

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Marriage is scary (pernikahan itu menakutkan) merupakan suatu persepsi rasa takut dalam berbagai aspek pada pernikahan (Tirta & Arifin, 2025). Beberapa persepsi tersebut yaitu takut menikah dengan pasangan yang salah, berselingkuh hingga ketidaksesuaian harapan dari sikap keluarga pasangan (Kholifah et al., 2023). Fenomena tersebut tidak sekedar viral di media sosial, tetapi juga diperkuat oleh kasus seperti kasus kekerasan dalam rumah tangga di Pacet Mojokerto sehingga dapat memicu meningkatnya persepsi negatif terhadap pernikahan (Kompas.com, 2025). Hal tersebut dapat mempengaruhi kesiapan mental seseorang terutama pada Generasi Z yang tidak memvalidasi informasi dari media sosial terlebih dahulu, sehingga secara langsung menilai bahwa pernikahan itu menakutkan (Setiani, 2023). Persepsi *marriage is scary* oleh Generasi Z menunjukkan adanya keraguan terhadap komitmen dan tanggung jawab dalam pernikahan, yang secara konseptual berdampak pada ketidaksiapan mental sebelum menikah sehingga menganggap pernikahan menjadi beban (Kusnul & Nugroho, 2025).

Data di Turki dalam penelitian Yildirim (2022) menyatakan bahwa pada periode tahun 2020-2022 menunjukkan 50% dewasa dengan usia 18-30 tahun yang belum siap menikah karena menganggap pernikahan sebagai beban. Begitu juga di China, data pada periode tahun 2022-2023 menunjukkan 77% dewasa muda merasa tidak cocok menikah dan 54% acuh terhadap pernikahan

(Chang, 2024). Hasil dari Riskesdas (2021) menyatakan bahwa >10% mengalami gangguan mental emosional serta depresi pada calon pengantin, kemudian sekitar 1.800 kasus bunuh diri pertahun dengan 47% korban berusia 18-39 tahun yang di mana dari beberapa kasus tersebut diakibatkan oleh masalah rumah tangga. Data dari Badan Pusat Statistik Indonesia pada tahun 2024 mencapai 394.608 kasus dengan perceraian tertinggi di Wilayah Provinsi Jawa Timur dan Jawa Tengah (BPS, 2025). Data tersebut juga didukung dengan jumlah perceraian di Mojokerto tahun 2025 (Januari-Februari) sebanyak 2.916 pasangan suami-istri tercatat resmi bercerai yang diajukan oleh pihak istri sekitar 2.300 kasus, sementara cerai talak yang diajukan oleh suami tercatat sekitar 700 kasus (Pengadilan Agama, 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setyawati et al. (2025) menyatakan bahwa sebanyak 64,7% responden menyatakan tidak siap secara mental dan hanya 35,3% yang menyatakan siap mental dalam ke jenjang pernikahan. Menurut penelitian oleh Nurmala (2024) didapatkan hasil kesiapan menikah Generasi Z masih belum optimal karena sebanyak 21% yang menyatakan siap sepenuhnya, 12% belum siap dan 67% hanya siap dalam beberapa aspek saja. Penelitian yang dilakukan oleh Satriyanto & Oktaviani (2025) juga mayoritas responden berada pada kategori kesiapan menikah yang belum optimal, sehingga menunjukkan perlunya pematangan aspek psikologis/mental sebelum ke jenjang pernikahan.

Berdasarkan penelitian oleh Susanto di Aceh Utara, pada aspek emosional sebanyak 66,7%, kemudian 60% responden masih mementingkan diri sendiri, 40% belum yakin menghadapi perbedaan dengan pasangan dan 53,3% memilih menunda pernikahan (Susanto, 2023). Menurut Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 yang telah diperbarui bahwa batas usia minimal perkawinan ditetapkan pada usia 19 tahun pada perempuan dengan wajib atas izin dari orang tua dan usia 21 tahun baik laki-laki maupun perempuan tanpa izin orang tua, hal tersebut untuk menjamin kesiapan fisik, mental dan sosial calon pasangan, akan tetapi fakta di lapangan menunjukkan tingginya angka perceraian dan meningkatnya ketakutan menikah pada generasi muda sehingga mengindikasikan adanya kesenjangan antara harapan kebijakan pemerintah dengan realitas psikologis mahasiswa (Pemerintah Pusat, 2019).

Terdapat kesenjangan penelitian terkait fenomena tersebut berdasarkan penelitian terdahulu, penelitian yang dilakukan oleh Putri (2025) berfokus pada fenomena *marriage is scary* sebagai konstruksi persepsi perempuan yang dipengaruhi oleh media sosial, perubahan budaya dan narasi kekerasan dalam rumah tangga tanpa menyertakan variabel kesiapan mental pada mahasiswa. Adapun juga penelitian yang dilakukan oleh Ode et al. (2025) membahas fenomena *marriage is scary* yang berfokus pada eksplorasi Generasi Z terhadap tren tersebut serta pentingnya konseling pranikah sebagai solusi, sehingga tidak secara spesifik mengenai persepsi *marriage is scary* dengan kesiapan mental pada mahasiswa. Berdasarkan kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa

penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi gap penelitian di Indonesia, khususnya di Mojokerto.

Studi pendahuluan pada 22 April 2026 jam 10.35 melalui wawancara sebanyak 7 mahasiswa profesi ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, dengan berjenis kelamin perempuan terkait dengan *marriage is scary* bahwa 6 dari 7 atau sekitar 86% didapatkan beberapa informasi dari mereka yang mengatakan cemas tentang pernikahan, terutama terkait perceraian, kekerasan fisik, pekerjaan rumah yang hanya dilakukan oleh pihak perempuan, mertua yang ikut campur urusan rumah tangga, hingga masalah perekonomian, alasan mereka berpendapat tersebut karena sering terpapar kehidupan rumah tangga yang tidak harmonis di lingkungan sekitar maupun di keluarga itu sendiri sehingga hal tersebut turut mempengaruhi pandangan mereka terhadap pernikahan. Terkait kesiapan mental, sebanyak 4 dari 7 atau sekitar 57% mahasiswa profesi ners yang mengaku belum siap menjalani peran sebagai istri karena mereka masih kesulitan dalam mengelola emosi ketika terjadi perbedaan pendapat, belum yakin untuk berkomunikasi secara terbuka dengan pasangan dan tuntutan menjadi pasangan sempurna, sementara itu 3 mahasiswa lainnya mengatakan siap menjalani peran sebagai istri, mampu mengelola emosi ketika menghadapi perbedaan pendapat, memiliki komitmen untuk membangun komunikasi yang terbuka dengan pasangan, mereka juga menganggap bahwa pernikahan merupakan proses yang harus dipersiapkan dengan baik melalui kedewasaan, tanggung jawab dan saling mendukung dengan pasangan.

Persepsi mahasiswa tersebut dapat disebabkan karena individu belum memiliki kematangan emosi, kepercayaan diri (*self-efficacy*) dan keterampilan psikososial yang memadai untuk menghadapi tuntutan tertentu (Ulfa et al., 2025). Adanya persepsi ketakutan dapat mempengaruhi komitmen jangka panjang seperti perasaan khawatir jika terdapat perubahan sikap di masa depan sehingga cenderung menghindar dari pasangan tanpa kejelasan (Herawati et al., 2025). Individu yang belum memiliki pekerjaan, masih ingin berkarier serta adanya rasa khawatir terhadap perceraian dan masalah ekonomi juga dapat berkontribusi terhadap rendahnya kesiapan mental (Annisa et al., 2024). Ketidaksiapan mental sebelum menikah dapat berdampak pada gangguan psikologis yang lebih serius, karena individu dengan kesiapan psikologis dan kematangan emosi yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola stress dan menyesuaikan diri dengan peran baru, serta menyelesaikan konflik pernikahan (Ayuanda et al., 2024). Tekanan emosional tersebut berlangsung setiap saat tanpa dukungan coping yang adaptif, kondisi ini dapat memicu munculnya gejala depresi seperti perasaan putus asa, penurunan motivasi, gangguan fungsi psikososial hingga mengakhiri hidup (Nabila Triana Putri, 2024).

Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mencari informasi positif di media sosial, meningkatkan pemahaman diri, berfikir positif serta mengembangkan kompetensi relasional dan *self-efficacy* dalam hubungan, sehingga dapat mengubah persepsi *marriage is scary* menjadi pernikahan yang memberi kebahagiaan (Achdiani et al., 2025). Adapun dengan mengikuti

edukasi pranikah secara terstruktur dapat membantu memahami tanggung jawab pernikahan dan meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan dalam hubungan (Alwi & Prafitralia, 2025). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Panzola et al. (2024) menunjukkan kegiatan edukasi dan konseling pranikah efektif dalam mengubah persepsi negatif terhadap pernikahan melalui penguatan pemahaman, komunikasi dan kematangan emosional sebelum memasuki kehidupan berumah tangga. Kematangan emosi menjadi syarat utama dalam menikah karena peningkatan regulasi emosi dan kesiapan peran terbukti memperkuat kesiapan mental serta menurunkan kecemasan terhadap pernikahan (Aprinda et al., 2022).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “hubungan *marriage is scary* dengan kesiapan mental menikah pada mahasiswa profesi ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti membuat rumusan masalah: Adakah hubungan *marriage is scary* dengan kesiapan mental menikah pada mahasiswa profesi ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *marriage is scary* dengan kesiapan mental menikah mahasiswa profesi ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *marriage is scary* pada mahasiswa profesi ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Mengidentifikasi kesiapan mental menikah pada mahasiswa profesi ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Menganalisis hubungan *marriage is scary* dengan kesiapan mental menikah mahasiswa profesi ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi dan kesehatan mental terkait dengan *marriage is scary* dan kesiapan mental menikah pada mahasiswa profesi ners.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan ilmiah dan bahan pembelajaran terkait *marriage is scary* dan kesiapan mental menikah pada mahasiswa profesi ners, serta diharapkan dapat mejadi bahan pertimbangan bagi institusi dalam perencanaan program bimbingan dan konseling yang mendukung peningkatan kesiapan mental menikah mahasiswa.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan kegiatan edukasi pranikah bagi remaja dan dewasa muda, seperti penyuluhan mengenai kesiapan mental menikah, kesehatan reproduksi, komunikasi dalam keluarga, dan perencanaan kehidupan berumah tangga. Edukasi tersebut dapat dilaksanakan secara berkala oleh tenaga kesehatan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif untuk mempersiapkan calon pasangan dalam membangun keluarga yang sehat dan berkualitas.

3. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mahasiswa ners sebagai bahan refleksi dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi pernikahan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi serta acuan dalam pengembangan penelitian selanjutnya terkait *marriage is scary* dan kesiapan mental menikah pada mahasiswa.