

**DEKONSTRUKSI NARASI *TOXIC RELATIONSHIP*: ANALISIS
TERHADAP SINDROM *FEAR OF MARRIAGE* PADA GEN-Z.**

**Oleh: Nur Hazmi Asyikin¹; Rusdaya Basri²; Budiman³;
Agus Muchsin⁴; Aris⁵**

¹²³⁴⁵Institut Agama Islam Negeri Parepare, Indonesia

Email : nrhzmiasyikin@gmail.com¹, rusdayabasri@iainpare.ac.id²,
budiman@iainpare.ac.id³, agusmuchsin@iainpare.ac.id⁴, aris@iainpare.ac.id⁵

Article history:

Submitted: 01-04-2026

Revised: 22-05-2026

Accepted: 06-06-2026

Abstract

This study aims to analyze the phenomenon of toxic relationship narratives on social media and their influence on the emergence of fear of marriage syndrome among Generation Z from the perspective of Islamic family law. The widespread exposure to negative relationship content on digital platforms has shaped collective perceptions that marriage is a source of emotional harm rather than a sacred institution. This research employs a normative legal approach with conceptual and statutory methods, focusing on Islamic legal principles and maqashid sharia. The findings indicate that social media plays a significant role in constructing negative perceptions of marriage, which contradicts Islamic teachings that emphasize sakinah, mawaddah, and rahmah. This study contributes to the discourse by integrating digital media analysis with Islamic family law perspectives, offering a new framework to address contemporary challenges faced by Generation Z.

Keywords: *Fear of Marriage; Gen Z; Islamic Law; Social Media; Toxic Relationship.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena narasi *toxic relationship* di media sosial serta pengaruhnya terhadap munculnya sindrom *fear of marriage* pada Generasi Z dalam perspektif hukum keluarga Islam. Maraknya konten negatif tentang hubungan di media sosial telah membentuk persepsi kolektif bahwa pernikahan merupakan sumber konflik dan penderitaan, bukan sebagai institusi sakral. Penelitian ini menggunakan pendekatan hukum normatif dengan metode konseptual, yang berfokus pada prinsip-prinsip hukum Islam dan maqashid syariah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial berperan besar dalam membentuk ketakutan terhadap pernikahan yang bertentangan dengan nilai sakinah, mawaddah, dan rahmah dalam Islam. Penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan mengintegrasikan analisis media digital dan hukum keluarga Islam dalam merespons tantangan generasi muda.

Kata Kunci: *Fear of Marriage; Gen Z; Hukum Islam; Media Sosial; Toxic Relationship*

A. Pendahuluan

Fenomena hubungan tidak sehat atau *toxic relationship* semakin marak diperbincangkan di media sosial, terutama di kalangan generasi muda. Narasi yang beredar tidak hanya menggambarkan dinamika relasi yang penuh konflik, manipulasi emosional, dan ketergantungan psikologis, tetapi juga secara tidak langsung membentuk persepsi kolektif tentang hubungan romantis yang cenderung negatif. Konten-konten yang viral di berbagai platform digital sering kali menampilkan pengalaman traumatis dalam hubungan, seperti pengkhianatan, kekerasan emosional, hingga kontrol berlebihan, yang kemudian dikonsumsi secara masif oleh Generasi Z. Paparan berulang terhadap narasi tersebut berpotensi menimbulkan ketakutan terhadap komitmen pernikahan atau yang dikenal sebagai *fear of marriage*, yaitu kondisi psikologis di mana individu merasa cemas, ragu, bahkan menghindari institusi pernikahan akibat persepsi negatif yang terbentuk.¹

Kondisi ini menjadi semakin kompleks ketika dikaitkan dengan perubahan sosial di era digital yang memengaruhi pola pikir dan nilai-nilai generasi muda terhadap institusi keluarga. Generasi Z yang tumbuh dalam lingkungan digital memiliki akses luas terhadap berbagai pengalaman orang lain yang belum tentu mencerminkan realitas secara utuh. Hal ini memicu generalisasi berlebihan terhadap hubungan interpersonal, sehingga pernikahan tidak lagi dipandang sebagai tujuan ideal, melainkan sebagai potensi sumber penderitaan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa meningkatnya paparan konten negatif tentang hubungan di media sosial berkorelasi dengan menurunnya minat menikah di kalangan generasi muda.² Dengan demikian, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai agen konstruksi realitas sosial yang memengaruhi cara pandang individu terhadap relasi dan keluarga.

Dalam perspektif hukum keluarga Islam, pernikahan merupakan institusi sakral yang bertujuan mewujudkan ketenangan (*sakinah*), kasih sayang

¹ Bisri Mustofa, "Pendidikan Karakter Berbasis Pesantren Sebagai Upaya Pencegahan Toxic Relationship Di Ma Assalam Kradenan Grobogan Tahun Ajaran 2024/2025" (Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2025).

² Arminah Arminah Dan Romelah Romelah, "Internalisasi Nilai-Nilai Islam Bagi Generasi Z Di Tengah Arus Globalisasi," *Arini: Jurnal Ilmiah Dan Karya Inovasi Guru*, 2.2 (2025), 349–66.

(*mawaddah*), dan rahmat (*rahmah*). Namun, narasi *toxic relationship* yang berkembang di media sosial sering kali mengaburkan nilai-nilai tersebut dan menggeser makna pernikahan dari ibadah menjadi beban psikologis.³ Hal ini tentu bertentangan dengan prinsip-prinsip dasar dalam hukum Islam yang menempatkan keluarga sebagai pilar utama dalam menjaga keberlangsungan masyarakat. Ketakutan terhadap pernikahan yang muncul akibat konstruksi narasi digital perlu dianalisis secara kritis agar tidak menimbulkan disorientasi nilai di kalangan generasi muda Muslim.⁴

Lebih jauh, fenomena ini juga berkaitan dengan maqashid syariah, khususnya dalam aspek *hifz al-nasl* (perlindungan keturunan) dan *hifz al-nafs* (perlindungan jiwa). Ketika individu enggan menikah karena trauma atau ketakutan yang dibentuk oleh narasi digital, maka hal ini berpotensi mengganggu keberlanjutan generasi serta keseimbangan sosial. Selain itu, ketakutan tersebut juga dapat berdampak pada kesehatan mental individu, yang pada akhirnya bertentangan dengan tujuan syariat dalam menjaga kemaslahatan manusia.⁵ Oleh karena itu, diperlukan pendekatan analitis yang tidak hanya melihat fenomena ini sebagai masalah sosial, tetapi juga sebagai persoalan normatif dalam kerangka hukum Islam.

Kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini terletak pada upaya dekonstruksi narasi *toxic relationship* di media sosial dengan menggunakan pendekatan hukum keluarga Islam, yang selama ini masih jarang dikaji secara integratif. Penelitian sebelumnya cenderung membahas *toxic relationship* dari perspektif psikologi atau komunikasi, serta fenomena *fear of marriage* dari sudut pandang sosiologis. Namun, artikel ini menggabungkan analisis media sosial dengan pendekatan normatif Islam, khususnya dalam kerangka maqashid syariah, untuk mengkaji

³ Amelia Wulandari, "Telaah Marriage Is Scary Di Media Sosial Perspektif Hukum Keluarga Islam" (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2025).

⁴ Wahyudi Wahyudi, Oyo Sunaryo Mukhlas, Dan Beni Ahmad Saebani, "Hukum Keluarga Islam Di Tengah Arus Globalisasi: Dampak Media Sosial Terhadap Pola Pernikahan Dan Relasi Keluarga Muslim: Islamic Family Law In The Midst Of Globalization: The Impact Of Social Media On Muslim Marriage Patterns And Family Relations," *Res Nullius Law Journal*, 7.2 (2025), 119–35.

⁵ A'dawiyah Robi'atin, "Tinjauan Hukum Keluarga Islam Terhadap Keputusan Cukup Mempunyai Satu Anak Akibat Secondary Tocophobia Pada Istri (Studi Kasus Di Kampung Keluarga Berencana, Desa Nagara Ratu, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan)" (Uin Raden Intan Lampung, 2025).

bagaimana konstruksi narasi digital dapat memengaruhi persepsi terhadap pernikahan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam kajian hukum keluarga Islam, khususnya dalam merespons tantangan era digital yang dihadapi oleh Generasi Z.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian hukum normatif dengan pendekatan konseptual yang bertujuan untuk menganalisis fenomena *toxic relationship* di media sosial serta implikasinya terhadap munculnya sindrom *fear of marriage* pada Generasi Z dalam perspektif hukum keluarga Islam. Penelitian ini tidak berfokus pada pengumpulan data lapangan, melainkan pada kajian terhadap norma, prinsip, serta konsep hukum Islam yang relevan, khususnya yang berkaitan dengan tujuan pernikahan, ketahanan keluarga, dan maqashid syariah. Pendekatan konseptual digunakan untuk memahami konstruksi narasi yang berkembang di media sosial, sedangkan pendekatan perundang-undangan digunakan untuk menelaah ketentuan hukum yang mengatur perkawinan dalam konteks hukum positif di Indonesia dan hukum Islam.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas bahan hukum primer, sekunder, dan tersier. Bahan hukum primer Kompilasi Hukum Islam. Bahan hukum sekunder mencakup literatur ilmiah berupa buku, jurnal, dan hasil penelitian terdahulu yang membahas *toxic relationship*, media sosial, serta fenomena ketakutan menikah pada generasi muda. Adapun bahan hukum tersier berupa kamus, ensiklopedia, dan sumber pendukung lainnya yang relevan dengan topik penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi kepustakaan (*library research*), yaitu dengan mengkaji dan menelaah berbagai literatur yang memiliki keterkaitan dengan objek penelitian. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif dengan metode deskriptif-analitis. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan fenomena *toxic relationship* dan *fear of marriage* yang berkembang di media sosial, sedangkan analisis normatif digunakan untuk menilai fenomena tersebut berdasarkan prinsip-prinsip hukum keluarga Islam dan maqashid syariah.

Penelitian ini tidak menentukan lokasi penelitian secara spesifik karena bersifat konseptual dan berbasis studi literatur. Demikian pula, tidak terdapat responden atau narasumber secara langsung sebagaimana dalam penelitian empiris. Namun demikian, untuk memperkuat analisis, penelitian ini merujuk pada berbagai hasil penelitian sebelumnya yang relevan sebagai bentuk data sekunder yang representatif terhadap kondisi sosial yang terjadi di masyarakat, khususnya pada Generasi Z sebagai kelompok yang paling intens terpapar media sosial. Dengan demikian, metode yang digunakan dalam penelitian ini diharapkan mampu memberikan analisis yang komprehensif dan mendalam terhadap permasalahan yang dikaji.

C. Pembahasan

1. Konstruksi Narasi *Toxic Relationship* di Media Sosial dalam Perspektif Teori Sosial

Media sosial pada era digital tidak lagi berfungsi sekadar sebagai sarana komunikasi, melainkan telah bertransformasi menjadi ruang strategis dalam produksi dan reproduksi makna sosial. Dalam konteks ini, narasi *toxic relationship* dapat dipahami melalui teori konstruksi sosial atas realitas yang dikemukakan oleh Peter L. Berger dan Thomas Luckmann, yang menjelaskan bahwa realitas sosial terbentuk melalui tiga tahapan utama, yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi⁶. Pada tahap eksternalisasi, individu atau kelompok menciptakan dan menyebarkan pengalaman subjektif mereka ke ruang publik digital, misalnya melalui unggahan cerita, video, atau konten naratif mengenai pengalaman hubungan yang bermasalah. Selanjutnya, pada tahap objektivasi, pengalaman tersebut memperoleh legitimasi sosial melalui proses viralitas, interaksi pengguna, serta pengulangan konten yang membuatnya tampak sebagai realitas yang objektif dan umum terjadi.

Konten-konten yang menampilkan pengalaman buruk dalam hubungan, seperti manipulasi emosional, *gaslighting*, hingga kekerasan verbal, diproduksi

⁶ Ihsan Setiadi Latief, "Konstruksi Sosial Narasi Marriage Is Scary Dalam Era Individualisme: Studi Komunikasi Gender (Perspektif Peter L Berger)," *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner*, 2.04 (2026), 1335–42.

secara masif dan didistribusikan melalui berbagai platform digital. Intensitas dan frekuensi penyebaran konten tersebut menyebabkan terbentuknya persepsi bahwa fenomena *toxic relationship* merupakan kondisi yang dominan dalam relasi romantis.⁷ Dalam tahap internalisasi, Generasi Z sebagai kelompok yang paling intens terpapar media sosial mulai menyerap narasi tersebut sebagai bagian dari kerangka berpikir mereka, sehingga terbentuk keyakinan bahwa hubungan romantis identik dengan konflik, ketidakstabilan emosional, dan potensi penderitaan. Dengan demikian, media sosial berperan tidak hanya sebagai refleksi realitas, tetapi juga sebagai aktor aktif dalam membentuk realitas itu sendiri.⁸

Fenomena ini semakin diperkuat oleh mekanisme algoritma media sosial yang bekerja berdasarkan logika ekonomi perhatian (*attention economy*), di mana konten yang bersifat emosional, dramatis, dan kontroversial cenderung mendapatkan prioritas dalam distribusi. Algoritma tersebut secara tidak langsung menciptakan bias informasi (*information bias*), sehingga pengguna lebih sering terpapar konten negatif dibandingkan konten yang menampilkan relasi sehat. Kondisi ini mengakibatkan terjadinya distorsi persepsi, di mana realitas yang kompleks direduksi menjadi gambaran yang parsial dan tidak seimbang.

Lebih lanjut, fenomena ini juga dapat dianalisis menggunakan perspektif *cultivation theory* yang dikemukakan oleh George Gerbner, yang menyatakan bahwa paparan media dalam jangka panjang mampu membentuk persepsi individu terhadap realitas sosial. Dalam konteks ini, konsumsi berulang terhadap narasi *toxic relationship* dapat menumbuhkan apa yang disebut sebagai *mean world syndrome*, yaitu kecenderungan individu untuk memandang dunia, termasuk hubungan romantis, sebagai sesuatu yang lebih berbahaya dan tidak aman daripada realitas yang sebenarnya. Akibatnya, individu tidak hanya membangun persepsi negatif

⁷ Nabila Salsabila, "Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial Dengan Kecemasan Terhadap Pernikahan Pada Generasi Z Di Fakultas Psikologi Unissula Angkatan 2021" (Universitas Islam Sultan Agung, 2025).

⁸ Annisa Mukti NIngrum, "Pengaruh pemaafan terhadap pertumbuhan pasca trauma pada generasi Z yang mengalami pemutusan hubungan romantis dimediasi dukungan sosial online" (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2025).

terhadap hubungan, tetapi juga mengembangkan sikap defensif dan ketakutan terhadap komitmen jangka panjang.⁹

Selain itu, konstruksi narasi ini juga berkaitan dengan fenomena *echo chamber* dan *filter bubble*, di mana pengguna media sosial cenderung terpapar pada informasi yang sejalan dengan preferensi dan pengalaman mereka. Hal ini menyebabkan penguatan narasi tertentu secara terus-menerus tanpa adanya perspektif alternatif yang seimbang. Dalam konteks *toxic relationship*, kondisi ini memperkuat keyakinan bahwa pengalaman negatif merupakan norma universal dalam hubungan, sehingga mempersempit ruang bagi pemahaman yang lebih komprehensif tentang dinamika relasi yang sehat.

2. *Fear of Marriage* sebagai Produk Konstruksi Digital dan Krisis Kepercayaan Relasional

Fenomena *fear of marriage* pada Generasi Z tidak dapat dilepaskan dari krisis kepercayaan terhadap institusi relasi jangka panjang. Ketakutan ini bukan semata-mata bersumber dari pengalaman personal, melainkan dari pengalaman yang dimediasi (*mediated experience*) melalui media sosial. Dalam perspektif psikologi sosial, kondisi ini berkaitan dengan *vicarious trauma*, yaitu trauma yang dialami seseorang akibat paparan pengalaman traumatis orang lain secara berulang.¹⁰

Kondisi tersebut diperparah oleh budaya *overgeneralization*, di mana individu menarik kesimpulan umum dari kasus-kasus spesifik yang viral di media sosial. Akibatnya, pernikahan tidak lagi dipersepsikan sebagai institusi yang stabil, melainkan sebagai ruang potensial bagi konflik, dominasi, dan ketidakbahagiaan. Dalam konteks ini, Generasi Z mengalami apa yang dapat disebut sebagai “krisis kesiapan relasional”, yaitu ketidaksiapan untuk membangun komitmen jangka panjang akibat dominasi narasi negatif.

⁹ Iqbal Adnan Anugrah, “Analisis Toxic Relationship dalam Menjalani Hubungan Komunikasi Interpersonal di Kalangan Remaja Kota Makassar= An Analysis of Toxic Relationship in Establishing Interpersonal Communication Relationships Among Youth in Makassar City” (UNIVERSITAS HASANNUDDIN, 2024).

¹⁰ Dwi Oktaviani, “Analysis Of The Marriage Is Scary Phenomenon Among Generation Z,” *Sabaja: Journal Sharia And Humanities*, 4.1 (2025), 422–39.

Selain itu, fenomena ini juga menunjukkan adanya pergeseran paradigma dari *commitment-oriented relationship* menuju *risk-avoidance relationship*, di mana individu lebih memilih menghindari risiko emosional daripada membangun relasi yang berpotensi memberikan kebahagiaan sekaligus tantangan. Hal ini berdampak pada menurunnya minat menikah, meningkatnya hubungan tanpa komitmen, serta tertundanya pembentukan keluarga.

3. Analisis Hukum Keluarga Islam: Antara Normativitas dan Realitas Sosial Digital

Dalam hukum keluarga Islam, pernikahan tidak hanya dipandang sebagai kontrak sosial (*'aqd*), tetapi juga sebagai ibadah yang memiliki dimensi spiritual, moral, dan sosial yang integral. Al-Qur'an menegaskan bahwa tujuan utama pernikahan adalah untuk mewujudkan kehidupan yang *sakinah* (ketenangan), *mawaddah* (cinta), dan *rahmah* (kasih sayang), sebagaimana tercantum dalam QS. Ar-Rum ayat 21.¹¹ Konsep ini menunjukkan bahwa pernikahan dalam Islam bukan sekadar relasi antara dua individu, melainkan juga sebagai sarana pembentukan tatanan sosial yang harmonis dan berkelanjutan. Namun demikian, berkembangnya narasi *toxic relationship* di media sosial menunjukkan adanya pergeseran makna pernikahan dari institusi yang sakral menjadi entitas yang dipersepsikan penuh risiko dan ketidakpastian. Hal ini menandakan adanya kesenjangan antara normativitas ajaran Islam dan realitas sosial yang dikonstruksi melalui media digital.¹²

Kesenjangan tersebut dapat dipahami sebagai bentuk disrupsi epistemologis, di mana sumber pembentukan pengetahuan dan persepsi tidak lagi didominasi oleh nilai-nilai agama dan tradisi, tetapi bergeser ke arah media digital yang bersifat fragmentatif dan tidak selalu representatif.¹³ Dalam konteks ini,

¹¹ Muhammad Fuad Zhaky, "Membentuk Keluarga Sakinah Mawaddah Dan Rahmah Dalam Pernikahan Berdasarkan Falsafah Islam," *Al-Istinbath: Jurnal Ilmu Hukum Dan Hukum Keluarga Islam*, 3.1 (2026), 59–69.

¹² Fatmawati Fatmawati, "Pernikahan Sakinah Perspektif Al-Qur'an" (Fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam, 2024).

¹³ Sonia Isna Suratin dan Muzawir Munawarsyah, "Rekonstruksi Paradigma Pendidikan Islam Era Disrupsi Sosial Keagamaan: Telaah Kritis Transformasi Nilai dan Tujuan Pendidikan," *JPIK—Jurnal Pendidikan Islam dan Studi Keislaman*, 1.1 (2025), 75–87.

Generasi Z cenderung menjadikan pengalaman yang dimediasi (*mediated experience*) sebagai rujukan utama dalam memahami relasi interpersonal. Akibatnya, terjadi reduksi makna pernikahan yang semula berorientasi pada nilai ibadah dan tanggung jawab, menjadi sekadar relasi emosional yang rentan konflik.

Dari perspektif ushul fiqh, fenomena ini dapat dianalisis melalui kaidah *taghayyur al-ahkam bi taghayyur al-azman wa al-amkan*, yang menegaskan bahwa hukum dapat mengalami penyesuaian seiring dengan perubahan kondisi sosial. Namun, penting untuk dipahami bahwa perubahan tersebut tidak menyentuh aspek prinsipil (*tsawabit*), melainkan pada aspek implementatif (*mutaghayyirat*).¹⁴ Dengan demikian, meskipun persepsi masyarakat terhadap pernikahan mengalami perubahan akibat pengaruh media digital, esensi dan tujuan normatif pernikahan dalam Islam tetap bersifat tetap dan tidak berubah. Oleh karena itu, pendekatan hukum keluarga Islam tidak dapat berhenti pada pembacaan tekstual semata, tetapi harus dikembangkan secara kontekstual dengan mempertimbangkan realitas sosial kontemporer, termasuk pengaruh media sosial sebagai faktor pembentuk kesadaran kolektif.

Lebih lanjut, fenomena *fear of marriage* yang dipicu oleh narasi digital juga dapat dianalisis dalam kerangka maqashid syariah. Dalam hal ini, ketakutan terhadap pernikahan yang tidak proporsional dapat dikategorikan sebagai ancaman terhadap *hifz al-nasl* (perlindungan keturunan), karena berpotensi menurunkan angka pernikahan dan menghambat keberlanjutan generasi. Selain itu, kondisi tersebut juga berkaitan dengan *hifz al-nafs* (perlindungan jiwa), karena ketakutan yang berlebihan dapat memicu kecemasan, ketidakstabilan emosional, dan krisis identitas dalam relasi sosial.

Dalam konteks ini, hukum keluarga Islam dituntut untuk tidak hanya berfungsi sebagai sistem normatif yang bersifat preskriptif, tetapi juga sebagai instrumen yang responsif terhadap dinamika sosial. Hal ini dapat dilakukan melalui pendekatan rekonstruktif, yaitu dengan mengintegrasikan nilai-nilai dasar Islam

¹⁴ Ahmad In'am Awaluddin dan Muhammad Dhiya'Ulhaq Syahrial Ramadhan, "DIALEKTIKA TRADISI DAN SYARIAT: PRAKTIK KHITBAH TERBALIK DI KABUPATEN LAMONGAN DALAM TINJAUAN HUKUM ISLAM," *USRAH: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 6.2 (2025), 284–310.

dengan kebutuhan dan tantangan generasi kontemporer.¹⁵ Misalnya, konsep *sakinah* tidak lagi dipahami secara abstrak, tetapi dikontekstualisasikan dalam bentuk relasi yang sehat, komunikasi yang efektif, serta kemampuan resolusi konflik dalam kehidupan rumah tangga.

Selain itu, diperlukan pula penguatan literasi keagamaan yang bersifat transformatif, di mana pemahaman terhadap hukum keluarga Islam tidak hanya berhenti pada aspek legal-formal, tetapi juga menyentuh dimensi psikologis dan sosial. Edukasi pranikah dalam perspektif Islam perlu diarahkan untuk menjawab ketakutan yang berkembang di kalangan generasi muda, dengan memberikan pemahaman yang realistis sekaligus normatif tentang dinamika pernikahan.

Pada akhirnya, analisis ini menunjukkan bahwa ketegangan antara normativitas hukum Islam dan realitas sosial digital bukanlah sesuatu yang harus dipertentangkan, melainkan perlu dijumpai melalui pendekatan yang integratif. Hukum keluarga Islam harus mampu hadir sebagai sistem nilai yang tidak hanya menjaga prinsip-prinsip dasar syariat, tetapi juga adaptif dalam merespons perubahan zaman, sehingga tetap relevan dalam membimbing generasi muda menghadapi tantangan relasi di era digital.

4. Dekonstruksi Narasi dan Formulasi Konsep Ideal dalam Perspektif Maqashid Syariah

Dekonstruksi terhadap narasi *toxic relationship* tidak berarti menafikan realitas adanya hubungan yang tidak sehat, melainkan menempatkan fenomena tersebut secara proporsional. Dalam hal ini, diperlukan upaya untuk membangun narasi tandingan (*counter-narrative*) yang menampilkan model hubungan yang sehat, adil, dan sesuai dengan nilai-nilai Islam.¹⁶

Dalam perspektif maqashid syariah, pernikahan memiliki tujuan untuk menciptakan kemaslahatan yang bersifat holistik, baik secara individu maupun sosial. Oleh karena itu, konsep ideal yang perlu dikembangkan adalah integrasi

¹⁵ Alya Putri Rahmasari, "Rekonstruksi Hukum Keluarga Islam Dalam Perspektif Kontemporer," *Al-Istinbath: Jurnal Ilmu Hukum Dan Hukum Keluarga Islam*, 1.4 (2024), 128–39.

¹⁶ Muhammad Alfiansyah, "Representasi Toxic Relationship Pada Film Story Laura: A True Story Of A Fighter" (Universitas Satya Negara Indonesia, 2025).

antara literasi digital dan literasi keagamaan. Generasi Z perlu dibekali kemampuan untuk melakukan *critical thinking* terhadap konten media sosial, sehingga tidak mudah terjebak dalam generalisasi negatif.

Selain itu, institusi keagamaan dan pendidikan memiliki peran strategis dalam membangun pemahaman yang komprehensif tentang pernikahan. Edukasi pranikah perlu diarahkan tidak hanya pada aspek hukum formal, tetapi juga pada kesiapan emosional, komunikasi interpersonal, dan resolusi konflik.¹⁷

Dekonstruksi narasi *toxic relationship* sudah sepatutnya bermuara pada upaya membangun kembali citra pernikahan yang dinamis dan berlandaskan nilai syariat. Pendekatan ini krusial untuk menjembatani hukum keluarga Islam dengan realitas digital hari ini. Harapannya, hal ini bisa menjadi penawar bagi krisis kepercayaan relasional yang saat ini menghantui generasi muda..

D. Penutup

Kesimpulan Fenomena narasi *toxic relationship* di media sosial telah membentuk konstruksi sosial yang cenderung mendistorsi pemahaman Generasi Z terhadap hubungan romantis dan institusi pernikahan. Paparan konten negatif secara masif dan berulang menyebabkan terbentuknya persepsi kolektif bahwa hubungan identik dengan konflik, manipulasi, dan penderitaan. Kondisi ini kemudian melahirkan sindrom *fear of marriage*, yaitu ketakutan untuk membangun komitmen jangka panjang yang tidak sepenuhnya didasarkan pada pengalaman empiris pribadi, melainkan pada realitas yang dikonstruksi secara digital. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media sosial memiliki peran signifikan dalam membentuk pola pikir dan sikap Generasi Z terhadap pernikahan.

Dalam perspektif hukum keluarga Islam, fenomena *fear of marriage* akibat narasi digital tersebut bertentangan dengan tujuan pernikahan yang berlandaskan prinsip *sakinah, mawaddah, dan rahmah*, serta tidak sejalan dengan maqashid syariah, khususnya dalam menjaga jiwa (*hifz al-nafs*) dan keturunan (*hifz al-nasl*). Oleh karena itu, diperlukan upaya dekonstruksi narasi melalui penguatan literasi digital dan pemahaman keagamaan yang komprehensif. Selain itu, penting bagi

¹⁷ Khairul Rizki, "Perencanaan Perkawinan Sebagai Tindakan Preventif: Upaya Menuju Rumah Tangga Sakinah Yang Kokoh Dan Tangguh," *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 16.3 (2025), 61–70.

institusi pendidikan dan keagamaan untuk menghadirkan edukasi pranikah yang adaptif terhadap perkembangan zaman, sehingga generasi muda mampu memahami pernikahan secara utuh dan proporsional sebagai institusi yang bertujuan mewujudkan kemaslahatan, bukan sebagai sumber ketakutan yang dikonstruksi oleh media sosial.

E. Referensi

- Alfiansyah, Muhammad, “REPRESENTASI TOXIC RELATIONSHIP PADA FILM STORY LAURA: A TRUE STORY OF A FIGHTER” (Universitas Satya Negara Indonesia, 2025)
- Anugrah, Iqbal Adnan, “Analisis Toxic Relationship dalam Menjalinkan Hubungan Komunikasi Interpersonal di Kalangan Remaja Kota Makassar= An Analysis of Toxic Relationship in Establishing Interpersonal Communication Relationships Among Youth in Makassar City” (UNIVERSITAS HASANUDDIN, 2024)
- Arminah, Arminah, dan Romelah Romelah, “Internalisasi Nilai-Nilai Islam bagi Generasi Z di Tengah Arus Globalisasi,” *Arini: Jurnal Ilmiah Dan Karya Inovasi Guru*, 2.2 (2025), 349–66
- Fatmawati, Fatmawati, “Pernikahan Sakinah Perspektif Al-Qur’an” (Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, 2024)
- In’am Awaluddin, Ahmad, dan Muhammad Dhiya’Ulhaq Syahrial Ramadhan, “DIALEKTIKA TRADISI DAN SYARIAT: PRAKTIK KHITBAH TERBALIK DI KABUPATEN LAMONGAN DALAM TINJAUAN HUKUM ISLAM,” *USRAH: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 6.2 (2025), 284–310
- Latief, Ihsan Setiadi, “Konstruksi Sosial Narasi Marriage is Scary dalam Era Individualisme: Studi Komunikasi Gender (Perspektif Peter L Berger),” *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner*, 2.04 (2026), 1335–42
- MUSTOFA, BISRI, “PENDIDIKAN KARAKTER BERBASIS PESANTREN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN TOXIC RELATIONSHIP DI MASSALAM KRADENAN GROBOGAN TAHUN AJARAN 2024/2025” (Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2025)
- NIngrum, Annisa Mukti, “Pengaruh pemaafan terhadap pertumbuhan pasca trauma pada generasi Z yang mengalami pemutusan hubungan romantis dimediasi dukungan sosial online” (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2025)
- Oktaviani, Dwi, “ANALYSIS OF THE MARRIAGE IS SCARY PHENOMENON AMONG GENERATION Z,” *Sahaja: Journal Sharia and Humanities*, 4.1 (2025), 422–39
- Rahmasari, Alya Putri, “Rekonstruksi hukum keluarga Islam dalam perspektif

- kontemporer,” *Al-Istinbath: Jurnal Ilmu Hukum Dan Hukum Keluarga Islam*, 1.4 (2024), 128–39
- Rizki, Khairul, “PERENCANAAN PERKAWINAN SEBAGAI TINDAKAN PREVENTIF: UPAYA MENUJU RUMAH TANGGA SAKINAH YANG KOKOH DAN TANGGUH,” *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 16.3 (2025), 61–70
- ROBI’ATIN, A’DAWIYAH, “TINJAUAN HUKUM KELUARGA ISLAM TERHADAP KEPUTUSAN CUKUP MEMPUNYAI SATU ANAK AKIBAT SECONDARY TOCOPHOBIA PADA ISTRI (Studi Kasus di Kampung Keluarga Berencana, Desa Nagara Ratu, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan)” (UIN RADEN INTAN LAMPUNG, 2025)
- Salsabila, Nabila, “Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial Dengan Kecemasan Terhadap Pernikahan Pada Generasi Z Di Fakultas Psikologi UNISSULA Angkatan 2021” (Universitas Islam Sultan Agung, 2025)
- Suratin, Sonia Isna, dan Muzawir Munawarsyah, “Rekonstruksi Paradigma Pendidikan Islam Era Disrupsi Sosial Keagamaan: Telaah Kritis Transformasi Nilai dan Tujuan Pendidikan,” *JPIK–Jurnal Pendidikan Islam dan Studi Keislaman*, 1.1 (2025), 75–87
- Wahyudi, Wahyudi, Oyo Sunaryo Mukhlas, dan Beni Ahmad Saebani, “Hukum Keluarga Islam di Tengah Arus Globalisasi: Dampak Media Sosial Terhadap Pola Pernikahan dan Relasi Keluarga Muslim: Islamic Family Law in the Midst of Globalization: The Impact of Social Media on Muslim Marriage Patterns and Family Relations,” *Res Nullius Law Journal*, 7.2 (2025), 119–35
- WULANDARI, AMELIA, “TELAAH MARRIAGE IS SCARY DI MEDIA SOSIAL PERSPEKTIF HUKUM KELUARGA ISLAM” (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU, 2025)
- Zhaky, Muhammad Fuad, “Membentuk Keluarga Sakinah Mawaddah Dan Rahmah Dalam Pernikahan Berdasarkan Falsafah Islam,” *Al-Istinbath: Jurnal Ilmu Hukum dan Hukum Keluarga Islam*, 3.1 (2026), 59–69