarkan kelompok usia, 18-24 tahun sejumlah 34,8%, 25-34 tahun sejumlah 34,0%, 35-44 tahun sejumlah 15,7%, 45-54 tahun sejumlah 8,1% dan 55 tahun keatas sejumlah 7,4%. Tahun 2025 sudah tercatat 150 juta pengguna, maka pada tahun 2030 mungkin mencapai 180-200 juta pengguna. Angka tersebut belum dipengaruhi terhadap faktor-faktor pendukung yang dapat berkembang lebih pesat seperti tingkat penetrasi internet, regulasi pemerintah dan munculnya platform sebagai kompetitor.

Media Sosial Tiktok saat ini menjadi salah satu aplikasi paling populer di kalangan mahasiswa dan orang tua. Aplikasi TikTok adalah media sosial yang dapat diandalkan untuk mengisi waktu luang (Saputra et al., 2020). Dalam aplikasi TikTok, pengguna dapat menyampaikan atau mengungkapkan gagasan, maksud, pemikiran, dan perasaan yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan khlayak dan dapat mengolah kata-kata yang dapat diungkapkan dalam bentuk video, mulai dari vlog, dance, quotes, dan berbagai macam jenis konten.

Popularitas media sosial TikTok membawa dampak ganda. Di satu sisi, dengan menyediakan platform di mana orang dapat bertukar ide, terhubung, mencari saran, dan memberikan bimbingan (Montag et al., 2021). Tanpa disadari, perkembangan TikTok juga memicu permasalahan psikologis, terutama pada remaja (Sun et al., 2023). Di sisi lain, TikTok bisa menjadi ruang ekspresif bagi remaja untuk mencurahkan emosi, yang dapat membantu mengurangi beban mental (Charlie Health, 2024). Namun demikian, penggunaan yang berlebihan telah menjadi perhatian utama orang tua dan guru karena dampaknya terhadap kesehatan mental remaja, termasuk kecemasan, stres, dan gangguan tidur (Zhou et al., 2023).

Media sosial telah menjadi cermin bagi berbagai kegelisahan generasi kontemporer, termasuk kecemasan terhadap proses pernikahan. Di platform seperti TikTok, Tren *marriage is Scary* telah mendapatkan perhatian luas, mencerminkan ketakutan generasi muda terhadap komitmen jangka panjang (Jo, 2024). 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 & Ellison, 2007). Tren tersebut turut disebabkan karena kegelisahan akibat Ketidakstabilan ekonomi, meningkatnya biaya hidup, ekspektasi sosial yang berubah, serta ketidakpastian masa depan menjadi faktor utama yang menciptakan keraguan terhadap akan melakukan pernikahan. Selain itu, pengalaman trauma seperti perceraian orang tua, turut memperparah ketakutan secara kolektif pada mahasiswa (Ahmad & Roy, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Aulia et al (2025) mengungkapkan bahwa mahasiswa generasi Z menunjukkan keraguan terhadap pernikahan karena narasi negatif di TikTok. Penelitian lain oleh Hidayah et al (2025) menemukan bahwa mahasiswa yang aktif mengakses TikTok menunjukkan tingkat kecemasan yang tinggi terhadap pernikahan karena ekspektasi sosial yang berubah dan tekanan budaya yang kian kompleks. Kemampuan mengidentifikasi maupun mengkritisi isu-isu kontemporer, termasuk tren *marriage is scary* (Rachmawati et al., 2024).

Penelitian studi kasus sebelumnya pernah dilakukan oleh Lammers yang menghasilkan sebuah analisa terhadap bagaimana kekuasaan dan peran gender mempengaruhi perilaku dalam hubungan, termasuk kecenderungan untuk tidak setia (Lammers et al., 2011). Penelitian lain yang dilakukan Wenqing,et.al., (2024) pada wanita muda di Bengbu China yang menyatakan bahwa terdapat beberapa hal yang menjadi ketakutan perempuan muda akan pernikahan, yaitu informasi negatif dari media dan persepsi terhadap pernikahan. Di sisi lain ketakutan akan pernikahan tidak menandakan bahwa laki-laki dan perempuan tidak saling membutuhkan dalam hubungan cinta, maka keduanya cenderung memilih dan menerima berbagai bentuk hubungan selain pernikahan.

Dengan demikian, tren *marriage is scary* di TikTok dapat dipahami sebagai manifestasi kecemasan generasi muda terhadap komitmen pernikahan yang diperkuat oleh dinamika sosial, budaya dan media. Namun, kajian secara khusus yang menyoroti bagaimana mahasiswa memaknai tren ini dalam konteks TikTok masih terbatas.

Batasan penelitian terletak pada fokus terhadap mahasiswa sebagai subjek utama, dengan perhatian khusus pada persepsi mereka terhadap tren *marriage is scary* di TikTok. Penelitian ini tidak membahas aspek hukum, agama, maupun ekonomi dalam pernikahan.

Kontribusi penelitian diharapkan mencakup : 1.) Kontribusi akademis, memperkaya literatur mengenai hubungan antara media sosial, tren digital, dan konstruksi sosial tentang pernikahan di kalangan mahasiswa. 2.) Kontribusi praktis, menjadi bahan pertimbangan bagi pendidik, konselor dan pembuat kebijakan dalam merumuskan literasi media dan pemahaman pembelajaran pernikahan yang lebih sehat bagi mahasiswa.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian pada kondisi alamiah dengan peneliti sebagai instrumen kunci yang menekankan pada makna daripada pembahasan generalisasi (Safarudin et al., 2023). Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi. Pendekatan fenomenologi merupakan pendekatan yang menekankan kepada makna pengalaman hidup beberapa individu tentang fenomena yang dialami secara subjektif terhadap suatu fenomena sosial (Tumangkeng & Maramis, 2022). Melalui pendekatan fenomenologis, peneliti berupaya menggali secara mendalam bagaimana mahasiswa memaknai narasi *marriage is scary* dalam memengaruhi pandangan mereka terhadap pernikahan. Subjek dalam penelitian adalah mahasiswa aktif S1 yang aktif menggunakan tiktok dan pernah melihat konten bertema *marriage is scary*. Pemilihan partisipan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria sebagai berikut : 1.) Mahasiswa aktif berusia 18-25 tahun, 2.) Menggunakan aplikasi Tiktok secara aktif minimal 1 tahun terakhir, 3.) Pernah melihat atau berdiskusi mengenai konten *marriage is scary*, 4.) Bersedia mengikuti wawancara secara sukarela dan terbuka.

Adapun langkah-langkah sistematis dalam pendekatan fenomenologis yang dikemukakan Moustakas (Sitasi) dan Creswell (Sitasi). Pertama, peneliti melakukan *bracketing* yaitu menanggukkan berbagai asumsi dan pengalaman pribadi agar interpretasi data terfokuskan pada perspektif

partisipan. Kedua, hasil wawancara ditranskrip dibuatkan verbatim, dan dibaca berulang kali untuk memperoleh pemahaman pembicaraan yang menyeluruh terhadap pengalaman partisipan. Ketiga, *horizontalization* yaitu mengidentifikasi setiap pernyataan yang relevan dengan fenomena yang diteliti berdasarkan fokus penelitian pandangan mahasiswa terhadap konten *marriage is scary* di tiktok. Keempat, pernyataan tersebut dikelompokkan ke dalam tema utama yang mewakili esensi pengalaman partisipan. Selanjutnya, peneliti menyusun deskripsi terstruktur yaitu uraian mengenai apa saja yang dialami oleh partisipan terkait fenomena tersebut, kemudian membuat deskripsi struktural yaitu uraian mengenai bagaimana pengalaman tersebut terbentuk dalam konteks kehidupan partisipan. Tahapan terakhir adalah penyusunan kedua deskripsi untuk menemukan esensi pengalaman mahasiswa dalam memaknai konten *marriage is scary* di tiktok.

Tabel 1. Deskripsi Informan Penelitian

Nama	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-laki	Perempuan
Umur	23 tahun	21 tahun	21 tahun
Pekerjaan	Mahasiswa	Mahasiswa	Mahasiswi
Semester	Semester 10	Semester 6	Semester 6

Deskripsi informan 1 berdasarkan hasil wawancara, informan menggunakan tiktok sejak tahun 2021 saat Covid-19 sudah memasuki di tahun ke-2 dengan waktu penggunaan berjangka 2 hari sekali selama 2 jam. Informan menggunakan tiktok dikarenakan mengalami rasa ingin tahu tentang aplikasi tiktok yang sudah ramai dibicarakan teman-teman informan saat fenomena wabah Covid-19. Tiktok milik informan digunakan untuk melihat konten saja, konten yang disajikan berupa video lucu, quotes dan konten tentang *love relationship* yang sesuai dengan kondisi hidup informan. Konten lain seperti informasi mengenai materi-materi perkuliahan serta informasi lowongan kerja menjadi salah satu hal yang dimanfaatkan oleh informan hingga saat ini. Tiktok memiliki pengaruh besar bagi hidup informan, karena informan sudah dibekali oleh orang tua untuk mampu mengambil pembelajaran dari kisah orang lain, sehingga pada saat melihat tiktok, informan memanfaatkan macam bentuk konten yang disajikan untuk dapat diambil pembelajaran dan evaluasi bagi diri informan.

Deskripsi informan 2 berdasarkan hasil wawancara, informan menggunakan tiktok sejak fenomena wabah Covid-19 pada tahun 2020 dengan waktu penggunaan setiap hari selama 3 – 4 jam. Informan menggunakan tiktok karena merasa bosan pada saat fenomena wabah Covid-19 dan sering melihat konten cuplikan tiktok di media sosial instagram, kemudian tertarik untuk *download* tiktok secara langsung. Tiktok milik informan digunakan untuk melihat konten, *live* tiktok dan untuk membuat konten. Berdasarkan konten tiktok yang disajikan seperti quotes, video lucu, dan motivasi diri yang seringkali sesuai dengan suasana hati menjadi sebuah daya tarik awal informan untuk menggunakan tiktok setiap hari. Tidak hanya konten tersebut, konten lain seperti informasi mengenai berita terkini menjadi salah satu hal yang dimanfaatkan oleh informan hingga saat ini. Tiktok memiliki pengaruh yang sangat besar dalam mengubah cara pandang informan karena dinilai mendapatkan banyak pembelajaran bahkan dari pengalaman orang lain yang dibagikan, hal tersebut menjadikan informan untuk mampu merefleksi diri dan membuat berpikir mendalam sebelum melakukan sesuatu.

Deskripsi informan 3 berdasarkan hasil wawancara, informan menggunakan tiktok sejak awal fenomena wabah Covid-19 pada tahun 2020 dengan waktu penggunaan setiap hari selama 6 – 7 jam namun tidak dalam waktu yang berurutan. Informan menggunakan tiktok karena fenomena *fear of*

missing out yang dialami karena teman sebaya. Tiktok milik informan digunakan untuk melihat konten, membuat konten dan mencari *insight* genre musik baru. Berdasarkan konten tiktok yang muncul seperti video menari, quotes, video lucu, dan video yang trending seringkali menjadi pelampiasan informan untuk menghilangkan kebosanan setiap hari karena dinilai dapat menghibur dan menambah wawasan selama fenomena Covid-19. Tiktok memiliki pengaruh yang sangat besar dalam mengubah cara pemahaman dan perspektif informan karena belajar untuk melihat dari sisi yang berbeda dengan perspektif informan. Hal itu menjadikan informan lebih terbuka dalam cara berpikir dan memahami situasi berdasarkan banyak sisi.

Sumber data pada penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu: 1.) Literature review, peneliti menggunakan literature review guna mencari differensiasi melalui *research gap* pada penelitian terdahulu. Peneliti ingin mengkomparasi dan membandingkan untuk mendapatkan *novelty* pada teori maupun fokus penelitian yang dilakukan. 2.) Informan penelitian, informan penelitian bertujuan untuk keberlangsungan pengambilan data pada penelitian ini. Informan penelitian merupakan 3 orang mahasiswa/mahasiswi aktif yang masih menempuh perkuliahan aktif. Informan ditentukan melalui kriteria yang telah dibuat. Pemilihan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik maximum variation sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara peneliti secara sengaja memilih partisipan yang memiliki karakteristik tertentu yang sangat beragam, untuk memastikan bahwa berbagai variasi pengalaman, pandangan, atau kondisi terkait fenomena yang diteliti dapat terwakili dalam data (Friday & Leah, 2024). Kriteria informan dalam penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi yang sedang aktif dalam perkuliahan.

Analisis data merupakan proses mengatur data, mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, kategori, dan satuan uraian dasar tema (Kurniasih et al., 2021). Analisis data merupakan aktivitas pengorganisasian data. Kegiatan analisis data ialah mengatur, mengurutkan, mengelompokan, memberikan kode, dan mengategorikannya (Tuti Anggraini, 2021). Wawancara yang telah dilakukan analisis data dengan mengklasifikasikan ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar tema.

Penelitian kualitatif diperlukan pengecekan keabsahan data untuk menentukan standar kebenaran hasil dari penelitian yang telah dilakukan. Keabsahan data berguna untuk menguji seberapa derajat kepercayaan terhadap penelitian, Terdapat beberapa cara untuk melakukan pengecekan keabsahan data, salah satunya menggunakan *member checking*. *Member checking* merupakan pemeriksaan dalam bentuk integral dengan memberikan penyajian transkrip data dalam bentuk sebagian atau keseluruhan kepada informan untuk mendapatkan umpan balik. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan kredibilitas data melalui proses pemeriksaan dalam proses penelitian (Mckim & Mckim, 2023). Kredibilitas data digambarkan sebagai bentuk keterpercayaan data dan mengklaim kualitas bukti sepanjang wawancara dan menggunakan beberapa sumber data untuk menentukan tema (Candela, 2019).

Hasil

Berdasarkan hasil dari kategorisasi melalui wawancara pada 2 mahasiswa aktif dengan pengalaman dan perspektif yang berbeda saat melihat konten media sosial Tiktok *marriage is scary* pada penelitian ini. Analisis data dilakukan berdasarkan hasil wawancara dengan fokus tema regulasi emosi.

Peran Tiktok

Terdapat 2 Sub Kategori berdasarkan hasil koding wawancara tentang interaksi dan dinamika media sosial.

Fungsi Tiktok

Informan menggunakan tiktok sebagai media untuk mencari informasi terbaru secara *up-to-date* serta digunakan untuk bermain, dibandingkan dengan media sosial lain.

“nek tiktok ki aku dolanan lek, aku dolanan ki yo wes suwi aku dolanan” (Informan 1)

“...Sering juga aktif neng tiktok kan, dadi kadang update juga. update dalam artian terkait konten-konten tiktok ki ya update lewat situ juga.” (Informan 1)

“Kebanyakan waktu kuwi ki aku akeh juga dan mau kan berkesinambungan kan karo konten seng tak delok hubungan pacaran dan lain. Dan ketika kuwi aku weruh konten kuwi seng berhubungan karo pernikahan yang menakutkan.” (Informan 1)

“Aku kalo tiktokan biasane buat nyari video trending terbaru ki apa mas, soale kan gampang buat viral to di tiktok.” (Informan 3)

Selain itu, tiktok digunakan sebagai media untuk *screen time* pada saat pagi hari dan disaat sebelum tidur.

“Kalau dirata-ratakan, bisa sekitar 2 sampai 3 jam sih, Kak. Tapi itu nyicil ya, nggak sekaligus duduk diam segitu lamanya. Biasanya pagi-pagi sebentar, habis bangun tidur, iseng sambil nunggu badan bangun. Terus siang saat istirahat kerja atau kuliah, dan paling lama itu malam sebelum tidur” (Informan 2)

“aku mesti sebelum bobo tu tiktokan dulu biar ngantuk e cepet.” (Informan 3)

Melalui kutipan wawancara diatas, menjelaskan bahwa tiktok bukan hanya sekadar aplikasi hiburan, tetapi telah menjadi bagian dari gaya hidup digital mencakup keterhubungan sosial dan aktualisasi diri.

Persepsi Relasi di Tiktok

TikTok menjadi salah satu media sosial yang berperan penting dalam membentuk persepsi mahasiswa terhadap relasi, termasuk pacaran dan pernikahan. Informan mengungkapkan bahwa mereka kerap memperoleh perspektif baru melalui konten-konten yang tersebar di platform tersebut.

Sebagaimana diungkapkan oleh Informan 1:

“...Kan kebanyakan memang generasi Z ngono akeh pengaruh e seko tiktok juga kan. Dadi yo kebanyakan generasi-generasi awakku ki to, yo kebanyakan jupuk e seko tiktok juga...”

Pernyataan ini menunjukkan bahwa TikTok telah menjadi sumber utama referensi sosial bagi generasi Z. Mereka tidak hanya mengonsumsi konten secara pasif, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai, pemikiran, dan pandangan yang ditampilkan di dalamnya. Hal ini semakin diperjelas ketika Informan 1 menambahkan:

“Nah seringe, seringe aku ndelok konten-konten e iku yo kebanyakan perihal persepsi masyarakat soal hubungan wong pacaran, terus misal kecemasan di era generasi Z pada umur-umur sekian.”

Konten yang beredar di TikTok memberikan gambaran mengenai dinamika relasi dan kecemasan yang dirasakan mahasiswa, khususnya terkait tekanan sosial terhadap hubungan romantis maupun pernikahan.

Lebih jauh, TikTok juga menjadi media yang menyuarakan pengalaman personal yang menggugah kesadaran individu terhadap makna sebuah relasi. Seperti yang diceritakan Informan 2 dan 3:

"Ada satu video, Kak, yang sampai sekarang aku ingat banget. Itu dari seorang perempuan yang bilang kalau setelah menikah, dia kehilangan jati dirinya."
(Informan 2)

"Pernah lewat di tiktokku soal suami sama istri berantem yang viral soale ngelakuin kekerasan sama ada juga seng pembunuhan gitu antara suami sama istri. Bikin aku takut soal itu." (Informan 3)

Pernyataan ini memperlihatkan bagaimana konten TikTok dapat meninggalkan kesan mendalam dan membentuk opini seseorang tentang realitas pernikahan. Video tersebut bukan hanya menyampaikan cerita, tetapi juga menjadi refleksi sosial yang memengaruhi cara individu memaknai relasi secara lebih kritis.

Dampak Psikososial dan Emosional dari Konten TikTok

Terdapat 3 Sub Kategori berdasarkan hasil koding wawancara tentang dampak psikososial dan emosional dari konten tiktok.

Pengaruh Emosional

Informan menjelaskan bahwa konten tiktok *marriage is scary* dapat memengaruhi emosional yang tidak hanya memicu perasaan sedih ataupun marah, namun juga dapat menimbulkan rasa khawatir yang berlebih.

"Rasanya nyesek. Aku langsung mikir, 'Gimana kalau aku juga ngalamin itu nanti?' Jadi ya, cukup menakutkan sih sebenarnya." (Informan 2)

"Emosi aku ngerti ngono juga, yo emosi, yo bertanya juga. Dadi yo opo yo, lebih emosi tapi disisi lain aku juga penasaran." (Informan 1)

"Jadi nggak kerasa. Bahkan kadang bisa sambil nangis kalau kontennya emosional, huhu" (Informan 2)

"Soale kuwi menggiring opini banget. Menggiring opini negatif menurutku ya. Nah makane kan walaupun memang kuwi menggiring opini negatif.." (Informan 1)

"Aku takut banget nek siapun yang jadi suamiku nanti gabisa nerima kondisiku terus aku nanti diapa-apain, mas." (Informan 3)

"Amit-amit nek aku dibunuh piye jal, aku yo emoh." (Informan 3)

Melalui kutipan wawancara diatas, menunjukkan bahwa TikTok tidak hanya menjadi media berbagi informasi, tetapi juga media yang secara kuat memicu reaksi emosional dari para penggunanya. Respon emosional ini dapat memperkuat persepsi, membentuk sikap, bahkan mempengaruhi keputusan atau pandangan individu terhadap relasi dan pernikahan.

Muncul Kesadaran Diri

Informan menjelaskan bahwa konten tiktok *marriage is scary* dapat menjadi bentuk refleksi diri untuk individu serta menumbuhkan kesadaran dalam membuka pengetahuan mengenai *marriage is scary*.

"Ini bukan sekadar takut nikah, tapi kayak kesadaran bahwa pernikahan itu nggak seindah cerita-cerita di film." (Informan 2)

"Tapi setelah nonton berbagai konten itu, aku tu baru sadar pernikahan itu jauh lebih kompleks ya." (Informan 2)

"Aku juga jadi bisa menyiapkan diri secara mental dan emosional" (Informan 2)

"Jadi lebih siap lahir batin, gitu. Aku harap nanti bisa masuk pernikahan dengan kepala dingin, hati yang matang, dan harapan yang realistis." (Informan 2)

*"Belakangan ini, konten-konten *"Marriage is Scary"* sering banget muncul loh gatau kenapa kaya kaget aja apa refleksi kali ya hahaha"* (Informan 2)

*"Konten-konten *"Marriage is Scary"* menurutku adalah semacam *"wake up call"* atau teguran buat banyak orang, termasuk aku"* (Informan 2)

"Aku sampek nyiapke belajar-belajar soal nikah, terus aku belajar dari banyak sisi, entah dari peran menurut e agama atau sosial kayak bagaimana." (Informan 3)

"Ih iya yo mas, aku sampe belajar berperilaku dari sekarang. Walaupun aku yo belum nikah, tapi hal kecil kayak peran perempuan juga nyoba tak biasain." (Informan 3)

Melalui kutipan wawancara diatas, menjelaskan bahwa konten tiktok *marriage is scary* tidak hanya menghadirkan sisi negatif, namun dapat menjadi bentuk kesadaran kritis dalam melihat keadaan dan fakta dalam pernikahan.

Sikap Kritis Terhadap Konten

Tidak semua pengguna TikTok menerima konten yang mereka lihat secara mentah-mentah. Sebagian individu, termasuk informan dalam penelitian ini, menunjukkan adanya sikap kritis dalam menyikapi informasi, terutama yang berkaitan dengan isu sensitif seperti relasi dan pernikahan. Mereka cenderung melakukan proses refleksi, menelaah komentar, serta mempertimbangkan kembali isi pesan sebelum mempercayainya.

Sebagaimana diungkapkan oleh Informan 1:

"ibarat e yo caraku ngolah emosi yo aku ndelok-ndelok misal kuwi ono konten marriage is scary ngono to, nah aku ndelok komen-komen ngono kan biasane akeh ngono to, yo menurut persepsine cah-cah seng komen ngono kan akeh juga kan."

Pernyataan ini menunjukkan bahwa informan tidak hanya fokus pada isi konten, tetapi juga memperhatikan diskusi yang muncul di kolom komentar. Hal ini menjadi bagian dari proses berpikir kritis, di mana ia membandingkan perspektif yang berbeda dan tidak langsung menarik kesimpulan sepihak.

Selain itu, Informan 1 juga menekankan pentingnya kontrol diri dalam merespons konten yang emosional:

"Tapi ketika kita bisa mengontrol diri kan, mengontrol diri dalam perihal emosional ya, pasti kan kita akan mencari jawaban-jawaban yang semestinya, jawaban yang selayaknya ngono to."

Sikap kritis yang ditunjukkan di sini juga berhubungan erat dengan pengelolaan emosi. Informan menyadari bahwa emosi yang berlebihan dapat memengaruhi cara berpikir, sehingga penting untuk tetap tenang dan rasional dalam mencerna informasi.

Lebih lanjut, Informan 1 menjelaskan strategi berpikir reflektif dalam menghadapi konten-konten yang sedang tren:

“Kita ga menelan mentah-mentah informasi atau konten yang sedang trending, kita harus telaah. Nek solusi bagi setiap personal ya, kene harus menelaah, bener-bener ditelaah secara mendalam. Oposih konten kuwi, ditelaah, digawe rumusan dewe, digolek-golek formulasi seng sesuai ne piye. Jadi kita jangan mudah mentah menelan informasi dari luar, kan di era modernisasi era sekarang...”

Selain itu, Informan 3 menegaskan :

“Aku sering mikir kenapa ya orang-orang yang punya masalah suka e upload di tiktok. Apa ya butuh validasi, butuh pembelaan nek pasangane salah. Padahal kan konten gitu juga bisa bikin orang takut to sama pernikahan.” (Informan 3)

Dari kutipan tersebut, terlihat bahwa informan menganjurkan proses penalaran yang lebih mendalam terhadap informasi yang diterima. Ia menekankan pentingnya memilah dan menganalisis pesan sebelum mengambil sikap atau membentuk opini. Ini mencerminkan sikap literasi digital yang cukup matang, di mana individu tidak hanya sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai penafsir aktif.

Secara keseluruhan, subtema ini menunjukkan bahwa meskipun konten TikTok dapat memicu emosi dan persepsi tertentu, tidak semua pengguna bersikap pasif. Sebagian dari mereka justru menerapkan sikap kritis, baik dengan menelaah isi konten maupun melihat konteks diskusi yang lebih luas. Hal ini penting dalam membangun kesadaran diri serta kemampuan memilah informasi di tengah arus digital.

Pengetahuan, Nilai dan Spiritualitas dalam Persiapan Pernikahan

Informan menjelaskan bahwa pengetahuan, nilai dan spiritualitas menjadi aspek penting dalam mempersiapkan pernikahan, di mana pencarian pengetahuan dan refleksi spiritual dapat membentuk pola pikir yang lebih matang dan realistis terhadap kehidupan rumah tangga.

Media Sosial sebagai Sumber Pencarian Pengetahuan Relasi

Dalam era digital, media sosial seperti TikTok telah menjadi ruang belajar alternatif bagi mahasiswa untuk memahami relasi dan pernikahan. Informan dalam penelitian ini menjadikan TikTok bukan hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran dan refleksi. Mereka aktif mencari konten-konten yang membahas dinamika hubungan dan pernikahan, serta membaca komentar-komentar sebagai bentuk eksplorasi perspektif.

Sebagaimana disampaikan oleh Informan 1:

“Muncul komentar beragam, kuwi ndelok e pembelajaran iso lewat komentar itu dengan pendapat para netizen-netizen yang lain, aku juga iso oleh bahan. Jadi, nah memang fokusku tentang aku mencari konten kuwi, mencariku tetap neng tiktok...”

Sementara Informan 2 menjelaskan bahwa sumber pengetahuannya tidak hanya berasal dari media sosial, tetapi juga dari observasi terhadap orang tua dan literatur:

“Beberapa sih dari pengalaman orang tua. Walaupun mereka nggak pernah duduk dan cerita detail, tapi dari cara mereka berinteraksi, aku bisa menangkap beberapa hal.”

“Terus dari baca buku juga, yang bahas hubungan atau psikologi pasangan.”

“Nah, TikTok sekarang juga jadi sumber pembelajaran. Tapi aku selektif sih, Kak.”

Dari sini terlihat bahwa pencarian informasi dilakukan secara aktif dan selektif, menandakan adanya kesadaran generasi Z untuk memahami kompleksitas hubungan sebelum memasuki dunia pernikahan.

Nilai dalam Kesiapan Menikah

Nilai-nilai pribadi yang berkaitan dengan pernikahan seperti komitmen, kematangan berpikir, serta kesiapan dalam menyelesaikan konflik juga menjadi bagian penting dalam proses kesiapan menikah. Informan menunjukkan bahwa mereka tidak lagi memandang pernikahan secara romantis semata, tetapi juga mempertimbangkan aspek tanggung jawab jangka panjang.

Sebagaimana disampaikan oleh Informan 1:

“Dan ada bapakku pernah ngomong ki pendidikan pra-nikah ki ono, pendidikan itu bisa diikuti non formal ataupun formal. Hanya sekedar ngebuka mindset kedua pasangan ini terkait pernikahan itu bagaimana kan pasti akan berdampak ketika mereka sudah menjalankan sebuah rumah tangga.”

Selain itu, Informan 2 menegaskan:

“Harus ada komitmen jangka panjang dan kemampuan buat menyelesaikan konflik. Sekarang aku lebih kritis dan realistis.”

Lebih lanjut, Informan 3 menegaskan:

“Aku selain memperdalam wawasan soal nikah, aku kayae juga mau ada perjanjian pra-nikah biar ada kesepakatan yang ngiket antara suami istri.”

Pernyataan-pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa mulai memahami bahwa pernikahan bukan sekadar status sosial atau perasaan cinta, tetapi sebuah kerja sama panjang yang membutuhkan kedewasaan, nilai-nilai personal, dan kesiapan mental.

Spiritualitas

Bagi beberapa informan, makna pernikahan bukan hanya soal kesiapan lahir dan batin, tetapi juga menyangkut ketaatan terhadap perintah Tuhan. Pemahaman bahwa pernikahan adalah bagian dari ajaran agama memberi makna mendalam sekaligus tanggung jawab spiritual dalam menjalani relasi jangka panjang.

Informan 2 menjelaskan:

“Pertanyaan-pertanyaan soal kesiapan emosional ya kaya udah siap finansial belum, siap mental ga gitu, soal makna pernikahan buat aku pribadi yang begitu sakral dan penting ya karena sudah ada perintah dari Allah SWT juga.”

Hal serupa diungkapkan oleh Informan 1:

“Dadi yo piye-piye no, yo tetap kudu nikah. Ojo beranggapan seng wedi lah, ojo beranggapan seng ngene lah, soale kan memang kabeh kan wes diatur seko Gusti Allah juga to. Tapi bagaimana cara kita memahami sebuah nilai pernikahan itu.”

Dari pernyataan tersebut, terlihat bahwa keyakinan religius menjadi pendorong dan penguat bagi mereka dalam melihat pernikahan sebagai sesuatu yang sakral dan harus dijalani dengan pemahaman nilai yang benar.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami persepsi mahasiswa terhadap tren Marriage is Scary di TikTok, serta dampaknya terhadap kesiapan mereka untuk menikah. Fenomena ini menunjukkan bahwa media sosial, khususnya TikTok, tidak lagi hanya berfungsi sebagai platform hiburan semata, melainkan telah menjelma menjadi ruang diskursif yang memengaruhi pandangan, sikap, dan bahkan kesiapan mental mahasiswa dalam menghadapi fase kehidupan dewasa seperti pernikahan.

Para informan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa TikTok menjadi bagian tak terpisahkan dari rutinitas harian mereka. Aplikasi ini digunakan tidak hanya saat waktu senggang, tetapi juga sebelum tidur dan setelah bangun tidur. Hal ini menunjukkan bahwa TikTok telah membentuk pola konsumsi media yang konsisten dan menyatu dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa. Studi Hidayah et al. (2025) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa mahasiswa generasi Z menggunakan TikTok tidak hanya untuk hiburan, tetapi juga sebagai sarana belajar sosial dan aktualisasi diri. Fenomena ini mempertegas bahwa eksistensi media sosial dalam kehidupan anak muda telah melebur secara fungsional maupun emosional.

Salah satu aspek paling menonjol dari tren Marriage is Scary adalah bagaimana mahasiswa menerima dan memaknai narasi tentang pernikahan. Dalam banyak konten TikTok, pernikahan digambarkan sebagai sesuatu yang penuh tantangan, beban emosional, bahkan mengancam kebebasan dan jati diri perempuan. Informan menyatakan bahwa mereka menjadi lebih waspada, bahkan takut, terhadap proses akan melakukan pernikahan setelah melihat video-video testimoni atau curhatan dari para perempuan yang merasa tidak bahagia dalam rumah tangga. Ini sesuai dengan hasil penelitian Wenqing et al. (2024), yang menemukan bahwa narasi negatif tentang pernikahan dalam media sosial, terutama TikTok (atau Douyin di Tiongkok), dapat memperkuat ketakutan perempuan muda terhadap kemungkinan hilangnya otonomi pribadi, kekerasan dalam rumah tangga, atau tekanan sosial setelah menikah.

Paparan terus-menerus terhadap konten-konten ini tidak hanya membentuk persepsi, tetapi juga memunculkan respons emosional yang cukup kuat. Mahasiswa melaporkan adanya kecemasan, kesedihan, bahkan ketidakpastian mengenai masa depan mereka. Mereka mulai mempertanyakan kesiapan pribadi dan kapasitas emosional untuk memasuki dunia pernikahan. Reaksi emosional ini dapat dijelaskan melalui teori emotional contagion di media sosial, yakni fenomena di mana emosi dalam konten digital dapat "menular" ke pengguna (Ferrara & Yang, 2015; Chen, 2022). Dengan algoritma yang bekerja berdasarkan preferensi dan engagement, TikTok cenderung mereproduksi konten-konten serupa yang memperkuat narasi pernikahan sebagai hal yang menakutkan, sehingga menciptakan ruang gema (echo chamber) yang memperkuat persepsi negatif tersebut.

Namun, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa tidak serta-merta menjadi pasif dalam menyerap informasi dari TikTok. Beberapa informan mampu bersikap kritis dan menjadikan konten Marriage is Scary sebagai bahan refleksi diri. Mereka menyadari bahwa tidak semua yang ditampilkan di media sosial mencerminkan realitas secara utuh. Narasi negatif yang beredar justru menjadi dorongan bagi sebagian mahasiswa untuk mempersiapkan pernikahan secara lebih matang, baik dari aspek emosional, finansial, maupun spiritual. Hal ini sejalan dengan temuan Ahmad & Roy (2021), yang menyatakan bahwa media sosial dapat menjadi ruang dialektika nilai bagi generasi muda—bukan sekadar ruang konsumsi pasif, melainkan tempat pembentukan sikap reflektif terhadap nilai-nilai hidup, termasuk nilai pernikahan.

Dalam hal ini, kemampuan literasi digital menjadi kunci. Informan yang menunjukkan tingkat literasi digital yang baik dapat membedakan antara konten yang sekadar bersifat sensasional dengan

yang berbasis pengalaman nyata atau refleksi mendalam. Mereka juga mampu melakukan verifikasi informasi dan membandingkan berbagai sumber sebelum membentuk kesimpulan akhir. Menurut Rachmawati et al. (2024), kemampuan ini penting dalam era media sosial, di mana banjir informasi sering kali menyulitkan pengguna untuk menyeleksi dan mengkritisi konten secara objektif. Literasi digital yang tinggi memungkinkan mahasiswa untuk tidak terjebak dalam narasi tunggal, serta mengembangkan perspektif yang lebih seimbang.

Selain aspek emosional dan kognitif, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa nilai spiritualitas turut memainkan peran penting dalam persepsi mahasiswa terhadap pernikahan. Sebagian informan menyatakan bahwa meskipun mereka menyadari adanya risiko dan tantangan dalam pernikahan, mereka tetap menilai bahwa pernikahan adalah bagian dari proses spiritual dan ibadah dalam konteks keyakinan agama mereka. Dengan demikian, tren negatif di media sosial tidak serta-merta menghapus makna sakral pernikahan bagi mereka. Temuan ini diperkuat oleh Maulida & Hakim (2021) serta Sari & Nuraini (2020), yang menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki korelasi positif dengan kesiapan menikah dan persepsi positif terhadap relasi jangka panjang. Bagi mahasiswa yang memiliki orientasi spiritual kuat, narasi negatif di TikTok justru menjadi titik balik untuk memperkuat niat mempersiapkan diri, bukan untuk menjauh dari komitmen pernikahan.

Pengalaman informan dalam menyikapi konten "*Marriage is Scary*" di TikTok tidak hanya mencerminkan reaksi permukaan, tetapi juga dapat dianalisis melalui lensa teori-teori psikologis yang relevan. Fenomena ini menunjukkan adanya interaksi kompleks antara paparan media sosial, respons emosional, dan proses kognitif individu. Pertama, pengaruh emosional yang dirasakan informan seperti rasa "nyesek," khawatir berlebihan, bahkan menangis dapat dijelaskan dengan teori emotional contagion. Teori ini menyatakan bahwa emosi dalam konten digital dapat "menular" ke pengguna (Herrando & Constantinides, 2021). Algoritma TikTok, yang cenderung mereproduksi konten serupa berdasarkan preferensi pengguna, berpotensi menciptakan "ruang gema" (echo chamber) yang memperkuat narasi negatif tentang pernikahan (Cinelli et al., 2021). Informan 1 yang merasa "emosi, yo bertanya juga" dan Informan 2 yang langsung "mikir, Gimana kalau aku juga ngalamin itu nanti?" serta Informan 3 yang merasa ketakutan "Aku takut banget nek siapapun yang jadi suamiku nanti gabisa nerima kondisiku terus aku nanti diapa-apain, mas." adalah contoh nyata bagaimana emosi kolektif yang disajikan di TikTok dapat memicu kecemasan dan kekhawatiran pribadi. Konten yang "menggiring opini negatif" juga memperkuat pembentukan persepsi ini.

Kedua, meskipun dihadapkan pada emosi negatif, para informan menunjukkan adanya kemampuan refleksi diri dan kesadaran kritis. Informan 2, misalnya, menyatakan bahwa konten tersebut menjadi "wake up call" yang membuatnya sadar bahwa "pernikahan itu nggak seindah cerita-cerita di film" dan "jauh lebih kompleks". Respons ini melampaui sekadar penerimaan pasif dan mengarah pada proses konstruksi makna yang lebih dalam. Informan 3, menyatakan bahwa konten tersebut berubah menjadi semangat dan "sampek nyiapke belajar-belajar soal nikah" tidak hanya dalam satu perspektif saja "belajar dari banyak sisi, peran menurut agama atau sosial." Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa media sosial dapat menjadi ruang dialektika nilai, tempat generasi muda tidak hanya mengonsumsi informasi tetapi juga membentuk sikap reflektif terhadap nilai-nilai hidup, termasuk pernikahan. Kemampuan informan untuk "menelaah secara mendalam" dan "membuat rumusan dewe" menunjukkan adanya pemrosesan kognitif aktif yang memungkinkan mereka untuk tidak menelan mentah-mentah informasi negatif, melainkan menggunakannya sebagai dasar untuk persiapan diri yang lebih matang secara mental dan emosional.

Ketiga, peran TikTok sebagai sumber pembelajaran sosial juga sangat menonjol. Informan 1 secara eksplisit menyatakan bahwa ia memanfaatkan TikTok untuk "mengambil pembelajaran dari kisah orang lain", sementara Informan 2 juga "mendapatkan banyak pembelajaran bahkan dari pengalaman orang lain yang dibagikan". Hal ini sesuai dengan prinsip Teori Kognitif Sosial (Bandura) yang menyoroti pentingnya pembelajaran observasional. Melalui pengamatan terhadap pengalaman orang lain baik yang positif maupun negatif di TikTok, mahasiswa membentuk pandangan mereka tentang pernikahan, mengembangkan ekspektasi yang lebih realistis, dan memotivasi diri untuk mempersiapkan diri secara lebih baik (Sabililhaq et al., 2024). Pengamatan ini tidak hanya terbatas pada konten utama, tetapi juga diskusi di kolom komentar yang "menjadi pembelajaran" dengan "pendapat para netizen-netizen yang lain". Dengan demikian, TikTok berfungsi sebagai media untuk menguji realitas sosial dan membentuk persepsi relasi di kalangan mahasiswa.

Secara keseluruhan, pengalaman informan yang berkaitan dengan konten-konten "*Marriage is Scary*" di TikTok mengilustrasikan bagaimana media sosial dapat memicu respons emosional melalui emotional contagion, namun sekaligus mendorong proses kognitif yang lebih tinggi seperti refleksi diri dan kesadaran kritis, serta berfungsi sebagai platform untuk pembelajaran sosial. Studi ini memiliki kebaruan yang signifikan dalam memahami persepsi mahasiswa terhadap tren "*Marriage is Scary*" di TikTok, terutama dengan menyoroti bagaimana mahasiswa memaknai tren ini dalam konteks platform TikTok yang sebelumnya masih terbatas kajiannya. Fokus pada makna yang dikonstruksi mahasiswa, dibandingkan hanya pada dampak negatifnya, memberikan perspektif yang lebih nuansa dan holistik. Salah satu kontribusi utama yang membedakan penelitian ini dari studi sebelumnya adalah penekanan pada peran spiritualitas dalam memediasi persepsi dan kesiapan menikah mahasiswa. Meskipun banyak penelitian mengidentifikasi faktor sosial, ekonomi, budaya, dan pengalaman traumatis sebagai pemicu ketakutan akan pernikahan, studi ini menunjukkan bahwa nilai spiritualitas berperan sebagai pelindung dan motivator bagi sebagian mahasiswa. Informan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa bagi mereka, pernikahan bukan hanya tentang kesiapan lahir dan batin, melainkan juga menyangkut ketaatan terhadap perintah Tuhan. Informan 2 secara spesifik menyebutkan bahwa makna pernikahan baginya adalah "begitu sakral dan penting ya karena sudah ada perintah dari Allah SWT juga". Senada, Informan 1 menegaskan bahwa "kabe kan wes diatur seko Gusti Allah juga to," sehingga penting untuk "memahami sebuah nilai pernikahan itu". Keyakinan religius ini menjadi "pendorong dan penguat" dalam melihat pernikahan sebagai sesuatu yang sakral dan harus dijalani dengan pemahaman nilai yang benar.

Temuan ini sangat penting karena menunjukkan bahwa narasi negatif yang beredar di TikTok tidak serta-merta menghapus makna sakral pernikahan bagi mahasiswa yang memiliki orientasi spiritual kuat. Sebaliknya, bagi mereka, tren "*Marriage is Scary*" justru "menjadi titik balik untuk memperkuat niat mempersiapkan diri, bukan untuk menjauh dari komitmen pernikahan". Ini menambahkan dimensi baru pada pemahaman tentang bagaimana generasi muda menghadapi tekanan sosial dan informasi negatif di media sosial. Kebaruan ini juga diperkuat oleh temuan penelitian sebelumnya, seperti Maulida & Hakim (2021) serta Sari & Nuraini (2020), yang menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki korelasi positif dengan kesiapan menikah dan persepsi positif terhadap relasi jangka panjang. Studi ini mengkonfirmasi dan memperdalam pemahaman tersebut dalam konteks spesifik tren digital "*Marriage is Scary*" di TikTok, memberikan bukti empiris tentang bagaimana aspek spiritual dapat menjadi "kunci" bagi mahasiswa untuk mengolah narasi negatif menjadi langkah proaktif dalam merencanakan pernikahan (Asih et al., 2025).

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan perlunya pendekatan holistik dalam menyikapi peran media sosial dalam pembentukan persepsi dan kesiapan menikah di kalangan mahasiswa. Pendidik, konselor, dan pembuat kebijakan perlu memperkuat pendidikan literasi media digital serta menyediakan program pembekalan pranikah yang tidak hanya fokus pada aspek teknis, tetapi juga psikososial dan spiritual. Seperti yang disarankan oleh Vu et al. (2019), integrasi antara pendidikan kritis terhadap media dan pendidikan karakter sangat penting agar generasi muda tidak hanya menjadi konsumen konten, tetapi juga menjadi individu yang mampu berpikir reflektif, mengambil keputusan berdasarkan nilai-nilai pribadi, dan mempersiapkan masa depan dengan lebih bijak dan realistis.

Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa tren “*Marriage is Scary*” di TikTok dipersepsikan mahasiswa secara ambivalen. Sebagian mahasiswa merasakan kecemasan dan keraguan terhadap pernikahan akibat paparan konten negatif, namun pada saat yang sama mereka juga terdorong untuk melakukan refleksi diri, menumbuhkan kesadaran kritis, serta mempersiapkan diri secara lebih matang. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk memahami persepsi mahasiswa terhadap tren tersebut dan dampaknya terhadap kesiapan menikah telah tercapai, yakni bahwa konten “*Marriage is Scary*” tidak hanya menimbulkan rasa takut, tetapi juga dapat menjadi pemicu kesiapan emosional, finansial, dan spiritual sebelum memasuki pernikahan.

Implikasi dari temuan ini adalah pentingnya penguatan literasi digital agar mahasiswa mampu menyikapi narasi negatif secara kritis dan tidak terjebak dalam ketakutan kolektif. Selain itu, nilai spiritualitas terbukti berperan dalam membantu mahasiswa memaknai pernikahan sebagai proses sakral yang tetap harus dijalani dengan tanggung jawab. Oleh karena itu, disarankan agar lembaga pendidikan dan pihak terkait mengembangkan program literasi media serta pendidikan pranikah yang bersifat holistik, mencakup aspek psikososial, kognitif, dan spiritual, sehingga generasi muda dapat mempersiapkan pernikahan dengan lebih bijak dan realistis.

Daftar Pustaka

- Ahmad, R., & Roy, P. (2021). Social media as a space for value negotiation among youth: A qualitative inquiry. *Journal of Youth Studies*, 24(6), 789–805.
- Aulia, N., Safitri, D., & Sujarwo. (2025, April 30). Fenomena *Marriage is Scary* dalam konten TikTok terhadap persepsi Generasi Z tentang pernikahan. *SYARIAH: Jurnal Ilmu Hukum*, 2(3), 124–131.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230.
- Cantekin, D., & Kunduraci, A. (2024). Marriage anxiety in emerging adulthood: A study on university students. *International Journal of Educational Studies*, 6(2), 44–59.
- Charlie Health. (2024). TikTok helps create unique mental health communities for teens. Diunduh dari https://www.charliehealth.com/post/tiktok-helps-create-unique-mental-health-communities-for-teens
- Chen, L. (2022). Emotional contagion in short-video platforms: A study of user responses to negative content. *Computers in Human Behavior*, 134, 107324.

- Ferrara, E., & Yang, Z. (2015). Measuring emotional contagion in social media. *PLOS ONE*, 10(11), e0142390.
- Hidayah, N. A., Sessiani, L. A., & Ikhrom. (2025, April 30). The impact of the “Marriage is Scary” TikTok trend on Gen Z’s anxiety toward marriage. *Psikologi Prima*, 8(1), 185–198.
- Hidayah, S., Putri, D. A., & Nurhasanah, R. (2025). Peran TikTok dalam pembentukan identitas diri mahasiswa Gen Z di era digital. *Jurnal Psikologi Media dan Sosial*, 12(1), 15–29.
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of socialmedia. *Business Horizons*, 53(1), 59–68.
- Lammers, J., dkk. (2011). Power increases infidelity among men and women. *Psychological Science*, 22(9), 1191–1197.
- Magister Interdisciplinary Islamic Studies. (2025, Januari 7). Literasi pendidikan pranikah di tengah kecenderungan *Married is Scary*: Kajian netizen TikTok. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 2(2).
- Maulida, E. N., & Hakim, A. (2021). Spiritualitas dan kesiapan menikah pada remaja akhir: Studi korelasional. *Jurnal Psikologi Islami*, 8(2), 143–152.
- Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the psychology of TikTok use: A first glimpse from empirical findings. *Frontiers in Public Health*, 9, 641673.
- Rachmawati, N., dkk. (2024). Literasi digital di kalangan mahasiswa Indonesia. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 16(2), 30–42.
- Rachmawati, R., Nugroho, B. A., & Salsabila, A. (2024). Digital literacy and critical thinking among university students in responding to online narratives. *Journal of Digital Youth Research*, 9(1), 55–70.
- Rahmawati, D. (2025). Konstruksi makna pernikahan pada kalangan Muslim Gen Z di media sosial: Studi kasus penonton konten “Marriage is Scary” di TikTok. *MUKADIMAH: Jurnal Pendidikan, Sejarah, dan Ilmu-ilmu Sosial*.
- Sari, L. P., & Nuraini, D. (2020). Makna spiritualitas dalam membangun kesiapan pernikahan pada mahasiswa akhir. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(1), 67–80.
- Sun, Y., Zhang, Y., Kong, F., dkk. (2023). Problematic TikTok use and mental health: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 338, 430–438.
- Vu, H. T., Nguyen, T. H., & Le, M. T. (2019). Media literacy education and youth resilience in the face of social media influence. *Journal of Educational Media and Technology*, 24(3), 134–150.
- Wenqing, Z., dkk. (2024). Young women's fear of marriage in the age of socialmedia: Evidence from Bengbu, China. *Asian Social Psychology Review*, 9(1), 55–68.
- Wenqing, Z., Liu, M., & Zhang, Y. (2024). Marriage anxiety among young women: The role of Douyin content and online discourse. *Chinese Journal of Media and Society*, 10(2), 92–110.
- Zhou, Y., Wang, M., & Gu, S. (2023). Excessive short-video use and mental health in adolescents: Evidence from a cross-sectional study. *Children and Youth Services Review*, 150, 107011.