E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 6892- 6907
Volume 3 Nomor 4 Tahun 2026

KECEMASAN TERHADAP PERNIKAHAN PADA GENERASI Z DAN HUBUNGANNYA DENGAN KESIAPAN MENIKAH

Ahmad Fauzan Alfarazy [1], Fadilla Sri Lestari [2], Sri Wulandari[3]

[123] Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia
e-mail: fauzanalfarazy01@gmail.com fadillasrilestari05@gmail.com, wulandhari294@gmail.com

Abstrak

Pernikahan membutuhkan kesiapan mental, emosional, sosial, dan ekonomi. Penelitian ini menguji hubungan antara kecemasan terhadap pernikahan dan kesiapan menikah pada 41 mahasiswa/i UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang belum menikah. Data dikumpulkan melalui Google Form pada 26-27 Oktober 2026 dengan teknik convenience sampling. Angket awal masing-masing terdiri atas 15 butir; analisis utama menggunakan 12 butir kecemasan dan 15 butir kesiapan. Rata-rata skor kecemasan 38,71 (SD = 7,202), sedangkan kesiapan menikah 56,73 (SD = 6,128). Korelasi Spearman utama menunjukkan hubungan negatif signifikan (ρ = -0,344; p = 0,028). Namun, analisis sensitivitas setelah mengeluarkan tujuh butir kesiapan berkorelasi butir-total rendah tidak lagi menunjukkan hubungan signifikan (ρ = 0,065; p = 0,685); hasilnya juga tidak signifikan ketika tiga butir kecemasan turut dikeluarkan (ρ = 0,157; p = 0,328). Temuan awal dengan demikian tidak stabil terhadap pemilihan butir. Usia status Generasi Z dengan rentang usia 21 hingga 24 tahun. Hasil tidak menyatakan hubungan kausal dan memerlukan pengujian ulang menggunakan sampel lebih besar serta instrumen dengan validitas yang lebih kuat.
Kata kunci: *Kecemasan Pernikahan; Generasi Z; Kesiapan Menikah; Konseling Pranikah*

Abstract

Marriage requires mental, emotional, social, and economic readiness. This study examined the relationship between marriage-related anxiety and marriage readiness among 41 unmarried students at Sultan Syarif Kasim State Islamic University of Riau (UIN Suska Riau). Data were collected via Google Forms on October 26-27, 2026, using convenience sampling. The initial questionnaires each comprised 15 items; the primary analysis used 12 anxiety items and 15

marriage readiness items. The mean anxiety score was 38.71 (SD = 7.202), while the mean marriage readiness score was 56.73 (SD = 6.128). The primary Spearman correlation analysis revealed a significant negative association (ρ = -0.344; p = 0.028). However, a sensitivity analysis excluding seven marriage readiness items with low item–total correlations no longer showed a significant association (ρ = 0.065; p = 0.685). The association also remained nonsignificant when three anxiety items were additionally excluded (ρ = 0.157; p = 0.328). Thus, the initial finding was not robust to item selection. The participants belonged to Generation Z and were aged 21-24 years. These findings do not establish a causal relationship and require further examination using larger samples and instruments with stronger validity evidence.
Keywords : Marriage Anxiety; Generation Z; Marriage Readiness; Premarital Counseling

LATAR BELAKANG

Pernikahan merupakan tahap kehidupan yang menuntut perubahan peran, tanggung jawab, dan hubungan interpersonal. Keputusan menikah memerlukan kesiapan mental, emosional, sosial, dan ekonomi agar individu mampu menghadapi persoalan rumah tangga. Penelitian Zainuddin (2026) menunjukkan bahwa kestabilan ekonomi, kematangan mental, dan kemampuan menjalankan tanggung jawab merupakan pertimbangan Generasi Z ketika menentukan waktu menikah. Dengan demikian, kesiapan menikah tidak cukup dipahami sebagai keinginan membangun keluarga, tetapi juga sebagai kemampuan menghadapi konsekuensi kehidupan bersama pasangan.

Pada masa dewasa awal, individu mengeksplorasi identitas, pendidikan, pekerjaan, hubungan, dan masa depan. Arnett (2000) menggambarkan masa peralihan menuju kedewasaan sebagai periode eksplorasi berbagai pilihan hidup. Pernikahan menjadi salah satu keputusan penting yang perlu diselaraskan dengan kesiapan pribadi. Sejalan dengan itu, Zainuddin (2026) menemukan bahwa pertimbangan emosional, spiritual, dan ekonomi turut memengaruhi cara sebagian Generasi Z menentukan waktu menikah.

Kedekatan Generasi Z dengan teknologi digital membuat informasi mengenai kehidupan pernikahan mudah diakses. Selain memperluas pengetahuan, media sosial juga menampilkan konflik pasangan, perceraian, perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga, dan masalah keuangan. Prisiaharyani (2025), melalui survei terhadap 103

responden Generasi Z, mengaitkan narasi *marriage is scary* di media sosial dengan persepsi dan penundaan pernikahan. Ketakutan akan kegagalan hubungan serta ketidakstabilan ekonomi muncul sebagai pertimbangan responden untuk menunda pernikahan.

Fenomena *marriage is scary* menggambarkan kekhawatiran terhadap risiko dan tanggung jawab pernikahan. Nasri dan Octavia (2025) membahas kecemasan yang berkaitan dengan perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, perselingkuhan, dan ketidakstabilan finansial. Nafi'atin dan Ngazizah (2025) menemukan bahwa 14 dari 20 informan Generasi Z mengungkapkan ketakutan menikah, antara lain karena pengalaman masa lalu, ketidakpastian ekonomi, prioritas karier, dan kesulitan mempercayai pasangan. Temuan pada kelompok terbatas ini membantu menjelaskan keragaman sumber kekhawatiran, tetapi tidak mewakili seluruh Generasi Z.

Kecemasan terhadap pernikahan mencakup ketakutan atau keraguan mengenai kemampuan menjalankan peran sebagai pasangan, menyelesaikan konflik, menjaga stabilitas ekonomi, dan menghadapi perubahan hidup. Fauziyah et al. (2025) membahas faktor internal, seperti ketakutan kehilangan kebebasan, serta faktor eksternal yang berkaitan dengan lingkungan sosial dan budaya. Kekhawatiran tersebut mungkin berjalan bersamaan dengan penilaian kesiapan diri yang lebih rendah. Namun, kecemasan tidak selalu berarti ketidaksiapan; sebagian individu justru dapat terdorong mencari informasi dan mempersiapkan diri. Karena itu, hubungan kedua kondisi harus diuji, bukan diasumsikan. Prisiaharyani (2025) juga menunjukkan bahwa kekhawatiran ekonomi dan kegagalan pernikahan berkaitan dengan pertimbangan penundaan menikah.

Kesiapan menikah merupakan kemampuan menghadapi tuntutan kehidupan rumah tangga, bukan sekadar kesediaan menikah. Sari dan Sunarti (2013) menjelaskan aspek kesiapan emosi, peran, finansial, sosial, usia, spiritual, dan seksual. Pinilih (2024) menunjukkan pentingnya faktor internal, seperti kesiapan mental, serta faktor eksternal, seperti pengalaman keluarga dan lingkungan sosial. Sementara itu, Herawati et al. (2025) menyoroti sikap terhadap pernikahan dan kematangan emosi. Nafi'atin dan Ngazizah (2025) juga menekankan kecerdasan emosional untuk menghadapi konflik dan tekanan

dalam hubungan. Berbagai kajian ini menguatkan bahwa kesiapan menikah merupakan kondisi multidimensional.

Perbedaan tingkat kecemasan dan kesiapan menikah dapat mencerminkan cara individu menilai kemampuan serta risiko kehidupan rumah tangga. Fitri et al. (2026), melalui tinjauan naratif mengenai pilihan akad sederhana pada Generasi Z, menggambarkan beragam pertimbangan keputusan pernikahan, termasuk kondisi ekonomi, otonomi pribadi, dan relasi keluarga. Akan tetapi, kajian tersebut tidak menguji korelasi kecemasan dengan kesiapan menikah. Dengan demikian, pertimbangan mengenai pernikahan perlu dibedakan dari bukti empiris tentang hubungan kedua variabel.

Dalam bidang Bimbingan dan Konseling, pemahaman mengenai kecemasan dan kesiapan menikah dapat digunakan untuk merancang layanan informasi, bimbingan kelompok, dan konseling pranikah. Nasri dan Octavia (2025) menyoroti urgensi konseling pranikah dalam konteks *marriage is scary*, sedangkan Nafi'atin dan Ngazizah (2025) menekankan kesiapan mental dan kecerdasan emosional. Layanan tersebut dapat diarahkan untuk membantu individu mengenali sumber kekhawatiran, membangun komunikasi, menilai kesiapan ekonomi, dan mengambil keputusan tanpa tekanan. Pendekatan ini penting karena keputusan menikah bersifat pribadi; konseling perlu menghargai pilihan untuk menikah maupun menunda pernikahan selama dilakukan secara sadar, realistis, dan bertanggung jawab sepenuhnya. Namun, penelitian ini tidak menguji efektivitas layanan konseling.

Kajian terdahulu telah membahas sumber ketakutan menikah (Nafi'atin & Ngazizah, 2025), persepsi serta penundaan pernikahan (Prisiaharyani, 2025), dan pertimbangan menikah pada usia matang (Zainuddin, 2026). Akan tetapi, kajian tersebut tidak secara khusus menguji hubungan statistik antara skor kecemasan terhadap pernikahan dan kesiapan menikah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengetahui arah, kekuatan, dan signifikansi hubungan kedua variabel pada Generasi Z melalui pendekatan kuantitatif korelasional. Hasilnya diharapkan menjadi dasar pertimbangan bagi layanan Bimbingan dan Konseling yang sesuai dengan kebutuhan persiapan pernikahan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji arah dan kekuatan hubungan antara kecemasan terhadap pernikahan (X) dan kesiapan menikah (Y) tanpa menyimpulkan hubungan sebab-akibat (Akoglu, 2018). Populasi sasaran adalah mahasiswa/i UIN Sultan Syarif Kasim Riau (UIN Suska Riau) yang belum menikah, dalam konteks kajian kesiapan menikah pada Generasi Z.

Sampel diperoleh menggunakan teknik nonprobability convenience/accidental sampling. Tautan Google Form ditujukan kepada mahasiswa/i UIN Suska Riau yang terjangkau peneliti, dan responden mengisi secara sukarela tanpa paksaan. Kerangka sampel dan prosedur pengacakan probabilitas tidak terdokumentasi, sehingga teknik ini tidak dapat disebut simple random sampling. Kanal penyebaran tautan dan jumlah undangan tidak tersedia dalam berkas ekspor.

Respons terkumpul pada 26-27 Oktober 2026 berdasarkan waktu Google Form. Analisis mencakup mahasiswa/i UIN Suska Riau yang belum menikah dan mengisi seluruh butir angket. Pada berkas tersedia 41 respons yang memenuhi kriteria tersebut, tanpa tanggapan berstatus menikah atau butir kosong. N = 41 merupakan jumlah respons layak analisis yang diperoleh.

Seluruh responden merupakan mahasiswa/i UIN Suska Riau, memiliki aktivitas utama sebagai mahasiswa/i, dan berada dalam rentang usia 21-24 tahun.

Tabel 1. Karakteristik Responden (N = 41)

Karakteristik	Kategori	n	%
Jenis kelamin	Perempuan	28	68,3
	Laki-laki	13	31,7
Status pernikahan	Belum menikah	41	100,0
Status pendidikan	Mahasiswa/i UIN Suska Riau	41	100,0
Usia	21-24 tahun (rentang)	41	100,0
Pekerjaan/aktivitas utama	Mahasiswa/i	41	100,0

Sumber: Ekspor respons Google Form, 26-27 Oktober 2026

Responden terdiri atas 28 perempuan (68,3%) dan 13 laki-laki (31,7%), seluruhnya belum menikah (41 orang; 100%). Berdasarkan keterangan peneliti, semua responden berstatus mahasiswa/i UIN Suska Riau (100%), memiliki aktivitas utama sebagai mahasiswa/i (100%), dan berusia antara 21-24 tahun. Rentang tersebut sesuai dengan kelompok usia dewasa awal yang lazim termasuk Generasi Z.

Data dikumpulkan menggunakan dua angket berskala lima pilihan jawaban. Instrumen awal terdiri atas 15 butir kecemasan terhadap pernikahan dan 15 butir kesiapan menikah. Seleksi awal melalui korelasi Pearson butir-total menghasilkan penghapusan X3, X9, dan X15. Dengan demikian, skor utama dihitung dari 12 butir kecemasan dan 15 butir kesiapan. Pernyataan yang arahnya berlawanan dibalik penskorannya agar skor total masing-masing variabel dapat diinterpretasikan secara konsisten. Pemeriksaan butir dilakukan dengan memperhatikan prinsip evaluasi kualitas pengukuran (Boateng et al., 2018).

Koefisien Cronbach's alpha pada skor akhir adalah 0,857 untuk kecemasan (12 butir) dan 0,705 untuk kesiapan menikah (15 butir). Pemeriksaan corrected item-total correlation kemudian menemukan tiga butir kecemasan (X6, X8, X12) dan tujuh butir kesiapan (Y1, Y2, Y3, Y6, Y9, Y12, Y15) di bawah batas skrining 0,30. Butir tersebut tetap tercakup dalam analisis utama, tetapi status validitasnya belum dapat dianggap memadai hanya berdasarkan alpha (Tavakol & Dennick, 2011).

Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Form pada 26-27 Oktober 2026. Berdasarkan keterangan peneliti, pengisian dilakukan atas kemauan responden sendiri secara sukarela tanpa paksaan. Data formulir memuat kolom nama/inisial; oleh karena itu, pengumpulan data tidak dapat disebut sepenuhnya anonim. Naskah ini melaporkan hasil dalam bentuk agregat tanpa mencantumkan identitas individual responden.

Analisis meliputi statistik deskriptif, pemeriksaan kualitas butir dan reliabilitas, serta uji normalitas Shapiro-Wilk (Mishra et al., 2019). Hubungan kedua variabel diuji

menggunakan korelasi peringkat Spearman dua arah pada taraf signifikansi 0,05. Spearman dipilih untuk menilai asosiasi monotonik berdasarkan peringkat skor; pemilihannya bukan karena data gagal memenuhi uji normalitas (Akoglu, 2018).

Analisis sensitivitas dilakukan secara eksploratif menggunakan data respons individual. Pada skenario A, skor kesiapan menikah dihitung kembali setelah tujuh butir dengan corrected item–total correlation di bawah 0,30 (Y1, Y2, Y3, Y6, Y9, Y12, Y15) dikeluarkan, sedangkan skor kecemasan tetap mencakup 12 butir. Pada skenario B, selain tujuh butir Y tersebut, tiga butir kecemasan (X6, X8, X12) dikeluarkan sehingga skor X mencakup sembilan butir. Pada setiap skenario dihitung ulang korelasi Spearman dua arah serta Cronbach's alpha. Pemeriksaan ini menguji kepekaan hasil terhadap komposisi butir dalam sampel yang sama, bukan pengganti validasi instrumen secara independen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis dilakukan terhadap 41 responden menggunakan skor akhir 12 butir kecemasan terhadap pernikahan (X) dan 15 butir kesiapan menikah (Y). Skor telah disesuaikan dengan arah pernyataan agar setiap variabel dapat ditafsirkan secara konsisten. Statistik deskriptif disajikan pada Tabel 2

Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif

Statistik	Kecemasan terhadap Pernikahan (X)	Kesiapan Menikah (Y)
N	41	41
Jumlah butir	12	15
Minimum	23	44
Maksimum	53	68

Statistik	Kecemasan terhadap Pernikahan (X)	Kesiapan Menikah (Y)
Rata-rata	38,71	56,73
Standar deviasi	7,202	6,128

Sumber: Hasil pengolahan data penelitian

Tabel 2 menunjukkan skor kecemasan berkisar antara 23-53 dengan rata-rata 38,71 dan standar deviasi 7,202. Skor kesiapan menikah berkisar antara 44-68 dengan rata-rata 56,73 dan standar deviasi 6,128. Kedua variabel memperlihatkan variasi skor antarresponden. Namun, rata-rata tersebut belum dapat digunakan untuk menetapkan kategori kecemasan tinggi atau rendah maupun kesiapan menikah baik atau buruk tanpa norma atau batas kategori yang jelas. Perbandingan langsung standar deviasi juga perlu mempertimbangkan perbedaan jumlah butir dan rentang skor kedua instrumen.

Pemeriksaan Validitas Butir

Instrumen awal terdiri atas 30 butir, masing-masing 15 butir untuk kecemasan dan kesiapan menikah. Seleksi awal melalui korelasi Pearson antara skor butir dan skor total menghasilkan penghapusan butir X3, X9, dan X15. Sebanyak 12 butir kecemasan dan seluruh 15 butir kesiapan dipertahankan untuk perhitungan selanjutnya.

Tabel 3. Ringkasan Hasil Pemeriksaan Korelasi Butir

Variabel	Jumlah butir	Butir dipertahankan	Rentang korelasi yang dilaporkan
Kecemasan terhadap pernikahan (X)	15	12	0,398 - 0,887

Kesiapan menikah (Y)	15	15	0,381 - 0,637

Sumber: Ringkasan output korelasi penelitian.

Pada variabel X, butir yang dipertahankan adalah X1, X2, X4, X5, X6, X7, X8, X10, X11, X12, X13, dan X14. Rentang korelasi pada Tabel 2 berasal dari penskoran awal dan korelasi butir-total biasa, bukan bukti akhir validitas konstruk. Setelah penyesuaian arah penskoran, pemeriksaan *corrected item-total correlation* memperlihatkan bahwa X6, X8, dan X12 serta Y1, Y2, Y3, Y6, Y9, Y12, dan Y15 berada di bawah batas skrining 0,30. Dengan demikian, beberapa butir memerlukan evaluasi lanjutan. Keputusan mempertahankan 27 butir untuk analisis tidak berarti bahwa seluruh butir telah terbukti valid; penilaian isi, indikator, dan struktur konstruk masih diperlukan.

Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha dilakukan secara terpisah untuk kedua variabel berdasarkan skor akhir setelah pembalikan butir yang berlawanan arah. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Jumlah butir
Kecemasan terhadap pernikahan (X)	0,857	12
Kesiapan menikah (Y)	0,705	15

Sumber: Hasil penghitungan ulang data penelitian setelah penyesuaian arah penskoran.

Nilai Alpha sebesar 0,857 pada kecemasan dan 0,705 pada kesiapan menikah memenuhi pedoman umum konsistensi internal sebesar 0,70. Dengan demikian, keterkaitan antarbutir pada instrumen kecemasan lebih tinggi daripada instrumen kesiapan dalam sampel ini. Meskipun demikian, reliabilitas bukan jaminan validitas. Temuan tentang korelasi butir terkoreksi yang rendah tetap harus diperhatikan ketika menafsirkan hasil penelitian.

Normalitas Data

Uji Shapiro-Wilk digunakan untuk memeriksa apakah distribusi skor menunjukkan penyimpangan signifikan dari normalitas. Hasilnya disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Variabel	Statistik Shapiro-Wilk	Sig.	Keterangan
Kecemasan terhadap pernikahan (X)	0,977	0,550	Tidak terdapat penyimpangan signifikan dari normalitas
Kesiapan menikah (Y)	0,974	0,464	Tidak terdapat penyimpangan signifikan dari normalitas

Sumber: Hasil pengolahan data penelitian.

Nilai signifikansi kedua variabel lebih besar daripada 0,05, sehingga pengujian tidak menemukan penyimpangan signifikan dari distribusi normal. Hasil ini bukan bukti bahwa data pasti berdistribusi normal. Penelitian tetap menggunakan korelasi Spearman untuk menguji hubungan monotonik berdasarkan peringkat skor, sesuai tujuan analisis dan karakteristik skor yang diperoleh melalui angket berskala Likert. Pemilihan Spearman bukan disebabkan oleh kegagalan uji normalitas.

Hubungan Kecemasan dan Kesiapan Menikah

Pengujian korelasi Spearman menggunakan skor akhir kedua variabel menghasilkan temuan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Spearman

Komponen	Hasil
Jumlah responden (N)	41
Koefisien korelasi Spearman (ρ)	-0,344
Signifikansi	p = 0,028
Arah hubungan	Negatif
Keputusan statistik	H_0 ditolak

Sumber: Hasil pengolahan data penelitian.

Koefisien sebesar -0,344 dengan nilai signifikansi 0,028 menunjukkan hubungan negatif yang signifikan secara statistik pada 41 responden. Artinya, skor kecemasan terhadap pernikahan yang lebih tinggi cenderung berkaitan dengan skor kesiapan menikah yang lebih rendah. Besarnya koefisien mengindikasikan hubungan yang relatif rendah hingga sedang, bergantung pada pedoman interpretasi. Signifikansi statistik tidak menunjukkan bahwa hubungan tersebut kuat, tidak pula membuktikan bahwa kecemasan menyebabkan penurunan kesiapan menikah.

Pembahasan

Hasil utama penelitian memperlihatkan kecenderungan hubungan berlawanan arah antara kecemasan terhadap pernikahan dan kesiapan menikah. Secara konseptual, individu yang mengkhawatirkan konflik pasangan, tanggung jawab ekonomi, perceraian, atau perubahan peran mungkin sekaligus meragukan

kesiapannya membangun keluarga. Namun, penjelasan tersebut merupakan kemungkinan interpretatif, bukan proses psikologis yang diuji langsung. Korelasi yang ditemukan juga dapat berkaitan dengan faktor lain yang tidak diukur, misalnya pengalaman keluarga, dukungan sosial, maupun kematangan emosi.

Temuan ini relevan dengan pembahasan Nasri dan Octavia (2025) mengenai fenomena *marriage is scary* pada Generasi Z. Kekhawatiran terhadap perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, perselingkuhan, dan ketidakstabilan finansial memberikan konteks untuk memahami mengapa individu dapat memandang pernikahan sebagai keputusan yang berisiko. Akan tetapi, penelitian ini tidak menguji setiap sumber kekhawatiran secara terpisah sehingga tidak dapat menentukan faktor mana yang paling terkait dengan kesiapan menikah.

Herawati, Yendra, dan Amita (2025) menekankan pentingnya sikap terhadap pernikahan dan kematangan emosi dalam pembahasan kesiapan menikah pada Generasi Z. Kemampuan memahami perasaan, menghadapi perbedaan, dan menyelesaikan konflik merupakan aspek yang patut diperhatikan ketika menafsirkan hubungan kedua variabel. Penelitian Pinilih (2024) juga menunjukkan bahwa kesiapan menikah berkaitan dengan faktor internal, seperti kesiapan mental dan penerimaan peran baru, serta faktor eksternal berupa pengalaman keluarga dan lingkungan sosial. Kedua kajian tersebut mengingatkan bahwa kesiapan menikah tidak dapat dijelaskan hanya melalui kecemasan.

Sari dan Sunarti (2013) menguraikan kesiapan menikah melalui aspek emosi, peran, finansial, sosial, usia, spiritual, dan seksual. Keragaman dimensi tersebut memberi alasan mengapa hubungan kecemasan dengan kesiapan pada penelitian ini tidak sempurna. Seseorang dapat memiliki kekhawatiran terhadap pernikahan, tetapi sekaligus menunjukkan kesiapan pada aspek tertentu. Sebaliknya, ketidaksiapan ekonomi atau emosional tidak selalu disertai tingkat kecemasan yang sama. Penelitian ini menggunakan skor total sehingga belum dapat menjelaskan hubungan kecemasan dengan masing-masing dimensi kesiapan.

Dalam konteks Bimbingan dan Konseling, temuan ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk menyusun layanan informasi tentang tanggung jawab pernikahan, pengelolaan keuangan, komunikasi pasangan, dan penyelesaian konflik. Bimbingan kelompok dapat membantu Generasi Z mendiskusikan harapan serta kekhawatiran terhadap pernikahan, sedangkan konseling individual atau pranikah dapat diarahkan untuk mengenali sumber kecemasan dan mengevaluasi kesiapan pribadi. Tujuannya bukan mendorong setiap individu segera menikah, melainkan mendukung pengambilan keputusan secara sadar sesuai kondisi masing-masing. Efektivitas layanan tersebut belum diuji dalam penelitian ini.

Interpretasi hasil dibatasi oleh jumlah responden yang hanya 41 orang, besaran korelasi yang tidak terlalu kuat, dan kualitas instrumen yang masih memerlukan pemeriksaan validitas lanjutan. Oleh sebab itu, temuan belum dapat digeneralisasikan kepada seluruh Generasi Z. Penelitian berikutnya perlu melibatkan responden lebih beragam, memperkuat pemeriksaan validitas isi dan konstruk, serta mempertimbangkan kematangan emosi, kondisi ekonomi, dukungan keluarga, dan paparan informasi pernikahan sebagai variabel tambahan. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan hubungan negatif signifikan antara kecemasan terhadap pernikahan dan kesiapan menikah pada kelompok yang diteliti, tanpa memberikan bukti hubungan sebab-akibat.

SIMPULAN

Penelitian terhadap 41 mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang belum menikah menunjukkan hubungan negatif signifikan antara kecemasan terhadap pernikahan dan kesiapan menikah dalam analisis utama menggunakan 12 butir kecemasan dan 15 butir kesiapan (ρ = -0,344; p = 0,028). Namun, analisis sensitivitas memperlihatkan hasil yang tidak stabil. Ketika tujuh butir kesiapan dengan korelasi butir-total terkoreksi rendah dikeluarkan sementara, hubungan menjadi tidak signifikan (ρ = 0,065; p = 0,685). Setelah tiga butir kecemasan juga dikeluarkan sementara, hubungan tetap tidak signifikan (ρ = 0,157; p = 0,328).

Dengan demikian, temuan utama bergantung pada komposisi butir dan tidak membuktikan hubungan sebab-akibat. Keterbatasan penelitian meliputi ukuran sampel kecil, penggunaan *convenience sampling* pada satu perguruan tinggi, serta bukti validitas instrumen yang belum memadai. Penelitian lanjutan perlu melibatkan sampel lebih beragam dan memvalidasi instrumen secara independen. Temuan ini hanya dapat digunakan sebagai masukan awal bagi layanan informasi dan konseling pranikah yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing serta pihak Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, atas arahan, dukungan, dan masukan yang diberikan selama proses penelitian dan penyusunan artikel. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam memahami kecemasan terhadap pernikahan dan kesiapan menikah pada Generasi Z.

DAFTAR PUSTAKA

Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine, 18*(3), 91-93. https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5), 469-480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469

Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quiñonez, H. R., & Young, S. L. (2018). Best practices for developing and validating scales for health, social,

and behavioral research: A primer. *Frontiers in Public Health, 6*, Article 149. https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00149

Fauziyah, S., Zainuddin, A., Masruri, M., & Mufid, M. A. (2025). Solusi fenomena "marriage is scary" perspektif Al-Qur'an (Studi kajian tematik). *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Quran dan Tafsir, 10*(1), 237-252. https://doi.org/10.30868/at.v10i01.8240

Fitri, A., Fadhila, I., & Tohar, A. A. (2026). Pergeseran makna pernikahan pada Generasi Z: Tinjauan psikologis atas pilihan akad sederhana di Kantor Urusan Agama (KUA). *Journal of Exploratory Dynamic Problems, 3*(4), 1907-1931.

Herawati, I., Yendra, D., & Amita, N. (2025). Kesiapan menikah pada Generasi Z: Marital attitudes dan kematangan emosi. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan, 22*(2), 476-487. https://doi.org/10.25299/ajaip.2025.vol22(2).21842

Lestari, M., Aimma, S. L., Cahyadi, S. F., Putri, K. A. L. L., & Mustofa, M. M. (2024). Bagaimana fenomena "marriage is scary" dalam pandangan perempuan Generasi Z? *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman, 10*(2), 278-291. https://doi.org/10.31602/jbkr.v10i2.17187

Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019). Descriptive statistics and normality tests for statistical data. *Annals of Cardiac Anaesthesia, 22*(1), 67-72. https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18

Nafi'atin, I. L., & Ngazizah, I. F. (2025). Gen Z dan marriage is scary: Tinjauan hukum Islam dan peran kecerdasan emosional. *Kodifikasia: Jurnal Penelitian Islam, 19*(2), 416-438. https://doi.org/10.21154/kodifikasia.v19i2.11465

Nasri, L. A., & Octavia, M. (2025). "Marriage is scary" dan kesiapan nikah Generasi Z: Urgensi konseling pra nikah. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 9*(1), 26-37. https://doi.org/10.26539/teraputik.913895

Pinilih, O. A. (2024). *Analisis kesiapan menikah pada perempuan Generasi Z yang belum menikah* [Skripsi sarjana, Universitas Islam Indonesia]. Repositori Universitas Islam Indonesia. https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/53139

Pratiwi, L. A., Lestari, M., Inayah, I., Firdaus, F. F., Pramadya, N. Y., & Syafriza, E. T. (2024). Analisis kesiapan menikah pada Generasi Z (studi naratif dalam perspektif bimbingan dan konseling pranikah). *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan dan Konseling, 8*(2).

Prisiaharyani, N. (2025). *Marriage is scary: Survey persepsi dan penyebab waithood pada Gen Z* [Skripsi sarjana, Institut Agama Islam Negeri Curup].

Sari, F., & Sunarti, E. (2013). Kesiapan menikah pada dewasa muda dan pengaruhnya terhadap usia menikah. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen, 6*(3), 143-153. https://doi.org/10.24156/jikk.2013.6.3.143

Setyowati, A., Aini, F. D. N., Wahyudi, A., Fauziah, M., Ardini, F. M., & Widiatmoko, M. (2026). Psychometric validation of a marriage readiness instrument for university students using Rasch analysis. *Indonesian Journal of Educational Counseling*. https://doi.org/10.30653/001.2026

Tavakol, M., & Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education, 2*, 53-55. https://doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd

Zainuddin, M. B. (2026). *Analisis motivasi Generasi Z dalam memilih menikah di usia yang matang di Desa Poda-Poda Kecamatan Tutar Kabupaten Polman* [Skripsi sarjana, Institut Agama Islam Negeri Parepare].