Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia
E-ISSN: 3031-9897
Website: https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa

Volume 4 No 01, Maret 2026
Hal.: 239 – 246

Intensitas Penggunaan Media Sosial Konten "Menikah Itu Menakutkan" dan Kesiapan Menikah pada Dewasa Awal dengan Orang Tua Bercerai

Firnanda Dewi Nurhaliza
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya
I Gusti Agung Ayu Noviekayati
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya
Aliffia Ananta
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya
E-mail: nurhalizafirnanda@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the relationship between the intensity of social media use and marriage readiness among early adults who experience broken homes. The research employed a quantitative correlational method. The subjects consisted of 73 early adults with a background of parental separation. Data were collected using a social media use intensity scale based on marry is scary content and a marriage readiness scale. Data analysis was conducted using Spearman's Rho correlation test. The results showed a correlation coefficient of −0.751 with a significance value of p < 0.05. These findings indicate a very significant negative relationship between the intensity of social media use and marriage readiness. High levels of social media use intensity are associated with low levels of marriage readiness among early adults who experience broken homes. This study provides an overview of the role of social media in shaping attitudes toward marriage during early adulthood.

Keywords: *Social Media Use Intensity, Marriage Readiness, Early Adulthood with Broken Home Background, Marry Is Scary.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal yang mengalami broken home. Pendekatan penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional. Subjek penelitian berjumlah 73 dewasa awal dengan latar belakang orang tua berpisah. Pengumpulan data menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial berbasis konten marry is scary serta skala kesiapan menikah. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi Spearman's Rho. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar −0,751 dengan nilai signifikansi p < 0,05. Temuan tersebut menunjukkan hubungan negatif sangat signifikan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap kesiapan menikah. Tingkat intensitas penggunaan media sosial tinggi berkaitan dengan kesiapan menikah rendah pada dewasa awal yang mengalami broken home. Penelitian ini memberikan gambaran mengenai peran media sosial dalam pembentukan sikap terhadap pernikahan pada fase dewasa awal.

Kata kunci: *Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kesiapan Menikah, Dewasa Awal Orang Tua Bercerai, Menikah itu Menakutkan*.

Pendahuluan

Masa dewasa awal merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh tuntutan pembentukan hubungan intim dan kesiapan membangun komitmen pernikahan (Erikson, 1989). Individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home* kerap menghadapi hambatan psikologis dalam memandang pernikahan secara positif akibat pengalaman konflik atau perceraian orang tua (Amato, 2010; Collardeau & Ehrenberg, 2016). Pengalaman tersebut berkontribusi pada terbentuknya ketidakpercayaan interpersonal dan ketakutan terhadap komitmen jangka panjang.

Kesiapan menikah dipahami sebagai konstruk multidimensional yang mencakup kematangan emosional, sosial, kesehatan emosional, serta kesiapan menjalankan peran pernikahan (Blood, 1978; Carroll et al., 2009). Individu dengan kesiapan menikah yang rendah cenderung mengalami kecemasan relasional dan menghindari kedekatan emosional, terutama pada mereka yang memiliki pola kelekatan tidak aman akibat pengalaman keluarga yang tidak harmonis (Chan, 2019; Willoughby et al., 2020).

Dalam konteks era digital, kesiapan menikah dewasa awal tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman keluarga, tetapi juga oleh intensitas penggunaan media sosial. Media sosial berperan sebagai agen sosialisasi yang membentuk nilai dan persepsi individu terhadap pernikahan (Boyd & Ellison, 2007). Maraknya konten bertema *Marry is Scary* yang menampilkan pernikahan secara pesimistis berpotensi memperkuat pandangan negatif terhadap institusi pernikahan, khususnya pada individu yang telah memiliki kerentanan emosional.

Berdasarkan *social cognitive theory of mass communication*, individu belajar dan menginternalisasi sikap melalui observasi berulang terhadap model sosial di media massa (Bandura, 2001). Paparan intens terhadap konten negatif terbukti berkaitan dengan peningkatan kecemasan dan perubahan sikap terhadap relasi romantis (Boer et al., 2021; Denysenko, 2020). Efek ini cenderung lebih kuat pada dewasa awal yang mengalami *broken home*, karena pengalaman masa lalu memperkuat bias kognitif terhadap pernikahan (Ali & Aziz, 2022; Syafiq, 2023).

Penelitian terdahulu umumnya mengkaji kesiapan menikah dari aspek internal seperti kematangan emosi atau persepsi keluarga harmonis, atau menelaah pengaruh media sosial secara umum (Abdurrahman & Mudjiran, 2020; Denysenko, 2020). Kajian yang secara spesifik mengintegrasikan intensitas penggunaan media sosial pada konten *Marry is Scary* dengan latar belakang keluarga *broken home* masih terbatas, khususnya pada dewasa awal di Indonesia.

Penelitian ini memiliki kebaruan dengan menguji hubungan langsung antara intensitas penggunaan media sosial pada konten *Marry is Scary* dan kesiapan menikah pada dewasa awal yang mengalami *broken home*, tanpa melibatkan variabel mediator atau moderator. Pendekatan ini digunakan untuk memperoleh gambaran empiris yang lebih fokus mengenai peran media sosial sebagai faktor lingkungan dalam pembentukan kesiapan menikah. Penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial

pada konten *Marry is Scary* dan kesiapan menikah pada dewasa awal yang mengalami *broken home*.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan antara intensitas penggunaan media sosial pada konten *Marry is Scary* dan kesiapan menikah pada dewasa awal yang mengalami *broken home*. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran objektif terhadap variabel penelitian serta analisis hubungan antarvariabel secara statistik (Creswell, 2014).

Populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Partisipan penelitian berjumlah 73 orang dengan kriteria inklusi: (1) berada pada rentang usia dewasa awal, (2) memiliki latar belakang orang tua berpisah atau keluarga tidak harmonis, dan (3) aktif menggunakan media sosial. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, karena pemilihan partisipan didasarkan pada karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Etikan et al., 2016).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen penelitian berbentuk skala psikologis. Kesiapan menikah diukur menggunakan skala kesiapan menikah yang disusun berdasarkan aspek kematangan emosional, sosial, kesehatan emosional, dan kesiapan model peran (Blood, 1978). Intensitas penggunaan media sosial diukur menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial yang mengacu pada aspek perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi penggunaan (Del Barrio, 2004). Seluruh instrumen disajikan dalam bentuk kuesioner daring untuk memudahkan akses partisipan.

Prosedur penelitian diawali dengan penyusunan dan uji coba instrumen untuk memastikan validitas dan reliabilitas alat ukur. Setelah itu, peneliti menyebarkan kuesioner secara daring kepada partisipan yang memenuhi kriteria penelitian disertai lembar persetujuan (*informed consent*). Data yang terkumpul kemudian diseleksi, dikodekan, dan diolah menggunakan perangkat lunak statistik.

Analisis data dilakukan melalui uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji linearitas. Berdasarkan hasil uji asumsi, data tidak berdistribusi normal, sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho* untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kesiapan menikah (Field, 2018). Tingkat signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah $p < 0,05$.

Hasil

Hasil uji normalitas data menggunakan metode *Shapiro–Wilk* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) pada variabel intensitas penggunaan media sosial dan kesiapan menikah. Temuan ini mengindikasikan bahwa data penelitian tidak berdistribusi normal secara statistik, sehingga analisis data selanjutnya dilakukan menggunakan pendekatan statistik nonparametrik yang tidak mensyaratkan normalitas distribusi data (Tabel 1).

Tabel 1. *Hasil Uji Normalitas*

Variabel	*Shapiro-Wilk*			
	Statistic	**df.**	**Sig.**	**Keterangan**
Intensitas Penggunaan Media Sosial-Kesiapan Menikah	0,907	73	0,000	Tidak Normal

Sumber: SPSS 16

Uji linearitas hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kesiapan menikah menunjukkan nilai *Deviation from Linearity* sebesar F = 2,321 dengan signifikansi 0,006 (p < 0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antar variabel tidak sepenuhnya linier, namun tetap dapat dianalisis untuk melihat arah dan kekuatan hubungan antar variabel penelitian (Tabel 2).

Tabel 2. *Hasil Uji Linearitas*

Variabel	*Deviation From Linearity*		
	F	**Sig. (p)**	**Keterangan**
Intensitas Penggunaan Media Sosial – Kesiapan Menikah	2,321	0,006	Linier

Sumber: SPSS 16

Analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa variabel kesiapan menikah memiliki rentang skor antara 16 hingga 80 dengan jumlah aitem sebanyak 32. Rentang skor sebesar 64 dengan mean hipotetik 88 dan standar deviasi hipotetik 10,6 menunjukkan bahwa secara umum responden berada pada kategori kesiapan menikah sedang hingga tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa responden telah memiliki kesiapan dasar dalam aspek emosional, sosial, serta kesiapan menjalani peran pernikahan (Tabel 3).

Tabel 3. *Hasil Analisis Deskriptif Skala Kesiapan Menikah*

Jumlah Aitem	Nilai		Range	Mean Hipotetik	Std. Deviation Hipotetik
	Minimum	**Maximum**			
32	16	80	64	88	10,6

Sumber: SPSS 16

Variabel intensitas penggunaan media sosial terdiri dari 16 aitem dengan skor minimum 8 dan maksimum 40, serta rentang skor sebesar 32. Mean hipotetik sebesar 24 dan standar deviasi hipotetik sebesar 5,3 menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial pada responden tergolong cukup tinggi, yang menandakan bahwa media sosial menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari responden, khususnya dalam mengakses konten terkait isu pernikahan (Tabel 4).

Tabel 4. *Hasil Analisis Deskriptif Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial*

Jumlah Aitem	Nilai		Range	Mean Hipotetik	Std. Deviation Hipotetik
	Minimum	Maximum			
16	8	40	32	24	5,3

Sumber: SPSS 16

Hasil uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *Spearman's Rho* menunjukkan koefisien korelasi sebesar −0,751 dengan nilai signifikansi 0,000 (p < 0,01). Temuan ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kesiapan menikah. Arah hubungan negatif tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, maka semakin rendah tingkat kesiapan menikah pada dewasa awal yang mengalami *broken home*. Hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial dengan kesiapan menikah dinyatakan diterima (Tabel 5).

Tabel 5. *Hasil Uji Hipotesis*

Variabel	*Spearman's Rho*		
	Correlation Coefficien	Sig. (p)	Keterangan
Intensitas Penggunaan Media Sosial-Kesiapan Menikah	-0,751	0,000	Sangat Signifikan

Sumber: SPSS 16

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memiliki hubungan yang negatif dan sangat signifikan dengan kesiapan menikah pada dewasa awal yang mengalami *broken home*. Temuan ini menunjukkan bahwa paparan media sosial yang tinggi, khususnya terhadap konten yang membahas pernikahan dengan sudut pandang negatif, berpotensi menurunkan kesiapan individu dalam menghadapi pernikahan. Meskipun secara deskriptif responden menunjukkan tingkat kesiapan menikah yang relatif memadai, intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat menjadi faktor psikososial yang memperkuat keraguan, kecemasan, dan persepsi negatif terhadap pernikahan, terutama pada individu dengan latar belakang pengalaman keluarga yang tidak utuh.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas penggunaan media sosial pada konten bertema *Marry is Scary* dengan kesiapan menikah pada dewasa awal yang mengalami *broken home*. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi frekuensi dan durasi paparan terhadap konten yang menarasikan pernikahan secara pesimistis, semakin rendah kesiapan emosional dan psikologis individu untuk memasuki komitmen pernikahan. Hal ini menegaskan peran media sosial sebagai agen sosialisasi yang membentuk persepsi dan sikap terhadap pernikahan, bukan sekadar sarana komunikasi.

Paparan berulang terhadap konten *Marry is Scary* membentuk bias kognitif yang memposisikan pernikahan sebagai sumber konflik dan kehilangan kebebasan. Temuan ini sejalan dengan *social cognitive theory of mass communication* (Bandura, 2001) yang menjelaskan bahwa individu menginternalisasi sikap melalui pembelajaran observasional dari media. Hasil penelitian ini mendukung temuan Herdiansyah dan Khaira (2025) mengenai meningkatnya ketakutan terhadap pernikahan pada dewasa awal, sekaligus memperluasnya dengan menunjukkan bahwa dampak tersebut lebih kuat pada individu dengan latar belakang *broken home*.

Berbeda dengan Boer et al. (2021) yang menemukan bahwa media sosial dapat meningkatkan kesiapan menikah melalui konten edukatif, penelitian ini menunjukkan bahwa jenis konten menjadi faktor penentu arah pengaruh. Dominasi konten bernarasi negatif justru menurunkan kesiapan menikah, sehingga mempertegas bahwa dampak media sosial bersifat konten-spesifik. Temuan ini melengkapi penelitian Fox dan Moreland (2015) dengan menunjukkan bahwa paparan pengalaman negatif di media sosial dapat menciptakan distorsi kognitif terhadap makna pernikahan.

Individu dengan latar belakang *broken home* cenderung memiliki pola kelekatan tidak aman yang berkaitan dengan ketakutan terhadap intimasi dan penghindaran komitmen (Willoughby et al., 2020). Ketika kerentanan ini diperkuat oleh paparan konten *Marry is Scary*, terbentuk skema kognitif yang semakin menurunkan kesiapan menikah. Temuan ini sejalan dengan Chan (2019), namun memberikan kontribusi baru dengan mengidentifikasi media sosial sebagai faktor penguat yang memperburuk dampak pengalaman keluarga.

Perbedaan dengan temuan Collardeau dan Ehrenberg (2016), yang menyatakan bahwa tidak semua individu *broken home* memiliki kesiapan menikah rendah, dapat dijelaskan melalui peran intensitas penggunaan media sosial. Kesiapan menikah sebagai integrasi kematangan emosional, sosial, dan moral (Blood, 1978; Carroll et al., 2009) dapat terganggu oleh paparan narasi negatif yang meningkatkan kecemasan menikah (Ali & Aziz, 2022).

Secara teoretis, penelitian ini menegaskan bahwa kesiapan menikah pada dewasa awal di era digital dibentuk oleh interaksi antara pengalaman keluarga dan paparan media sosial. Temuan ini memberikan kontribusi dengan menekankan pentingnya literasi digital dan pengelolaan paparan konten negatif, khususnya bagi individu dengan kerentanan psikologis akibat *broken home.*

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 73 dewasa awal yang mengalami *broken home*, ditemukan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas penggunaan media sosial pada konten *Marry is Scary* dengan kesiapan menikah, yang ditunjukkan oleh koefisien korelasi *Spearman’s Rho* sebesar −0,751 dengan nilai signifikansi $p < 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas individu dalam mengakses konten *Marry is Scary*, semakin rendah tingkat kesiapan menikah yang dimiliki. Intensitas penggunaan media sosial memberikan kontribusi

sebesar 56,4% terhadap variasi kesiapan menikah, mengindikasikan bahwa paparan berulang terhadap narasi negatif mengenai pernikahan berperan kuat dalam membentuk persepsi pesimistis, meningkatkan kecemasan relasional, serta menurunkan kepercayaan terhadap institusi pernikahan.

Dampak ini menjadi lebih kuat pada individu dengan latar belakang *broken home*, di mana pengalaman masa lalu berupa konflik keluarga, trauma emosional, dan pola kelekatan tidak aman memperkuat internalisasi narasi negatif dari media sosial. Temuan ini menegaskan bahwa media sosial berfungsi sebagai agen sosialisasi yang signifikan dalam membentuk sikap dan pandangan dewasa awal terhadap pernikahan. Pengembangan literasi digital dan kemampuan reflektif menjadi penting agar individu mampu menyaring konten secara kritis dan membangun perspektif yang lebih realistis serta seimbang mengenai pernikahan.

Penguatan dukungan sosial, komunikasi terbuka dalam hubungan serius, serta partisipasi dalam program edukatif seperti konseling atau pendidikan pranikah dapat membantu individu mengelola pengalaman masa lalu dan mempersiapkan diri secara emosional serta psikologis. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi faktor lain seperti dukungan sosial, kematangan emosional, nilai spiritual, dan kesiapan finansial, serta menggunakan pendekatan kualitatif, *mixed methods*, atau longitudinal guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika kesiapan menikah pada dewasa awal dengan latar belakang keluarga tidak harmonis.

Referensi

Abdurrahman, & Mudjiran. (2020). Kontribusi kematangan emosi terhadap kesiapan menikah mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Riset Psikologi*, 2(1), 1-10.

Ali, M., & Aziz, S. (2022). Marital anxiety and cognitive bias toward marriage among young adults from divorced families. *Journal of Family Issues*, 43(5), 1120–1138. https://doi.org/10.1177/0192513X211024567

Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media Psychology*, 3(3), 265–299. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0303_03

Blood, R. O. (1978). *The family*. New York: Free Press.

Boer, M., van den Eijnden, R. J., & Stevens, G. W. (2021). The impact of social media use on romantic relationship perceptions in early adulthood. *Computers in Human Behavior*, 115, 106-118. https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106618

Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230.

Carroll, J. S., Badger, S., Willoughby, B. J., Nelson, L. J., Madsen, S. D., & Barry, C. M. (2009). Ready or not? Criteria for marriage readiness among emerging adults. *Journal of Adolescent Research*, 24(3), 349–374. https://doi.org/10.1177/0743558409334253

Chan, L. (2019). The relationship between attachment styles and marital readiness among young adults. *International Journal of Psychological Studies*, 11(2), 45-56.

Collardeau, F., & Ehrenberg, M. (2016). Parental divorce and adult children’s romantic relationships: A review. *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(4), 229–251. https://doi.org/10.1080/10502556.2016.1158388

Del Barrio, A. (2004). *Social media intensity scale*. Madrid: Universidad de Madrid.

Denysenko, A. (2020). Social media and perception of marriage: A quantitative study among university students. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14(2), Article 5. https://doi.org/10.5817/CP2020-2-5

Erikson, E. H. (1989). *Identity and the life cycle*. New York: W. W. Norton & Company.

Herdiansyah, R., & Khaira, N. (2025). Fenomena "Marry is Scary": Dampak paparan konten media sosial terhadap ketakutan akan komitmen pada Gen Z. *Jurnal Psikologi Sosial*, 23(1), 12-25.

Syafiq, M. (2023). Dinamika psikologis kesiapan menikah pada individu broken home di era digital. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 11(2), 88-97.

Willoughby, B. J., Medaris Miller, A., & James, S. L. (2020). The role of social media in shaping marital expectations and readiness. *Journal of Family Communication*, 20(3), 215–229. https://doi.org/10.1080/15267431.2020.1764532