

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pernikahan merupakan institusi fundamental yang menjadi pilar pembentuk keluarga, komunitas, bahkan bangsa. Dalam kerangka hukum positif, pernikahan didefinisikan sebagai ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita yang bertujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Konsep ini sejalan dengan ajaran Islam dalam Al-Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21, yang menegaskan bahwa tujuan utama pernikahan adalah menciptakan kedamaian (*sakinah*) dan ketenangan batin antara suami dan istri, serta membangun hubungan yang dilandasi kasih sayang (*mawaddah*) dan kebersamaan (*rahmah*). Pernikahan dipandang sebagai bagian dari sunnah Nabi Muhammad SAW dan merupakan jalan untuk menyempurnakan agama bagi setiap individu yang telah memenuhi syarat.¹ Para ulama fikih juga memandang pernikahan sebagai ibadah penting yang mencakup aspek sosial, psikologis, dan spiritual.

Namun, realitas saat ini menunjukkan adanya pergeseran paradigma yang signifikan, terutama di kalangan generasi muda yang dikenal sebagai Generasi Z (lahir antara 1997-2012). Data Badan Pusat Statistik (BPS) mengindikasikan tren penunda pernikahan yang konsisten di kalangan generasi ini.² fenomena

¹ Abdul Kodir Alhamdani, dkk., "*Hukum Tentang Perkawinan Islam*", (Banten : PT. Sada Kurnia Pustaka, 2024), hal. 3

² Badan Pusat Statistik, *Statistik Pemuda Indonesia 2025*, (Jakarta: BPS, Volume 23, 2025), hal. 16.

ini tidak hanya sekedar penundaan, melainkan juga mencerminkan munculnya berbagai kekhawatiran dan pertimbangan mendalam yang mendorong dinamika penundaan pernikahan.

Fenomena ini berkembang pesat di kalangan Generasi Z, yang ditandai dengan kecemasan atau kekhawatiran berlebihan terhadap pernikahan. Kondisi psikologis ini mencakup perasaan cemas, khawatir, dan ketakutan yang mendalam terkait komitmen pernikahan, seringkali mencerminkan keraguan tentang kesiapan diri, pasangan, atau hubungan yang akan dijalani. Penting untuk digarisbawahi, bukanlah penolakan terhadap pernikahan itu sendiri, melainkan ketidaksiapan atau kekhawatiran yang berlebih terhadap berbagai konsekuensi yang mungkin timbul setelah menikah.³ Memahami akar penyebab fenomena multifaktorial ini menjadi krusial untuk mengaitkannya dengan konstruksi makna keluarga sakinah.

Kecemasan pernikahan di kalangan Generasi Z merupakan fenomena multifaktorial yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Fenomena ini tidak sekadar menunjukkan adanya ketakutan untuk menikah, tetapi juga menggambarkan perubahan cara Generasi Z memaknai pernikahan dan keluarga sakinah di tengah perubahan sosial yang semakin kompleks. Berbagai pertimbangan mengenai kesiapan psikologis, ekonomi, pengalaman hidup, hingga pengaruh lingkungan sosial menyebabkan keputusan menikah tidak lagi dipandang sebagai tahapan yang harus segera

³ Nur Afrina Yani dan Arisman, “*Married is Scary: Ketakutan Gen Z Terhadap Pernikahan di Era Modern*”, Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum, Vo. 4 No.1, 2026, hal. 3790

dilakukan, melainkan sebagai keputusan besar yang memerlukan kesiapan menyeluruh.

Dari sisi internal, faktor psikologis menjadi salah satu penyebab utama munculnya dinamika penundaan pernikahan. Generasi Z cenderung memiliki standar yang tinggi terhadap diri sendiri maupun calon pasangan. Mereka menginginkan pasangan yang sesuai dengan kriteria ideal sekaligus berharap mampu menjadi pasangan yang ideal pula. Keinginan untuk mencapai kesempurnaan tersebut sering kali menimbulkan kekhawatiran apabila kehidupan rumah tangga yang dijalani nantinya tidak sesuai dengan harapan. Akibatnya, muncul kecenderungan untuk terus mempersiapkan diri sebelum memutuskan menikah karena merasa belum cukup matang secara emosional maupun mental.

Selain aspek psikologis, faktor ekonomi menjadi pertimbangan yang sangat dominan dalam keputusan menunda pernikahan. Generasi Z memasuki dunia kerja di tengah ketidakstabilan ekonomi, meningkatnya biaya hidup, persaingan kerja yang semakin ketat, serta terbatasnya jaminan keamanan finansial jangka panjang. Kondisi tersebut menyebabkan kesiapan finansial dipandang sebagai syarat utama untuk membangun keluarga, sehingga banyak Generasi Z memilih menunda pernikahan hingga merasa mampu memenuhi standar tersebut.

Di samping faktor internal, dinamika penundaan pernikahan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal. Pengalaman keluarga, seperti konflik rumah tangga, perceraian, atau hubungan yang tidak harmonis,

membentuk persepsi Generasi Z terhadap pernikahan sehingga mereka cenderung lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan untuk menikah.

Selain itu, perubahan nilai sosial dan budaya akibat globalisasi, modernisasi, dan meningkatnya akses pendidikan mendorong Generasi Z lebih memprioritaskan pengembangan diri, karier, dan kemandirian finansial. Akibatnya, pernikahan dipandang sebagai pilihan yang dapat dilakukan setelah tujuan pribadi dianggap tercapai.

Di sisi lain, perkembangan media sosial semakin memperkuat dinamika tersebut. Paparan konten mengenai perceraian, perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga, dan berbagai pengalaman negatif pernikahan membentuk persepsi bahwa pernikahan memiliki risiko tinggi. Kondisi ini mendorong sebagian Generasi Z memilih menunda pernikahan hingga merasa benar-benar siap.

Berbagai faktor tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan saling berinteraksi dalam membentuk cara Generasi Z mengonstruksi makna keluarga sakinah. Konsep keluarga sakinah yang dalam ajaran Islam dimaknai sebagai keluarga yang dibangun atas dasar sakinah, mawaddah, dan rahmah serta diwujudkan melalui proses saling belajar, beradaptasi, dan bertumbuh bersama pasangan, dalam realitas sosial justru sering dimaknai sebagai kondisi ideal yang harus telah terpenuhi sebelum seseorang menikah. Keluarga sakinah dipersepsikan sebagai keluarga yang bebas konflik, mapan secara ekonomi, memiliki pasangan yang sempurna, serta mampu memenuhi seluruh tuntutan kehidupan rumah tangga sejak awal pernikahan. Pemaknaan tersebut secara

tidak langsung melahirkan standar yang semakin tinggi terhadap kesiapan menikah.

Berbeda dengan fenomena kecemasan yang berkembang, ajaran Islam secara tegas menggariskan idealitas pernikahan sebagai sebuah ibadah, sunnah Rasulullah SAW, dan sarana utama untuk mewujudkan keluarga yang *sakinah, mawaddah, wa rahmah*.⁴ Konsep keluarga sakinah ini merujuk pada rumah tangga yang menjadi tempat berlindung dan bersandar bagi setiap anggotanya. Di mana tercipta rasa aman, damai, kokoh, dan nyaman, serta menjadi lingkungan harmonis yang penuh cinta kasih.⁵ Hubungan antara suami istri harus didasari saling membutuhkan. Sebagaimana Rasulullah bersabda bahwa kebahagiaan keluarga bergantung pada empat faktor: kesetiaan suami istri, kesalehan keduanya, anak yang berbakti, dan lingkungan sosial yang sehat, serta rezeki yang lapang. Dengan demikian, kerukunan rumah tangga dijaga melalui pemahaman mendalam atas kewajiban dan hak masing-masing, penerimaan terhadap kekurangan pasangan, saling menyayangi dan menghormati, serta menjauhi sikap egois dan menjaga aib pasangan.⁶

Konsep keluarga *sakinah*, sebagaimana terkandung dalam Al-Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21, secara eksplisit menekankan pada terciptanya ketenteraman, kasih sayang, dan kebahagiaan dalam rumah tangga.⁷ Ayat ini

⁴ Siti Musdah Mulia, *Islam dan Inspirasi Kesetaraan Gender*, (Jakarta: Kibar Press, 2007), hal. 95

⁵ Rosmita, Fatimah Sahrah, dan Nasaruddin, "*Konsep Keluarga Sakinah dalam Al-Qur'an dan Implementasinya dalam Kehidupan Rumah Tangga*", *Bustanul Fuqaha: Jurnal Bidang Hukum Islam* Vol. 3 No.1 (2022), hal. 73-74

⁶ Abi Muhammad dan Iskandar At-Tihamy, "*Keluarga Sakinah (Terjemah Qurratul 'Uyun)*", (Surabaya: Al Miftah, 2009), hal. 237

⁷ Ahmad Nurcholis, *Dinamika Perkawinan di Indonesia: Perspektif Sosiologis dan Hukum Islam*, (Yogyakarta: Deepublish, 2019), hal. 78

menggambarkan bentuk rumah tangga yang harus diupayakan oleh setiap pasangan Muslim agar menjadi tempat istirahat yang nyaman dan damai. Namun, realitas menunjukkan bahwa penerapan konsep keluarga *sakinah* tidaklah mudah dan seringkali menghadapi berbagai kendala.

Menurut Muhammad Quraish Shihab, pencapaian *sakinah* bukanlah hal yang instan, melainkan memerlukan persiapan hati yang matang melalui kesabaran dan ketakwaan karena Allah menurunkan *sakinah* ke hati. Proses ini melibatkan tahapan penting, dimulai dari membersihkan hati dari sifat-sifat tercela, merefleksikan dosa, dan menjauhkan diri dari masa lalu yang kelam. Dilanjutkan dengan *Mujahadah*, yaitu perjuangan memerangi sifat-sifat buruk dan mengutamakan sifat-sifat yang terpuji, serta senantiasa memohon pertolongan Allah melalui dzikir. Secara esensial, ini adalah upaya menghiiasi diri dengan keberanian dan ketakwaan.⁸ *Sakinah* bersumber dari hati dan termanifestasi dalam kehidupan sehari-hari. Al-Qur'an menegaskan bahwa tujuan pernikahan adalah meraih *sakinah*, yakni membentuk keluarga yang harmonis, penuh kasih sayang, dan kebahagiaan yang langgeng. Islam melarang pernikahan yang bersifat sementara. Meskipun konflik dan perbedaan pendapat adalah hal wajar dalam rumah tangga, penyelesaiannya yang baik sangat krusial agar tidak menghalangi terwujudnya keluarga *sakinah*. Pendapat Quraish Syihab ini menggarisbawahi tanda-tanda keluarga *sakinah*, yaitu kesetiaan kepada pasangan, kemampuan menepati janji, menjaga nama baik keluarga, saling memahami dan berpegang teguh pada ajaran agama.

⁸ Quraish Shihab, "*Pengantin Al-Qur'an: Kalung Permata Buat Anak-Anakku*", (Jakarta: Lentera Hati, 2010), hal. 81

Fenomena tersebut dapat dipahami melalui Teori Konstruksi Sosial Peter L. Berger dan Thomas Luckmann yang menjelaskan bahwa realitas sosial terbentuk melalui proses eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi. Berbagai pengalaman pribadi, interaksi dengan keluarga, lingkungan sosial, budaya, serta paparan media digital menjadi proses eksternalisasi yang membentuk pandangan Generasi Z mengenai pernikahan. Pandangan tersebut kemudian mengalami objektivasi ketika berbagai standar mengenai keluarga ideal diterima sebagai sesuatu yang dianggap benar dan harus dipenuhi. Selanjutnya, melalui proses internalisasi, standar tersebut menjadi bagian dari kesadaran individu sehingga membentuk keyakinan bahwa pernikahan hanya layak dilakukan apabila seluruh persyaratan ideal telah terpenuhi. Proses konstruksi sosial inilah yang pada akhirnya melahirkan kecemasan terhadap pernikahan sekaligus mendorong keputusan untuk menunda pernikahan.

Secara normatif, baik hukum Islam maupun hukum positif Indonesia menegaskan bahwa tujuan pernikahan adalah membentuk keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah. Namun, dalam realitas kehidupan Generasi Z, konsep tersebut mengalami proses konstruksi makna yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup, lingkungan sosial, budaya, perkembangan teknologi, serta perubahan nilai-nilai masyarakat. Akibatnya, keluarga sakinah tidak lagi dipahami sebagai proses yang dibangun bersama setelah menikah, tetapi sebagai kondisi ideal yang harus dipenuhi sebelum memasuki pernikahan. Pergeseran makna inilah yang memperlihatkan adanya kesenjangan antara

konsep normatif keluarga sakinah dengan realitas pemaknaan yang berkembang di kalangan Generasi Z.

Fenomena tersebut juga tampak pada Generasi Z di Kabupaten Hulu Sungai Utara. Sebagai daerah yang dikenal memiliki tradisi keislaman yang kuat dalam masyarakat Banjar, nilai-nilai agama mengenai pernikahan masih diwariskan secara turun-temurun. Namun, di sisi lain, Generasi Z di daerah ini juga hidup dalam era digital yang memungkinkan mereka mengakses berbagai informasi dan narasi global mengenai kehidupan rumah tangga. Interaksi antara nilai-nilai keagamaan, budaya lokal, pengalaman sosial, serta pengaruh media digital melahirkan cara pandang yang beragam terhadap keluarga sakinah dan pernikahan. Kondisi tersebut menjadikan Hulu Sungai Utara sebagai konteks yang menarik untuk mengkaji bagaimana Generasi Z mengonstruksi makna keluarga sakinah dan bagaimana konstruksi makna tersebut memengaruhi dinamika penundaan pernikahan.

Penelitian-penelitian terdahulu umumnya membahas fenomena penundaan pernikahan dari perspektif psikologi, sosiologi, hukum Islam, maupun pengaruh media sosial secara terpisah. Sementara itu, penelitian yang secara khusus mengkaji keterkaitan antara dinamika penundaan pernikahan dengan proses konstruksi makna keluarga sakinah pada Generasi Z, terutama dalam konteks masyarakat Muslim di Hulu Sungai Utara, masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis bagaimana berbagai faktor internal dan eksternal membentuk konstruksi makna keluarga sakinah melalui proses konstruksi

sosial, serta bagaimana konstruksi makna tersebut memengaruhi dinamika penundaan pernikahan pada Generasi Z di Kabupaten Hulu Sungai Utara. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian hukum keluarga Islam, psikologi keluarga Islam, serta menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan program pendidikan pranikah dan pembinaan keluarga yang lebih kontekstual sesuai dengan dinamika kehidupan Generasi Z.

Penelitian ini diharapkan dapat menjembatani kesenjangan antara konstruksi makna keluarga *sakinah* dan realitas penundaan pernikahan, serta memberikan wawasan untuk membimbing Generasi Z menuju pernikahan yang lebih kokoh dan sesuai dengan ajaran agama. Berangkat dari latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengusung topik dalam tesis ini yang berjudul: **Konstruksi Makna Keluarga Sakinah Terhadap Dinamika Penundaan Pernikahan Pada Generasi Z Di Hulu Sungai Utara.**

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana dinamika penundaan pernikahan pada Generasi Z di Hulu Sungai Utara?
2. Bagaimana bentuk konstruksi makna keluarga *sakinah* melalui dinamika penundaan pernikahan pada Generasi Z di Hulu Sungai Utara?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis dan mendeskripsikan dinamika penundaan pernikahan yang dialami oleh Generasi Z di Kabupaten Hulu Sungai Utara.

2. Mengidentifikasi dan menganalisis bagaimana Generasi Z di Kabupaten Hulu Sungai Utara mengkonstruksi makna keluarga *sakinah* dalam konteks dinamika penundaan pernikahan.

D. Signifikansi Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang signifikan baik secara teoritis maupun praktis.

Secara teoritis, penelitian ini akan memperkaya pemahaman mengenai bagaimana Generasi Z mengonstruksi makna keluarga *sakinah* dalam konteks dinamika penundaan pernikahan. Temuan ini akan menyajikan model penjelasan yang lebih komprehensif mengenai fenomena psikologis pernikahan pada generasi muda, serta memperkuat landasan teoritis dalam Teori Konstruksi Sosial, Teori Interaksionisme Simbolik, Teori Psikoanalisis, Konsep Keluarga Sakinah, dan Psikologi Keluarga Islam.

Secara praktis, penelitian ini bertujuan memberikan pemahaman yang lebih baik kepada Generasi Z mengenai konstruksi makna keluarga *sakinah* yang seimbang, sehingga dapat mempersiapkan diri lebih baik menghadapi pernikahan. Bagi orang tua, pembimbing, konselor, dan perumus kebijakan, hasil penelitian ini akan menawarkan wawasan praktis untuk memberikan dukungan, edukasi pranikah, dan intervensi yang lebih tepat sasaran, relevan, dan berbasis ajaran Islam yang kontekstual, guna mengatasi tantangan pernikahan generasi muda di tengah masyarakat yang terus bertransformasi.

E. Definisi Operasional

1. Konstruksi Makna

Konstruksi makna adalah proses individu dalam membentuk dan menafsirkan realitas melalui pengalaman, interaksi sosial, dan latar belakang budaya yang membentuk pemahaman subjektif mereka terhadap suatu fenomena.⁹ Konstruksi makna dalam penelitian ini merujuk pada proses aktif individu dalam membangun, menafsirkan, dan memaknai suatu konsep berdasarkan pengalaman pribadi, interaksi sosial, latar belakang budaya, serta nilai-nilai agama yang dianut.

Konstruksi makna tidak bersifat statis, melainkan terbentuk secara dinamis melalui proses komunikasi dan interaksi dengan lingkungan sekitar. Dalam penelitian ini, konstruksi makna diukur melalui bagaimana individu Generasi Z di Hulu Sungai Utara secara subjektif mendefinisikan, menggambarkan, dan menginterpretasikan konsep keluarga sakinah berdasarkan pengalaman, dan pandangan hidup mereka masing-masing.

2. Keluarga Sakinah

Keluarga sakinah adalah keluarga yang menjadi tempat berlindung dan bersandar bagi setiap anggotanya. Di dalamnya ada rasa aman, damai, kokoh, nyaman, dan tanpa gejolak, sehingga semua anggota keluarga ingin selalu kembali dan berkumpul disana.¹⁰

⁹ P. L. Berger dan T. Luckmann, *"Tafsir Sosial atas Kenyataan: Risalah tentang Sosiologi Pengetahuan"* (H. Basari, Penerj.), (Jakarta: LP3ES, 1990), hal. 28

¹⁰ Rosmita, Fatimah Sahrah, dan Nasaruddin, *"Konsep Keluarga Sakinah dalam Al-Qur'an dan Implementasinya dalam Kehidupan Rumah Tangga"*, hal. 73-74

Dalam konteks penelitian ini, meskipun idealitas keluarga sakinah ini menjadi dambaan, justru dapat memicu kecemasan tersendiri bagi Generasi Z ketika mereka merasa belum siap memenuhinya dan menjadi latar belakang keputusan mereka untuk menunda pernikahan.

3. Dinamika Penundaan Pernikahan

Dinamika penundaan pernikahan adalah proses perubahan dan pertimbangan yang melatarbelakangi keputusan seseorang untuk belum melangsungkan pernikahan, yang dipengaruhi oleh faktor ekonomi, pendidikan, karier, kesiapan mental, dan perubahan nilai sosial.¹¹

Dinamika ini merujuk pada proses, perubahan, dan faktor-faktor yang melatarbelakangi keputusan Generasi Z di Hulu Sungai Utara untuk menunda atau belum melangsungkan pernikahan pada usia yang secara sosial dan budaya setempat dianggap lazim untuk menikah. Dinamika ini mencakup aspek-aspek seperti pertimbangan ekonomi (kesiapan finansial), pendidikan, karier, kesiapan mental dan psikologis, tekanan sosial dari keluarga dan lingkungan, serta pengaruh nilai-nilai modernitas dan perubahan gaya hidup yang dipengaruhi oleh konstruksi makna keluarga sakinah mereka.

4. Generasi Z

Generasi Z atau Gen-Z ialah sekelompok masyarakat yang lahir pada tahun 1997-2012. Jumlah populasi mereka yang cukup besar di masyarakat membuat kehadiran generasi ini memegang peranan yang penting dalam

¹¹ Syarif Hidayat dan Tri Eka P.M.W, *Dinamika Penundaan Pernikahan Mahasiswa Hukum Keluarga Islam Perspektif Q.S. An-Nur 32*, Notary Law Journal Vol. 5 Issue 2, 2026, hal. 75.

bermacam-macam hal, termasuk berbagai kegiatan dan aspek kehidupan lainnya.¹²

Generasi Z didalam penelitian ini difokuskan pada individu berusia awal dewasa (sekitar 22-29 tahun), yang merupakan representasi Generasi Z di era digital saat ini. Kelompok ini menjadi fokus karena mereka paling aktif mengekspresikan pertimbangan dan kekhawatiran dalam dinamika penundaan pernikahan, sekaligus sedang dalam proses mengkonstruksi makna keluarga *sakinah* bagi diri mereka.

5. Hulu Sungai Utara

Hulu Sungai Utara adalah kabupaten di Provinsi Kalimantan Selatan yang menjadi latar penelitian, dengan karakteristik masyarakat yang kuat dalam nilai-nilai keislaman dan budaya Banjar, sehingga membentuk konteks sosial-budaya yang memengaruhi pandangan warganya terhadap pernikahan dan keluarga.

Hulu Sungai Utara dalam penelitian ini merujuk pada Kabupaten Hulu Sungai Utara (HSU), yang merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Kalimantan Selatan dengan karakteristik masyarakat yang kental dengan nilai-nilai keislaman, budaya Banjar, serta norma-norma sosial yang masih kuat terkait institusi pernikahan. Konteks wilayah ini menjadi penting karena membentuk latar sosial-budaya dan keagamaan yang memengaruhi

¹² Riyan Riswandi, dkk., “*Analisis Perspektif Mahasiswa Muslim Gen-Z terhadap Isu Marriage Is Scary*”, Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI), Volume 5, Nomor 1, 2025, (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia), hal. 11

cara Generasi Z setempat mengonstruksi makna keluarga sakinah dan mengambil keputusan terkait penundaan pernikahan.

F. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu berfungsi sebagai acuan untuk menghindari pengulangan dan memperkuat posisi penelitian ini. Dengan membandingkan kesamaan dan perbedaan, penulis menyajikan beberapa penelitian relevan, sebagai berikut :

1. Tesis Abdul Waris (2025) dari Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember berjudul *“Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z di Kabupaten Jember: Perspektif Sosiologi dan Hukum Keluarga Islam”* berfokus pada fenomena penundaan pernikahan di kalangan Generasi Z di Kabupaten Jember. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian yuridis empiris dengan pendekatan interdisipliner yang mengombinasikan pendekatan sosiologis dan pendekatan yuridis normatif, menghimpun data melalui wawancara langsung dengan sejumlah informan Generasi Z serta tokoh agama di Kabupaten Jember. Penelitian ini mengidentifikasi empat faktor yang memengaruhi keputusan Generasi Z menunda pernikahan, yaitu faktor ekonomi, faktor pendidikan dan karier, faktor media sosial (TikTok, Instagram, Facebook, dan lainnya), serta faktor lingkungan dan gaya hidup, kemudian menganalisis kesesuaian keempat faktor tersebut dengan prinsip-prinsip Hukum Keluarga Islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor pendidikan relatif sejalan dengan prinsip hukum Islam karena mendukung kesiapan mental dan finansial sebelum

menikah, sementara faktor media sosial dan gaya hidup cenderung tidak sejalan dengan nilai-nilai hukum Islam sehingga menunjukkan adanya pergeseran norma di masyarakat. Kesamaan keduanya sama-sama membahas fenomena penundaan pernikahan pada Generasi Z dan sepakat bahwa terdapat ketegangan antara tuntutan sosial-modern (pendidikan, karier, media sosial, gaya hidup) dengan prinsip pernikahan dalam Islam. Perbedaannya, tesis Abdul Waris menggunakan pendekatan yuridis-sosiologis empiris berbasis wawancara lapangan di Kabupaten Jember untuk memetakan faktor-faktor penunda pernikahan dan menilai kesesuaiannya dengan Hukum Keluarga Islam secara normatif-kontekstual. Sementara itu, penelitian ini secara spesifik mengkaji konstruksi makna keluarga sakinah oleh Generasi Z Muslim dan bagaimana makna tersebut secara langsung memengaruhi dinamika penundaan pernikahan.

2. Tesis Amelia Wulandari (2025) dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau berjudul "*Telaah Marriage Is Scary di Media Sosial Perspektif Hukum Keluarga Islam*" mengkaji fenomena "*Marriage is Scary*" sebagai narasi sosial di media digital (khususnya Tiktok) yang membentuk ketakutan pernikahan di kalangan muda. Tesis Amelia berfokus pada analisis hukum keluarga Islam untuk menolak persepsi negatif pernikahan, menggunakan pendekatan normatif deskriptif terhadap data digital dan teori hukum Islam. Kesamaan keduanya menyoroti fenomena ketakutan pernikahan generasi muda dan menggunakan

kerangka Islam. Keduanya berpendapat bahwa ketakutan menikah berakar dari disinformasi, trauma sosial, dan rendahnya pemahaman nilai Islam. Adapun perbedaan pada Tesis Amelia fokus pada analisis narasi di media sosial dan pembantahannya melalui hukum keluarga Islam. Sementara pada penelitian ini, menggunakan pendekatan psikologi keluarga Islam untuk memahami dimensi psikologis dan religius dari makna keluarga *sakinah* secara lebih mendalam.

3. Tesis Rindi Yani (2025) dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berjudul “*Tren Ketakutan Menikah (Marriage Is Scary) Dikalangan Generasi Z Pengguna Aplikasi Tiktok Perspektif Saddu Al-Dhari’ah*” mengkaji fenomena sosial “*Marriage Is Scary*” di Tiktok perspektif *Saddu Al-Dhari’ah* dalam hukum Islam, yaitu konsep pencegahan terhadap sesuatu yang berpotensi menyebabkan kerusakan (mafsadah) sosial dan moral. Fokusnya adalah pada analisis fenomena media sosial dan dampaknya terhadap nilai perkawinan Islam. Kesamaan keduanya membahas fenomena kekhawatiran dan penundaan pernikahan pada generasi muda dan menggunakan pendekatan kualitatif berbasis hukum Islam, serta nilai moral keagamaan. Perbedaan Tesis Yani ini berfokus pada fenomena media sosial (Tiktok) sebagai tren sosial budaya digital dengan menggunakan teori *Saddu al-Dhari’ah*. Sebaliknya, penelitian ini menggunakan kerangka Psikologi Keluarga Islam, Identitas Sosial, dan Psikoanalisis untuk menganalisis persepsi dan pengalaman nyata Generasi Z Muslim dalam mengonstruksi makna keluarga *sakinah*,

serta bagaimana konstruksi makna tersebut memengaruhi dinamika penundaan pernikahan mereka.

4. Tesis Fina Al Mafaz (2025) dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berjudul “*Tren Marriage Is Scary pada Generasi Z di Media Sosial Perspektif Maqasid Al-Usrah jamaluddin ‘Atiyyah*” berfokus pada fenomena *Marriage is Scary* di kalangan Generasi Z pengguna Tiktok, menggunakan perspektif *Maqasid Al-Usrah jamaluddin ‘Atiyyah*, yaitu teori tujuan keluarga dalam Islam yang menekankan kesejahteraan, ketenangan, dan keberlangsungan moral dalam rumah tangga. Dengan pendekatan empiris kualitatif dan etnografi digital untuk menganalisis faktor penyebab, dampak, dan nilai keagamaan yang terabaikan. Kesamaan keduanya membahas fenomena ketakutan menikah Generasi Z Muslim menggunakan pendekatan kualitatif religius normatif, dan berorientasi pada moral, serta keagamaan untuk mengembalikan makna pernikahan yang sesuai syariat. Perbedaan Tesis Fina menekankan fenomena media sosial dan dampak digitalisasi nilai pernikahan, mengaitkan perubahan pola pikir dengan kegagalan mencapai tujuan keluarga melalui etnografi digital. Sebaliknya penelitian ini menekankan pendekatan psikologi keluarga Islam dan pembentukan konsep keluarga *sakinah* sebagai solusi dengan wawancara dan studi persepsi Generasi Z Muslim.
5. Artikel Kania Dewi Tirta dan Sinta Nur Arifin, Vol. 8 No. 3, 2025 dari Universitas Muhammadiyah Surakarta 12 berjudul “*Studi Fenomenologi:*

Marriage is Scary pada Generasi Z” mengkaji ketakutan menikah pada Generasi Z secara psikologis, sosial, dan budaya dengan fokus pada dampak media sosial. Artikel ini menggunakan pendekatan fenomenologi untuk memahami persepsi dan pengalaman subjektif Generasi Z terhadap pernikahan yang dianggap menakutkan. Kesamaan keduanya membahas fenomena ketakutan menikah Generasi Z yang menekankan pentingnya konteks psikologis dan sosial, serta menawarkan solusi yang bersifat preventif dan suportif. Perbedaan artikel ini lebih berfokus pada deskripsi pengalaman dan persepsi subjektif Generasi Z secara umum dan campur secara demografis, menggunakan metode kualitatif fenomenologi. Selain itu, artikel ini menitikberatkan pada faktor budaya, media sosial, dan psikologi sosial. Sebaliknya, penelitian ini menggabungkan pendekatan normatif (hukum Islam) dan empiris dengan kerangka teori Psikologi Keluarga Islam, Identitas Sosial, dan Psikoanalisis, serta dimensi teologis dan legal sebagai landasan solusi.

6. Artikel Siti Sahnia Mammenasa D.Y, dkk., Vol. 09 No. 3, 2025 dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif dan Sekolah Tinggi Agama Islam Imam Asy Syafii Riau berjudul “*Marriage Anxiety among Generation Z and Millennials: An Islamic Family law Perspective*” menyoroti faktor-faktor sosial, ekonomi, dan budaya seperti ketidakstabilan ekonomi, media sosial, perubahan peran gender, serta minimnya pendidikan keagamaan sebagai penyebab utama kecemasan menikah. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif normatif yang memadukan perspektif sosiologis dan

hukum Islam, artikel ini menekankan reinterpretasi konsep kesiapan menikah agar kontekstual. Persamaan keduanya berfokus pada fenomena ketakutan atau kecemasan menikah di kalangan generasi muda. Keduanya memandang bahwa kekhawatiran pernikahan sebagai fenomena nyata yang dipengaruhi oleh perubahan sosial, ekonomi, dan pergeseran nilai. Perbedaan artikel Sahniah dkk., lebih menitikberatkan pada faktor penyebab “*marriage anxiety*” dan pembaruan konsep hukum keluarga Islam secara umum, dengan cakupan Generasi Z dan Millennial. Sebaliknya, penelitian ini secara spesifik menelaah bagaimana konstruksi makna keluarga *sakinah* memengaruhi dinamika penundaan pernikahan Generasi Z Muslim di Hulu Sungai Utara.

7. Artikel Nur Afrina Yani dan Arisman, Vol. 04 No. 01, 2026 dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau berjudul “*Marriage is Scary: Ketakutan Gen Z Terhadap Pernikahan di Era Modern*” mengkaji fenomena ketakutan pernikahan Generasi Z dari perspektif religius, emosional, dan sosial budaya. Artikel ini menunjukkan faktor penyebab meliputi ekspektasi religius tinggi, trauma emosional, ketidakpastian komitmen, tekanan sosial budaya, ekonomi, dan pengaruh media sosial. Artikel ini menekankan perlunya pendekatan realistis dan dukungan sosial. Persamaan keduanya berfokus pada fenomena ketakutan atau kecemasan menikah di kalangan Generasi Z. Keduanya mengakui bahwa kekhawatiran pernikahan merupakan fenomena nyata yang dipengaruhi oleh perubahan sosial, ekonomi, dan pergeseran nilai dalam

masyarakat kontemporer. Kedua penelitian menggunakan perspektif Islam sebagai kerangka analisis dan menekankan pemahaman konteks psikologis, sosial dan religius dalam membentuk persepsi Generasi Z terhadap pernikahan. Perbedaan artikel Yani dan Arisman menggunakan metode *literature review* dengan analisis deskriptif yang bersifat teoretis dan umum, membahas berbagai faktor tanpa mengkhususkan kelompok tertentu. Sebaliknya, penelitian ini menggunakan pendekatan empiris kualitatif dengan fokus spesifik pada bagaimana konstruksi makna keluarga *sakinah* oleh Generasi Z Muslim memengaruhi dinamika penundaan pernikahan mereka.

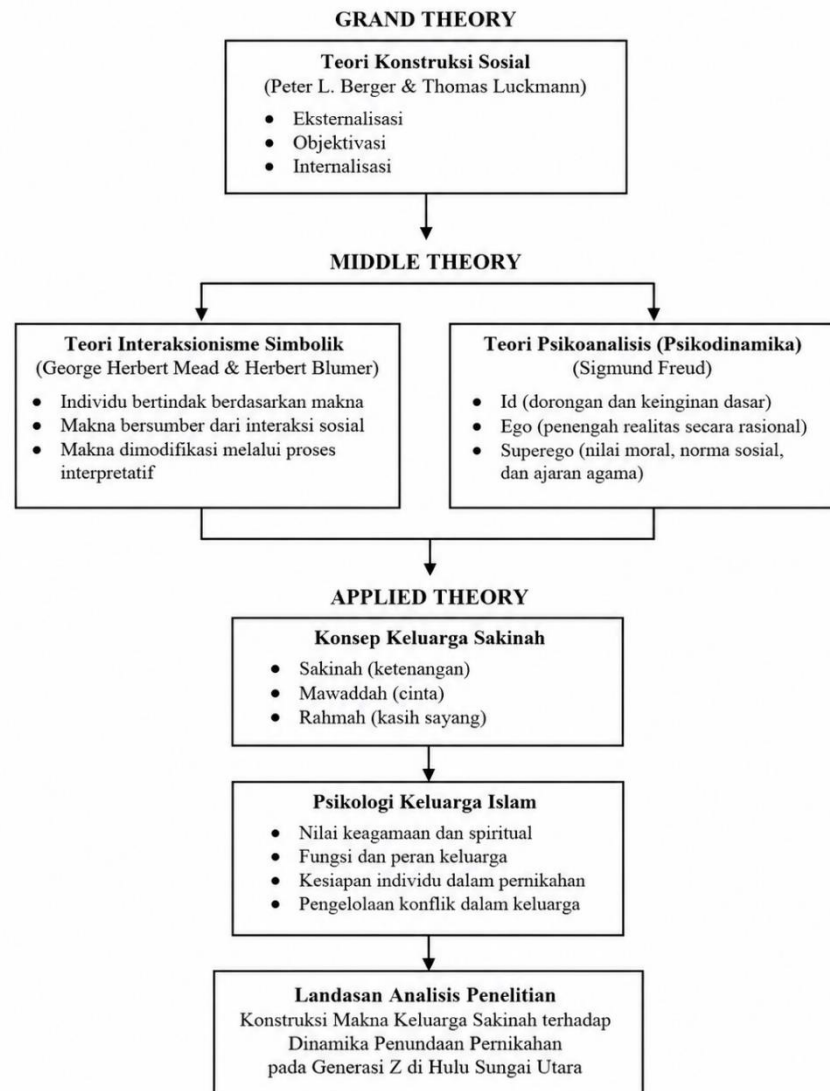
Berdasarkan tinjauan terhadap penelitian-penelitian terdahulu tersebut, dapat disimpulkan bahwa meskipun banyak studi telah mengkaji fenomena ketakutan menikah dan faktor-faktor yang memengaruhinya, masih terdapat kesenjangan signifikan dalam memahami bagaimana Generasi Z secara aktif mengkonstruksi makna keluarga *sakinah* dan bagaimana konstruksi makna tersebut secara kausal memengaruhi dinamika penundaan pernikahan mereka. Penelitian ini hadir untuk menjembatani kesenjangan tersebut dengan menggabungkan perspektif hukum Islam, psikologi keluarga Islam, dan analisis sosial-budaya dalam konteks lokal Hulu Sungai Utara, guna memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan solutif terhadap fenomena yang kompleks ini.

G. Kerangka Teori

Kerangka teori dalam penelitian ini berfungsi sebagai landasan konseptual dan analitis untuk mengkaji keterkaitan antara pemaknaan keluarga *sakinah* dan fenomena penundaan pernikahan pada Generasi Z di Hulu Sungai Utara. Oleh karena itu, diperlukan kerangka teori yang kuat, relevan dan sistematis agar mampu membimbing peneliti dalam memahami realitas sosial, mengidentifikasi masalah, serta menganalisis data secara mendalam.

Secara struktural, penelitian ini menggunakan tiga tingkatan teori, yaitu Teori Konstruksi Sosial (*grand theory*), Teori Interaksionisme Simbolik dan Teori Psikoanalisis (*middle theory*), Konsep Keluarga Sakinah dan Psikologi Keluarga Islam (*applied theory*). Kelima teori dan konsep tersebut saling berkaitan dan digunakan secara terpadu dalam menganalisis fenomena penelitian.

Bagian berikut menggambarkan hubungan antara kelima teori dan konsep tersebut beserta point-point utamanya:



Bagian diatas menggambarkan kerangka teori yang digunakan dalam penelitian ini. kerangka ini terdiri dari tiga tingkatan teori dan dua konsep yang saling melengkapi dalam memahami dan menganalisis fenomena konstruksi makna keluarga sakinah terhadap dinamika penundaan pernikahan pada Generasi Z di Hulu Sungai Utara. Adapaun penjelasan setiap teori dan konsep sebagai berikut:

a. Teori Konstruksi Sosial

Teori konstruksi sosial dikembangkan oleh Peter L. Berger dan Thomas Luckmann menjelaskan bahwa realitas sosial dibangun melalui tiga proses yang saling berkaitan, yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi. Ketiga proses ini berlangsung secara bersamaan dalam kehidupan manusia. Melalui proses tersebut, individu menciptakan, menerima, dan memaknai realitas sosial yang ada di sekitarnya. Oleh karena itu, ketiga proses tersebut harus dipahami secara utuh agar dapat menjelaskan bagaimana suatu realitas sosial terbentuk dan berkembang dalam masyarakat.¹³

1) Eksternalisasi

Pada tahap eksternalisasi, Generasi Z mulai membentuk pemahaman tentang keluarga sakinah melalui interaksi dengan lingkungan sosial, seperti keluarga, teman sebaya, pendidikan, serta media sosial. Mereka menyerap berbagai pandangan mengenai pernikahan ideal, kesiapan ekonomi, keharmonisan rumah tangga, dan tanggung jawab dalam keluarga. Proses ini menghasilkan berbagai persepsi awal tentang seperti apa keluarga sakinah yang diinginkan.

2) Objektivasi

Pada tahap objektivasi, pemahaman yang awalnya bersifat subjektif kemudian dianggap sebagai realitas yang objektif dan berlaku umum. Generasi Z mulai memandang bahwa keluarga sakinah harus memenuhi standar tertentu, misalnya mapan secara ekonomi, matang

¹³ Peter L. Berger dan Thomas Luckman, *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*, (New York: Anchor Books/Doubleday, 1966), hal. 53.

secara emosional, memiliki pasangan yang ideal, dan mampu membangun rumah tangga yang harmonis. Standar tersebut menjadi ukuran yang harus dicapai sebelum menikah.

3) Internalisasi

Pada tahap internalisasi, standar ideal keluarga sakinah tersebut diterima dan diyakini sebagai bagian dari kesadaran diri Generasi Z. Ketika mereka merasa belum mampu memenuhi standar tersebut, muncul perasaan belum siap, kecemasan, dan ketakutan akan kegagalan dalam pernikahan. Akibatnya, penundaan pernikahan dipilih sebagai strategi untuk mempersiapkan diri hingga dianggap mampu mewujudkan keluarga sakinah yang diharapkan.

Dengan demikian, dinamika penundaan pernikahan menurut Teori Konstruksi Sosial terjadi karena Generasi Z membentuk makna keluarga sakinah melalui interaksi sosial (eksternalisasi), menjadikannya sebagai standar ideal yang dianggap benar (objektivasi), lalu menginternalisasi standar tersebut ke dalam diri sehingga muncul rasa belum siap menikah dan keputusan untuk menunda pernikahan (internalisasi).

b. Teori Interaksionisme Simbolik

Teori Interaksionisme simbolik yang dikembangkan oleh Geogre Herbert Mead dan Herbert Blumer. Perspektif ini berangkat dari asumsi dasar bahwa realitas sosial bukanlah sesuatu yang objektif dan sudah ada, melainkan dikonstruksi secara aktif oleh individu melalui proses interpretasi

dalam interaksi sosial mereka.¹⁴ Blumer merumuskan tiga asumsi fundamental interaksionisme simbolik, sebagai berikut:

- 1) Individu bertindak berdasarkan makna yang mereka lekatkan pada suatu objek, orang, atau situasi, bukan pada karakteristik objektifnya semata..¹⁵ Dalam penelitian ini, Generasi Z mengambil keputusan untuk menikah atau menunda pernikahan berdasarkan makna yang mereka berikan terhadap simbol "pernikahan" dan "keluarga sakinah". Jika keluarga sakinah dimaknai sebagai keluarga yang harus sempurna, harmonis, mapan secara ekonomi, dan bebas dari konflik, maka pernikahan dipandang sebagai tanggung jawab besar yang penuh risiko. Pemaknaan tersebut mendorong Generasi Z untuk menunda pernikahan sampai merasa benar-benar siap.
- 2) Makna tersebut bersumber dari interaksi sosial.¹⁶ Dalam penelitian ini, Makna tentang keluarga sakinah tidak muncul dengan sendirinya, tetapi dibentuk melalui interaksi sosial dengan keluarga, teman sebaya, pasangan, lingkungan masyarakat, serta media sosial. Pengalaman melihat kehidupan rumah tangga orang lain, mendengarkan nasihat keluarga, atau mengonsumsi konten tentang pernikahan di media sosial memengaruhi cara Generasi Z memahami keluarga sakinah. Interaksi

¹⁴ George Ritzer dan Douglas J. Goodman, *Teori Sosiologi Modern*, edisi keenam terj. Alimandan, (Jakarta: Kencana, 2004), hal. 279-280

¹⁵ Margaret M. Poloma, *Sosiologi Kontemporer*, terj. Tim Yasogama, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2000), hal. 258

¹⁶ Benard Raho, *Teori Sosiologi Modern*, (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2007), hal. 96

tersebut membentuk standar dan ekspektasi tertentu mengenai kehidupan pernikahan.

- 3) Makna dimodifikasi melalui proses interpretatif. Asumsi ketiga ini menyatakan bahwa makna-makna tersebut ditangani dan dimodifikasi melalui proses interpretatif yang digunakan oleh individu dalam menghadapi realitas.¹⁷ Dalam penelitian ini, Makna keluarga sakinah yang telah diperoleh tidak diterima secara pasif, tetapi terus ditafsirkan dan disesuaikan dengan pengalaman serta kondisi pribadi masing-masing individu. Generasi Z akan mengevaluasi apakah mereka telah siap secara ekonomi, emosional, maupun spiritual untuk membangun keluarga sakinah. Ketika hasil interpretasi tersebut menunjukkan bahwa mereka belum memenuhi standar yang diyakini, maka muncul rasa belum siap dan kecemasan terhadap pernikahan, sehingga keputusan yang diambil adalah menunda pernikahan.

Dengan demikian, menurut teori ini dinamika penundaan pernikahan terjadi karena Generasi Z bertindak berdasarkan makna yang mereka berikan terhadap pernikahan dan keluarga sakinah, makna tersebut dibentuk melalui interaksi sosial, kemudian terus diinterpretasikan sesuai pengalaman dan kondisi diri. Ketika keluarga sakinah dimaknai sebagai standar ideal yang sulit dicapai, maka muncul kecemasan dan rasa belum siap yang mendorong keputusan untuk menunda pernikahan.

¹⁷ George Ritzer dan Douglas J. Goodman, *Teori Sosiologi Modern*, hal. 280-281

c. Teori Psikoanalisis (Psikodinamika)

Teori Psikoanalisis yang dipelopori oleh Sigmund Freud, menawarkan kerangka untuk memahami pengaruh proses mental bawah sadar terhadap pikiran, perasaan, dan perilaku manusia.¹⁸ Teori Psikoanalisis melalui tiga komponen kepribadian Freud, yaitu id, ego, dan superego, sebagai berikut:

1) Id

Id merupakan bagian kepribadian yang berisi dorongan dan keinginan dasar individu. Dalam konteks penelitian ini, Generasi Z memiliki keinginan untuk memperoleh cinta, pasangan hidup, dan membangun keluarga sakinah yang harmonis. Namun, di sisi lain terdapat pula dorongan untuk menghindari rasa sakit, kegagalan, konflik rumah tangga, atau pengalaman buruk yang pernah dilihat maupun dialami. Pertentangan antara keinginan untuk menikah dan ketakutan terhadap risiko pernikahan menjadi awal munculnya keraguan untuk menikah.

2) Ego

Ego berfungsi sebagai penengah yang mempertimbangkan realitas secara rasional. Pada tahap ini, Generasi Z mulai menilai kesiapan diri dari berbagai aspek, seperti kondisi ekonomi, kematangan emosional, pendidikan, pekerjaan, dan kemampuan menjalankan peran sebagai suami atau istri. Ketika ego menilai bahwa kondisi tersebut belum

¹⁸ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2005), hal. 123.

memadai untuk mewujudkan keluarga sakinah yang diharapkan, maka keputusan yang dianggap paling realistis adalah menunda pernikahan hingga merasa lebih siap.

3) Superego

Superego merupakan aspek kepribadian yang berisi nilai-nilai moral, norma sosial, dan ajaran agama. Dalam penelitian ini, superego tercermin dari pemahaman Generasi Z mengenai keluarga sakinah sebagai keluarga yang ideal, religius, harmonis, serta mampu menjalankan fungsi keluarga sesuai ajaran Islam. Standar ideal tersebut sering kali menimbulkan tuntutan moral yang tinggi sehingga Generasi Z merasa harus benar-benar siap sebelum menikah. Jika belum mampu memenuhi standar tersebut, muncul rasa takut gagal atau bersalah yang semakin menguatkan keputusan untuk menunda pernikahan.

Dengan demikian, menurut Teori Psikoanalisis, dinamika penundaan pernikahan terjadi karena adanya konflik antara id, ego, dan superego. Id mendorong keinginan untuk menikah sekaligus menghindari kegagalan, ego mempertimbangkan kesiapan diri secara realistis, sedangkan superego menuntut tercapainya standar ideal keluarga sakinah sesuai nilai agama dan norma sosial. Ketika ego menilai bahwa individu belum mampu memenuhi tuntutan superego dan masih dipengaruhi ketakutan yang berasal dari id, maka penundaan pernikahan menjadi pilihan yang dianggap paling aman dan rasional.

d. Konsep Keluarga Sakinah

Konsep keluarga sakinah adalah keluarga yang menjadi tempat berlindung dan bersandar bagi setiap anggotanya. Di dalamnya ada rasa aman, damai, kokoh, nyaman, dan tanpa gejolak, sehingga semua anggota keluarga ingin selalu kembali dan berkumpul disana.¹⁹ Konsep keluarga sakinah bersumber dari Al-Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21 yang merujuk pada penciptaan pasangan hidup untuk menemukan ketenangan batin (*sakinah*), yang dilandasi rasa cinta (*mawaddah*) dan kasih sayang (*rahmah*).²⁰ Achmad Mubarak menambahkan dimensi psikologis dengan menekankan bahwa keluarga sakinah adalah keluarga yang mampu mengelola konflik secara sehat dan berpegang pada nilai-nilai agama dalam setiap proses penyelesaian masalah.²¹

Konsep keluarga sakinah menggambarkan keluarga yang dibangun atas dasar sakinah, mawaddah, dan rahmah, serta menjadi tempat yang memberikan ketenangan, kasih sayang, dan perlindungan bagi seluruh anggotanya. Bagi Generasi Z, konsep ini menjadi tujuan ideal dalam kehidupan berumah tangga. Namun, ketika keluarga sakinah dipahami sebagai kondisi yang harus sempurna sejak awal pernikahan, maka muncul tuntutan untuk memiliki kesiapan yang sangat tinggi, baik secara ekonomi, emosional, maupun spiritual. Akibatnya, banyak Generasi Z memilih

¹⁹ Rosmita, Fatimah Sahrah, dan Nasaruddin, "*Konsep Keluarga Sakinah dalam Al-Qur'an dan Implementasinya dalam Kehidupan Rumah Tangga*", hal. 73-74

²⁰ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: Lembaga Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), Surah Ar-Rum (30): 21.

²¹ Achmad Mubarak, *Psikologi Keluarga: Dari Keluarga Sakinah hingga Keluarga Bangsa* (Jakarta: Wahana Aksara Prima, 2009), hal. 12-15.

menunda pernikahan karena merasa belum mampu mewujudkan gambaran keluarga sakinah yang ideal tersebut.

e. Psikologi Keluarga Islam

Psikologi Keluarga Islam merupakan disiplin ilmu yang mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologi modern dengan ajaran Islam.²² Menawarkan kerangka komprehensif untuk memahami dinamika keluarga sebagai institusi sakral yang berlandaskan spiritualitas, moralitas, dan aspek psikologis, yang bersumber dari Al-Qur'an dan Sunnah Nabi Muhammad SAW.²³ Menurut Quraish Shihab, keluarga dalam perspektif Islam merupakan pondasi masyarakat yang paling mendasar, mencerminkan kualitas peradaban.²⁴ Achmad Mubarak menambahkan bahwa keluarga sakinah adalah keluarga yang dibentuk melalui pernikahan yang sah, dilandasi cinta (mawaddah) dan kasih sayang (rahmah), mampu menjalankan fungsi keluarga secara efektif, serta berpegang teguh pada ajaran agama dalam menyelesaikan masalah.²⁵

Dalam penelitian ini, Teori Psikologi Keluarga Islam memandang bahwa keluarga sakinah merupakan proses yang dibangun secara bertahap melalui komitmen, tanggung jawab, serta pengamalan nilai-nilai Islam. Dalam perspektif ini, pernikahan bukan hanya hubungan sosial, tetapi juga ibadah

²² Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar & Yayasan Insan Kamil, 1995), hal. 3.

²³ Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002), hal. 5-7.

²⁴ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 1996), hal. 253-254.

²⁵ Achmad Mubarak, *Psikologi Keluarga: Dari Keluarga Sakinah Hingga Keluarga Bangsa* (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2005), hal. 148-151.

yang memerlukan kesiapan lahir dan batin. Oleh karena itu, Generasi Z sering kali merasa memiliki tanggung jawab moral dan spiritual yang besar sebelum memasuki pernikahan. Apabila pemahaman terhadap keluarga sakinah terlalu idealis atau kaku, maka hal tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis dan kecemasan terhadap pernikahan. Kondisi inilah yang kemudian mendorong sebagian Generasi Z untuk menunda pernikahan sampai merasa benar-benar siap menjalankan kehidupan keluarga sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Secara keseluruhan, dinamika penundaan pernikahan pada Generasi Z di Hulu Sungai Utara merupakan hasil interaksi antara faktor sosial, simbolik, psikologis, dan religius. Makna keluarga sakinah yang dibentuk melalui konstruksi sosial dan interaksi simbolik dipengaruhi oleh pengalaman psikologis serta nilai-nilai Islam yang dianut. Ketika keluarga sakinah dipersepsikan sebagai standar ideal yang tinggi dan sulit dicapai, muncul rasa belum siap dan kecemasan terhadap pernikahan yang pada akhirnya mendorong Generasi Z untuk menunda pernikahan. Dengan demikian, penundaan pernikahan tidak hanya merupakan keputusan individual, tetapi juga merupakan konsekuensi dari proses pembentukan makna keluarga sakinah yang kompleks dan dinamis.

H. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan gambaran yang sistematis mengenai alur penelitian, maka sistematika penulisan proposal tesis ini disusun sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, berisi tentang latar belakang munculnya fenomena dinamika penundaan pernikahan di kalangan Generasi Z, khususnya di Hulu

Sungai Utara, beserta urgensi akademisnya. Rumusan masalah dan tujuan penelitian dirumuskan secara spesifik untuk mengarahkan fokus kajian pada konstruksi makna keluarga sakinah. Definisi operasional menegaskan batasan konseptual setiap variabel, sementara penelitian terdahulu memposisikan kebaruan penelitian ini di antara kajian-kajian yang sudah ada. Kerangka teori menyajikan landasan analitis yang akan digunakan, dan sistematika penulisan memberikan gambaran alur keseluruhan tesis.

BAB II Tinjauan Pustaka, bab ini menyajikan landasan teoretis yang menjadi pijakan utama penelitian. Pembahasan meliputi Teori Konstruksi Sosial (mengenai pembentukan makna keluarga sakinah), Teori Interaksionisme Simbolik (analisis pemaknaan simbol pernikahan dan kecemasan individu), Teori Psikoanalisis (akar psikologis ketidaksiapan pernikahan), Konsep Keluarga Sakinah (sebagai objek kajian dan standar normatif), serta Psikologi Keluarga Islam (sebagai kerangka normatif idealitas keluarga sakinah).

BAB III Metode Penelitian, bab ini menjelaskan rancangan ilmiah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah. Pendekatan empiris kualitatif-deskriptif dipilih untuk menggali kedalaman makna dari pengalaman dan perspektif partisipan. Diuraikan pula sumber data primer dan sekunder, lokasi penelitian di Kabupaten Hulu Sungai Utara, teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi pustaka, serta teknik analisis data yang digunakan untuk menginterpretasikan temuan secara sistematis.

BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan, bab ini merupakan inti dari seluruh penelitian, menyajikan temuan empiris yang diperoleh langsung dari lapangan. Hasil penelitian dianalisis secara interpretatif sesuai rumusan masalah yakni bagaimana dinamika penundaan pernikahan dan bentuk konstruksi makna keluarga sakinah melalui dinamika penundaan pernikahan pada Generasi Z di Hulu Sungai Utara. Temuan tersebut kemudian dibahas secara kritis dengan mengintegrasikan keempat kerangka teori yang telah dibangun pada BAB II.

BAB V Penutup, bab ini menutup keseluruhan penelitian dengan menyajikan kesimpulan yang menjawab secara langsung setiap rumusan masalah yang telah ditetapkan. Kesimpulan dirumuskan secara ringkas namun mencakup esensi temuan penelitian tentang konstruksi makna keluarga sakinah dan dinamika penundaan pernikahan Generasi Z di Hulu Sungai Utara. Saran disampaikan secara konstruktif dan terarah kepada pihak-pihak relevan seperti konselor pernikahan, pendidik pranikah, orang tua, dan perumus kebijakan pembinaan keluarga.