

Hubungan Diferensiasi Diri, Keberfungsian Keluarga Dan Sikap Terhadap Pernikahan Pada Individu Emerging Adulthood Di Tangerang

Talitha Nitisara & Mutiara Mirah Yunita

Program Studi Psikologi, Universitas Bunda Mulia, Jakarta, Indonesia, 14430

Corresponding e-mail: mutiaramirahyunita@gmail.com

Abstract

*This study aims to examine the relationship between self-differentiation, family functioning, and attitudes toward marriage among Tangerang's early adults. The study employed a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 424 individuals aged 18–25 years residing in Tangerang (Tangerang, Tangerang Regency, and South Tangerang). The findings revealed a significant positive relationship between self-differentiation and attitudes toward marriage ($r = 0.689^{**}$), as well as between family functioning and attitudes toward marriage ($r = 0.548^{**}$). Based on these findings, it can be concluded that the higher the level of self-differentiation or family functioning in individuals, the more positive their attitudes toward marriage. In addition, differences were found between the research results and field phenomena. The presumed negative shift in attitudes toward marriage among individuals in the transition to adulthood did not occur significantly, as the study showed that the majority of early adults in Tangerang hold neutral to positive attitudes toward marriage.*

Keywords: self-differentiation; family functioning; attitudes toward marriage

Abstrak — Penelitian ini bertujuan mencari tahu hubungan antara diferensiasi diri, keberfungsian keluarga dan sikap terhadap pernikahan pada individu dewasa awal di Tangerang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi. Sampel terdiri dari 424 individu berusia 18–25 tahun yang berdomisili di Tangerang (Kota Tangerang, Kabupaten Tangerang dan Kota Tangerang Selatan). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara positif antara diferensiasi diri dengan sikap terhadap pernikahan ($r = 0.689^{**}$) dan keberfungsian keluarga dengan sikap terhadap pernikahan ($r = 0.548^{**}$). Berdasarkan penemuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi diferensiasi diri ataupun keberfungsian keluarga pada individu, maka semakin positif sikap terhadap pernikahan. Selain itu, ditemukan pula perbedaan antara hasil penelitian dengan fenomena lapangan. Pergeseran sikap individu masa transisi menuju dewasa terhadap pernikahan ke arah yang cenderung negatif tidak terjadi signifikan, karena hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas individu masa transisi menuju dewasa di Tangerang memiliki sikap yang cenderung netral dan positif terhadap pernikahan.

Kata Kunci: diferensiasi diri; keberfungsian keluarga; sikap terhadap pernikahan

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara dengan ideologi berlandaskan nilai ketuhanan menjadikan agama berperan besar dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam hal pernikahan (Himawan, 2020). Meski pernikahan dianjurkan dalam berbagai ajaran agama, angka pernikahan di Indonesia justru juga ikut menunjukkan tren penurunan sebagaimana beberapa negara lainnya yang telah disebutkan. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa sejak tahun 2018, angka pernikahan di Indonesia terus mengalami penurunan yang cukup signifikan. Jumlah pernikahan yang terjadi di tahun 2018 berada pada angka 2.016.171, sedangkan di tahun 2023 jumlah pernikahan menurun menjadi 1.577.255. Hal ini menunjukkan adanya penurunan sebesar 438.916 angka pernikahan dalam waktu 6 tahun belakangan. Kemudian, bila melihat secara khusus di wilayah Tangerang secara keseluruhan, mencakup Kota Tangerang, Kabupaten Tangerang dan juga Kota Tangerang Selatan, BPS juga mencatat terjadinya penurunan angka pernikahan yang cukup signifikan sejak tahun 2018 hingga 2023. Jumlah pernikahan yang terjadi di wilayah tersebut yang mulanya berkisar di angka 42.200 pernikahan pada tahun 2018, turun hingga ke angka 33.730 pada tahun 2023, yang menandakan penurunan sebesar 8.470 angka pernikahan selama 6 tahun ke belakang. Jika dibiarkan terus-menerus, hal ini bisa memunculkan berbagai dampak, baik itu kepada individu ataupun bangsa secara luas.

Selain penurunan angka pernikahan yang cukup signifikan, fenomena kenaikan angka perceraian yang tercatat di Indonesia juga menjadi sebuah indikasi permasalahan terkait pernikahan yang perlu diperhatikan. BPS mencatat kenaikan angka perceraian yang cukup signifikan dari tahun ke tahun, terlebih di tahun 2020 (291.677 kasus perceraian) hingga tahun 2022 (516.344 kasus perceraian). Data dari Badan Peradilan Agama (Badilag) menunjukkan bahwa bila dibandingkan dari tahun 2023 hingga 2024, terdapat kenaikan angka perceraian sebanyak 38.012 kasus atau sebesar sebesar 8.5% di Indonesia (Hawari, 2025).

Salah satu fenomena yang mendukung dan menunjukkan adanya pergeseran sikap masyarakat terhadap pernikahan ke arah negatif adalah tren "*Marriage is Scary*" yang saat ini sedang banyak digaungkan di media sosial, seperti TikTok, X, dan Instagram (Shafa et al., 2025). Dalam tren tersebut, banyak individu yang bernarasi terkait gambaran ideal tentang pernikahan, keluh kesah perihal pernikahan yang sedang atau telah dijalani, ataupun

menceritakan ketakutannya akan berbagai hingga isu-isu negatif terkait pernikahan itu sendiri, seperti perceraian, konflik, KDRT, dan lain-lain. Tren yang cukup populer ini menunjukkan bahwa telah terjadi pergeseran secara masif pada pandangan atau sikap individu muda terhadap pernikahan ke arah yang negatif. Sikap negatif ini mengacu pada anggapan bahwa pernikahan hanya merupakan hubungan menakutkan yang penuh dengan konflik, tekanan emosional, juga penuh dengan tantangan yang sulit dihadapi (Syafiq, 2023; Shafa et al., 2025).

Ningtias (2022) mengungkap beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap individu terhadap pernikahan. Globalisasi dan modernisasi yang terjadi secara masif diketahui membuat banyak individu khususnya generasi Z jadi lebih berfokus pada kesuksesan karir dan pendidikannya dibandingkan keinginan untuk berumah tangga (Riska & Khasanah, 2023). Selain itu, banyaknya paparan informasi negatif (baik itu dari mulut ke mulut ataupun media) mengenai kasus perceraian dari berbagai kalangan yang disebabkan oleh berbagai macam hal, entah itu kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), kondisi ekonomi, perselisihan, kebiasaan negatif pasangan, dan lainnya juga diketahui dapat mempengaruhi sikap individu terhadap pernikahan itu sendiri (Tirta & Arifin, 2025). Paparan negatif tersebut membuat banyak individu merasa bahwa pernikahan adalah suatu hal yang penuh akan masalah dan menakutkan (Ningtias, 2022; Defandri et al., 2024; Shafa et al., 2025).

Blagojevic (1989) mengungkapkan bahwa pengalaman pribadi individu berkaitan dengan kondisi nyata dalam kehidupan sosial serta pengalaman dalam keluarganya sendiri dapat memengaruhi sikap individu terhadap pernikahan. Selain itu, ditemukan pula bahwa salah satu hal yang memengaruhi sikap para pemuda di Korea terkait pernikahan adalah kapasitas emosional yang memadai untuk berumah tangga dan membangun keluarga (Yonghwa & Ananda, 2024). Temuan dari konteks Korea ini digunakan untuk menunjukkan bahwa faktor psikologis—khususnya kemampuan mengelola emosi—juga menjadi perhatian pada masyarakat dengan tingkat modernisasi tinggi. Untuk memperkuat pemahaman lintas konteks tersebut, penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Putri et al. (2024) pada wanita Indonesia turut menunjukkan bahwa kesiapan mental atau psikologis merupakan aspek penting dalam membentuk sikap terhadap pernikahan. Dalam konteks Indonesia, kesiapan ini sering dikaitkan dengan kemampuan menghadapi tekanan emosional dan dinamika rumah tangga. Perbandingan hasil dari dua negara berbeda tersebut menunjukkan bahwa meskipun kondisi sosial-budaya Korea dan Indonesia tidak sama, keduanya memperlihatkan pola serupa: kapasitas emosional menjadi faktor penting dalam membentuk sikap individu terhadap pernikahan. Hal ini menegaskan bahwa kesiapan psikologis merupakan faktor yang

relevan secara lintas budaya, meskipun bentuk dan tekanan sosial yang memengaruhinya dapat berbeda sesuai konteks negara masing-masing.

Mengacu pada banyaknya faktor yang ada, maka dapat disimpulkan bahwa sikap terhadap pernikahan dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik itu karena kondisi keluarga individu, kondisi ekonomi, media yang ikut memberikan paparan informasi mengenai pernikahan itu sendiri, juga kesiapan mental atau psikologis individu untuk menikah, terutama berkaitan dengan kestabilan dan penyesuaian emosi, terlebih saat memiliki relasi dengan orang lain (Ningtias, 2022; Riska & Khasanah, 2023; Tirta & Arifin, 2025) Terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi terciptanya kestabilan dan penyesuaian emosi pada diri individu, juga kesiapan individu dalam berelasi. Beberapa di antaranya adalah *attachment style* atau gaya kelekatan individu (Annisa & Dalimunthe, 2021), kecerdasan emosional (Qalbi, 2022; Ningrum, et al., 2021), kematangan emosional (Davita, 2021), dan juga *relationship self-efficacy* (Li & Tang, 2024). Selain beberapa yang telah disebutkan, salah satu hal yang juga dapat mendukung terciptanya kesiapan mental dan kapabilitas emosi individu dalam berelasi atau menikah adalah *differentiation of self* atau diferensiasi diri.

Diferensiasi diri merupakan kemampuan untuk mempertahankan objektivitas emosional di tengah tingkat kecemasan yang tinggi dalam suatu sistem, meskipun pada saat yang sama individu tersebut juga berhubungan dengan orang-orang penting dalam sistem tersebut, seperti pasangan, anak-anak, saudara kandung, teman, dan lainnya (Bowen, 1978). Bowen kemudian menjabarkan bahwa diferensiasi diri melibatkan kemampuan individu dalam menyeimbangkan dua hal yang saling berkaitan, yakni (a) intrapsikis dan (b) interpersonal. Diferensiasi intrapsikis mengacu pada kemampuan individu untuk membedakan perasaan dari pemikiran intelektual. Kemampuan ini dapat dianggap sebagai bentuk dari kematangan emosional. Sedangkan diferensiasi interpersonal mengacu pada kemampuan untuk mempertahankan kemandirian individu sambil mengalami keintiman. Kemampuan ini mewakili kematangan relasional individu.

Individu dengan diferensiasi diri tinggi mampu mengelola emosinya sehingga dapat berpikir lebih jernih, menjaga kemandirian, serta tetap mempertahankan kedekatan relasional saat menghadapi konflik. Dengan demikian, mereka tidak mudah menutup diri maupun kehilangan identitas dalam situasi penuh tekanan (Calatrava et al. 2022). Kapabilitas emosi yang dimiliki oleh individu dalam berelasi dapat membantu individu untuk menjadi lebih siap dalam berelasi dengan orang lain, yang dalam kasus ini mengacu pada relasi keluarga yang diciptakan saat menikah, baik itu kepada pasangan, anak, ataupun anggota keluarga lainnya. Selain itu, dengan adanya kemampuan mempertahankan keseimbangan

emosi dan otonomi pikiran yang baik, individu mampu menavigasi tekanan keluarga dan sosial ataupun paparan negatif tanpa mengubah sikap awalnya (Bowen 1978; Kerr & Bowen, 1988).

Beberapa hasil penelitian terdahulu memberikan dukungan mengenai keterkaitan antara tingkat diferensiasi diri dan sikap individu terhadap pernikahan. Penelitian Kim dan Jung (2015) pada mahasiswa di Korea Selatan menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat diferensiasi diri, semakin positif sikap mereka terhadap pernikahan. Temuan serupa diperoleh Li dan Tang (2024) pada dewasa awal di Cina, yang menunjukkan bahwa individu dengan diferensiasi diri tinggi cenderung memiliki pandangan yang lebih positif mengenai pernikahan. Ketika individu mampu mempertahankan kemandirian emosional namun tetap menjalin kedekatan yang sehat, hubungan interpersonal yang terbentuk menjadi lebih memuaskan dan mendukung terbentuknya sikap pernikahan yang positif (Li & Tang, 2024). Selain itu, Abbasi dan Hoseyni (2019) juga melaporkan adanya hubungan positif antara diferensiasi diri dan sikap terhadap pernikahan pada anak-anak veteran perang. Namun, hingga saat ini belum ada penelitian yang mengkaji hubungan kedua variabel tersebut dalam konteks Indonesia. Penelitian ulang pada konteks Indonesia menjadi penting karena budaya Indonesia memiliki karakteristik kolektivistik yang kuat, menekankan kedekatan keluarga, tuntutan peran sosial, serta norma pernikahan yang berbeda dibandingkan negara-negara Asia Timur. Dalam budaya seperti ini, dinamika antara kedekatan emosional, kemandirian, dan ekspektasi keluarga berpotensi memengaruhi bagaimana diferensiasi diri bekerja dalam membentuk sikap terhadap pernikahan. Oleh sebab itu, perlu diteliti apakah pola hubungan yang ditemukan di negara lain juga berlaku pada konteks budaya Indonesia yang memiliki ciri relasional dan struktur keluarga yang berbeda.

Kemudian, mengacu dari beberapa faktor sikap terhadap pernikahan yang telah dibahas sebelumnya, dapat diketahui pula bahwa pengalaman individu bersama dengan keluarganya juga ikut mempengaruhi pandangan dan sikap individu terhadap pernikahan. Hal ini dikarenakan pengalaman yang dimiliki sejak masa kanak-kanak memudahkan individu dalam memahami dunia dan membentuk pola kognitif yang kemudian memfasilitasi respons sikap dan perilakunya (Hussain & Hayee, 2024). Sebagian besar anak memaknai keluarga sebagai tempat sosialisasi pertama, tempat belajar dan tempat pembentukan karakter, juga memaknai keberfungsiannya sebagai contoh atau *role model* bagi kehidupan di masa depan (Viranda et al., 2023). Melalui penemuan tersebut, dapat diketahui bahwa keluarga dan tingkat keberfungsiannya akan menjadi contoh dan pelajaran, juga memberi pengaruh terkait banyak hal bagi anak-anak dalam keluarga tersebut, salah satunya

mengenai sikap terhadap pernikahan. Maka dari itu, salah satu cara untuk mengetahui dan memahami pengalaman individu dengan keluarganya yang dapat ikut mempengaruhi sikap individu tersebut terhadap lembaga pernikahan adalah dengan melihat tingkat keberfungsian keluarganya.

Keberfungsian keluarga adalah kapasitas dari sebuah keluarga untuk menjalankan tugas-tugas penting yang diperlukan untuk mendukung kesejahteraan sosial, psikologis, dan biologis anggota keluarganya (Epstein et al., 1978). Epstein, Bishop dan Levin (1978) mengungkapkan bahwa keberfungsian keluarga dapat dilihat berdasarkan enam aspek, yakni kemampuan pemecahan masalah dalam berbagai tingkatan dengan efektif dan positif (*problem solving*), kemampuan untuk berkomunikasi atau bertukar informasi secara verbal dengan langsung dan jelas (*communication*), kejelasan dan keseimbangan peran dan tanggung jawab antar anggota keluarga (*roles*), sejauh mana anggota keluarga tertarik dan menghargai kegiatan dan perhatian satu sama lain (*affective involvement*), kemampuan anggota keluarga untuk merasakan atau mengalami pengaruh yang tepat atas berbagai stimulus (*affective responsiveness*), juga cara sebuah keluarga mengekspresikan dan mempertahankan standar perilaku bagi para anggotanya (*behavioral control*).

Hasil penelitian Kim dan Jung (2015) juga menemukan bahwa keberfungsian keluarga memiliki hubungan positif yang cukup signifikan dengan sikap para mahasiswa di Korea Selatan terhadap pernikahan, sehingga hasil ini juga mendukung hubungan keberfungsian keluarga secara keseluruhan terhadap sikap individu terhadap pernikahan. Hussain dan Hayee (2024) juga menemukan hasil serupa pada para individu dewasa muda di Pakistan. Selain itu, Abbasi dan Hoseyni (2019) juga menemukan keterkaitan yang serupa, yakni keberfungsian keluarga memiliki keterkaitan yang erat pada sikap terhadap pernikahan pada anak-anak dari veteran perang di Iran. Meskipun begitu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Yan, Yin dan Qing (2024) terhadap individu dewasa muda di Malaysia menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan sikap terhadap pernikahan yang dimiliki para individu tersebut. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya perbedaan hasil yang berbeda meskipun variabel penelitian yang diteliti serupa.

Keterbatasan referensi, adanya variasi hasil penelitian, serta minimnya penelitian yang membahas topik serupa di Indonesia membuat peneliti tertarik untuk meneliti dan mencari tahu hubungan antara diferensiasi diri dan keberfungsian keluarga dengan sikap terhadap pernikahan pada individu dewasa awal, terlebih terhadap sampel di wilayah Tangerang (Kota Tangerang, Kabupaten Tangerang dan Kota Tangerang Selatan) yang telah

mengalami fenomena penurunan angka pernikahan yang cukup signifikan. Tangerang merupakan bagian dari kawasan metropolitan Jabodetabek yang mengalami urbanisasi sangat cepat, tingkat heterogenitas sosial yang tinggi, serta tekanan ekonomi dan modernisasi yang lebih kuat dibandingkan kota-kota non-metropolitan (BPS, 2024).

Kondisi ini berpengaruh pada pola hubungan keluarga, tingkat stres rumah tangga, serta dinamika relasi interpersonal pada generasi muda, yang berpotensi memengaruhi diferensiasi diri maupun sikap terhadap pernikahan. Selain itu, data BPS menunjukkan bahwa Tangerang mengalami penurunan angka pernikahan yang signifikan sejak 2018 hingga 2023—dari 42.200 menjadi 33.730 pernikahan—menandakan adanya perubahan sikap sosial terhadap pernikahan pada masyarakat muda setempat. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa daerah metropolitan seperti Tangerang cenderung memiliki masyarakat dengan nilai individualisme lebih tinggi, keterpaparan media yang lebih besar, serta ketegangan antara tuntutan karier dan kehidupan keluarga (Himawan, 2020; Riska & Khasanah, 2023).

Faktor-faktor ini membuat Tangerang menjadi konteks yang relevan untuk melihat apakah diferensiasi diri dan keberfungsian keluarga berperan dalam membentuk sikap terhadap pernikahan pada individu *emerging adulthood* yang hidup di lingkungan urban modern. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengisi kekosongan literature nasional, tetapi juga memberikan pemahaman berbasis konteks mengenai dinamika psikologis generasi muda di wilayah metropolitan Indonesia. Dalam penelitian ini hipotesis yang hendak dijawab adalah:

H1: Terdapat hubungan signifikan antara diferensiasi diri dan sikap terhadap pernikahan pada individu *emerging adulthood* di Tangerang.

H2: Terdapat hubungan signifikan antara keberfungsian keluarga dan sikap terhadap pernikahan pada individu *emerging adulthood* di Tangerang.

Tujuan Studi

Pertanyaan yang dikembangkan dalam studi ini terdiri atas dua pertanyaan yakni (1) “apakah terdapat hubungan signifikan antara diferensiasi diri dengan sikap terhadap pernikahan pada individu *emerging adulthood* di Tangerang?”, dan (2) “apakah terdapat hubungan signifikan antara keberfungsian keluarga dengan sikap terhadap pernikahan pada individu *emerging adulthood* di Tangerang?”

METODE

Partisipan

Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan responden sebanyak 424 partisipan dengan karakteristik individu pada masa transisi dewasa (*emerging adulthood*) yang berada di wilayah Tangerang. Kriteria lebih lanjut mengenai sampel penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan
2. Berusia 18-25 tahun
3. Berdomisili di Tangerang (Kota Tangerang, Kabupaten Tangerang dan Kota Tangerang Selatan).
4. Belum menikah dan masih tinggal bersama dengan keluarga inti.

Berdasarkan data yang disediakan oleh BPS tahun 2023, tidak dapat diketahui secara pasti jumlah individu di usia 18-25 tahun, dikarenakan kategori usia yang disediakan oleh data BPS terbagi dalam beberapa bagian, yakni usia 15-19, 20-24, dan 25-29. Dikarenakan jumlah populasi tidak dapat diketahui secara pasti, maka penentuan jumlah minimal sampel dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan menggunakan tabel yang berasal dari rumus penentuan jumlah sampel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael (Sugiyono, 2013). Rumusnya akan dijabarkan sebagai berikut.

$$s = (\lambda \cdot N \cdot P \cdot Q) / (d^2 (N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q)$$

s = Jumlah sampel

λ = Nilai Chi-kuadrat (tergantung taraf kesalahan, 1%, 5%, atau 10%)

N = Ukuran populasi

P = Peluang sukses (0.5)

Q = Peluang gagal (1-P = 0.5)

d = Tingkat/taraf kesalahan (error tolerance)

Dalam penentuan jumlah sampel ini, peneliti menentukan taraf kesalahan sebesar 5%. Berdasarkan tabel yang telah dikembangkan melalui rumus tersebut, dapat diketahui bahwa apabila populasi bersifat infinit atau tidak diketahui secara pasti dan taraf kesalahan yang digunakan adalah sebesar 5%, maka besar sampel minimal yang perlu peneliti dapatkan berjumlah 349 orang. Maka dari itu jumlah sampel yang didapatkan sebanyak 424 partisipan responden telah cukup memenuhi jumlah minimal partisipan yang dapat digunakan dalam penelitian ini.

Desain

Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode survei untuk pengumpulan datanya. Pemilihan metode survei dianggap paling tepat dalam menjawab pertanyaan penelitian ini untuk mendapatkan data dengan jumlah yang lebih besar untuk menguji hipotesis menurut paradigma positivisme. Tiga alat ukur yang akan didistribusikan melalui survei ialah *Marital Attitudes Scale (MAS)* yang dikembangkan oleh Braaten dan Rosén (1998) untuk mengukur sikap terhadap pernikahan; *The brief DSI (Differentiation of Self Inventory)* yang dikembangkan dan disusun oleh Sloan dan van Dierendonck (2016) untuk mengukur diferensiasi diri; dan untuk mengukur orientasi religius; *McMaster Family Assessment Device (FAD)* yang dikembangkan oleh Epstein, Baldwin dan Bishop (1983) untuk mengukur keberfungsian keluarga.

Prosedur Penelitian

Kuesioner penelitian disebarluaskan kepada responden secara daring dan luring. Penyebarluasan kuesioner daring dilakukan melalui media sosial seperti LINE, WhatsApp, dan Instagram, sedangkan penyebarluasan luring dilakukan dengan membagikannya langsung kepada responden yang memenuhi kriteria penelitian. Sebelum mengisi kuesioner, responden diminta untuk membaca dan menyetujui *informed consent* yang berisi penjelasan singkat mengenai tujuan penelitian, hak serta kewajiban partisipan, dan pernyataan kesediaan menjadi responden. Setelah menyetujui *informed consent* serta mengisi data diri, responden dapat mengakses instrumen penelitian yang terdiri dari tiga skala, yaitu skala sikap terhadap pernikahan, skala diferensiasi diri, dan skala keberfungsian keluarga.

Pengisian kuesioner dilakukan pada periode 21 April hingga 28 April 2025. Waktu yang dibutuhkan untuk mengisi seluruh kuesioner diperkirakan sekitar 5–10 menit. Tidak terdapat hadiah atau imbalan yang diberikan kepada responden dalam penelitian ini. Setelah seluruh data terkumpul, peneliti melakukan seleksi data untuk memastikan bahwa responden sesuai dengan kriteria usia dan domisili yang telah ditentukan. Data yang valid kemudian diolah menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics 25.0 untuk mendapatkan hasil penelitian.

Instrumen

Skala Sikap terhadap Pernikahan (MAS). Instrumen ini diadaptasi dari Marital Attitudes Scale yang dikembangkan oleh Braaten dan Rosén pada tahun 1998. Skala ini bersifat unidimensional dengan total item awal sebanyak 23 item dan Cronbach Alpha sebesar 0.929, namun terdapat tiga item yang harus dieliminasi karena memiliki item rest correlation kurang dari 0.3; dan setelah dilakukan eliminasi, alat ukur MAS yang digunakan hanya tersisa 20 item

dengan Cronbach Alpha sebesar 0.935. Pada alat ukur MAS responden diminta menjawab setiap pernyataan menggunakan model Likert 4 poin, mulai dari "Sangat Tidak Setuju" (1) hingga "Sangat Setuju" (4). Skor total yang lebih tinggi menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap pernikahan (Contoh butir pernyataan skala MAS: "Orang-orang seharusnya menikah."; "Saya tidak terlalu yakin bahwa pernikahan saya akan berhasil."); "Saya akan merasa puas ketika saya menikah.").

Skala Diferensiasi Diri (The Brief DSI). Instrumen ini diadaptasi dari The Brief Differentiation of Self Inventory yang disusun oleh Sloan dan van Dierendonck (2016) berdasarkan teori Bowen (1978). Skala ini berfungsi untuk mengukur kemampuan individu dalam memisahkan emosi dan pemikiran, serta menjaga otonomi diri dalam hubungan interpersonal. Skala ini dapat dilihat sebagai satu skor tunggal yang memiliki total item sebanyak 19 item dengan Cronbach Alpha sebesar 0.948, dan juga dapat dilihat sebagai empat aspek skor yang berbeda yakni *emotional reactivity* (Cronbach Alpha = 0.921, jumlah item = 4, contoh item = "Saya terlalu sensitif terhadap kritik."), *emotional cutoff* (Cronbach Alpha = 0.852, jumlah item = 5, contoh item = "Ketika hubungan saya menjadi terlalu intens, saya merasa ingin menjauh."), *the I position* (Cronbach Alpha = 0.790, jumlah item = 5, contoh item = "Apapun yang terjadi dalam hidup saya, saya tahu bahwa saya tidak akan kehilangan jati diri saya."), dan *fusion with others* (Cronbach Alpha = 0.898, jumlah item = 5, contoh item = "Saya sering setuju dengan orang lain, hanya untuk menyenangkan mereka."). Responden menjawab menggunakan skala Likert 4 poin, mulai dari "Sangat Tidak Setuju" (1) hingga "Sangat Setuju" (4). Skor total yang lebih tinggi menunjukkan tingkat diferensiasi diri yang lebih tinggi.

Skala Keberfungsian Keluarga (FAD). Instrumen ini diadaptasi dari Family Assessment Device yang dikembangkan oleh Epstein, Baldwin, dan Bishop pada tahun 1983 berdasarkan McMaster Model of Family Functioning. Skala ini dapat dilihat sebagai satu skor tunggal secara keseluruhan dan juga dapat dilihat secara terpisah ke dalam tujuh dimensi berbeda. Pada awalnya jumlah item terdiri atas 53 item dengan Cronbach Alpha sebesar 0.978, namun terdapat 3 item yang harus dieliminasi karena memiliki nilai kurang dari 0.3; dan setelah dilakukan eliminasi, alat ukur FAD yang digunakan hanya tersisa 50 item dengan Cronbach Alpha sebesar 0.982. Kemudian, alat ukur FAD juga dapat dilihat ke dalam tujuh dimensi yaitu *problem solving* (Cronbach Alpha = 0.897, jumlah item = 5, contoh item = "Keluarga saya menyelesaikan sebagian besar masalah emosional yang muncul."), *communication* (Cronbach Alpha = 0.849, jumlah item = 6, contoh item = "Keluarga saya jujur satu sama lain."), *roles* (Cronbach Alpha = 0.833, jumlah item = 5, contoh item = "Keluarga saya memastikan setiap anggota keluarga menjalankan tanggung jawabnya."), *affective involvement* (Cronbach Alpha = 0.910, jumlah item =

6, contoh item = "Keluarga saya menunjukkan kelembutan."), *affective responsiveness* (Cronbach Alpha = 0.887, jumlah item = 7, contoh item = "Keluarga saya terlalu mementingkan diri sendiri."), *behavior control* (Cronbach Alpha = 0.906, jumlah item = 9, contoh item = "Keluarga saya memiliki aturan tentang memukul orang lain), dan *general functioning* (Cronbach Alpha = 0.965, jumlah item = 12, contoh item = "Dalam masa kritis, keluarga saya bisa saling mendukung."). Responden diminta memberikan jawaban pada skala Likert 4 poin, mulai dari "Sangat Tidak Setuju" (1) hingga "Sangat Setuju" (4); dengan skor total yang lebih tinggi menunjukkan tingkat keberfungsian keluarga yang lebih baik. Dalam mengisi skala keberfungsian keluarga ini, para partisipan diminta untuk mengisi skala ini berdasarkan keluarga tempat para partisipan tumbuh.

Teknik Analisis

Penelitian ini menggunakan uji korelasi sebagai teknik analisis utama untuk melihat hubungan antara diferensiasi diri dan keberfungsian keluarga dengan sikap terhadap pernikahan. Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan uji linearitas untuk memastikan kelayakan data. Uji normalitas dilakukan dengan Kolmogorov-Smirnov dan pendekatan Monte Carlo. Pendekatan Monte Carlo digunakan karena ukuran sampel berada pada kategori kecil hingga menengah, sehingga estimasi p-value dari Kolmogorov-Smirnov dapat menjadi kurang stabil. Dengan simulasi Monte Carlo, nilai signifikansi yang dihasilkan menjadi lebih akurat dan robust terhadap variasi distribusi data. Sementara itu, uji linearitas digunakan untuk menilai keterkaitan linear antarvariabel. Setelah data dinyatakan memenuhi syarat, analisis korelasi dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for Windows versi 25.0. Taraf signifikansi yang ditetapkan adalah 5% ($\alpha = 0.05$), di mana nilai signifikansi ≤ 0.05 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel yang diuji.

HASIL

Profil Deskriptif Partisipan

Dari total 424 data yang terkumpul, seluruhnya memenuhi kriteria penelitian dan digunakan dalam analisis ini. Jumlah ini sesuai dengan target penelitian sekaligus memberikan gambaran yang cukup luas mengenai individu dewasa awal di Tangerang.

Mayoritas responden adalah laki-laki, yaitu sebanyak 237 orang (55.9%), sementara responden perempuan berjumlah 187 orang (44.1%). Dari segi usia, responden paling banyak berada pada kelompok usia 21 tahun, yakni sebanyak 80 orang (18.9%), disusul usia 20 tahun

dengan 74 orang (17.5%), kemudian usia 18 tahun dengan 62 orang (14.6%), dan usia 22 tahun dengan 56 orang (13.2%). Kelompok usia paling sedikit adalah responden berusia 24 tahun, yang hanya berjumlah 24 orang (5.7%).

Berdasarkan domisili, sebagian besar responden tinggal di Kota Tangerang, yaitu sebanyak 236 orang (55.7%). Responden dari Kota Tangerang Selatan berjumlah 129 orang (30.4%), sedangkan sisanya 59 orang (13.9%) berdomisili di Kabupaten Tangerang. Dari segi pendidikan, mayoritas responden merupakan lulusan SMA/sederajat dengan jumlah 311 orang (73.3%). Selanjutnya, 90 orang (21.2%) adalah lulusan S1, 14 orang (3.3%) lulusan SMP, 4 orang (0.9%) lulusan S2, 3 orang (0.7%) lulusan D3, dan 2 orang (0.5%) lulusan SD.

Tabel 1.

Profil Demografis Partisipan

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	237	55.9
Perempuan	187	44.1
Usia		
18 tahun	62	14.6
19 tahun	46	10.8
20 tahun	74	17.5
21 tahun	80	18.9
22 tahun	56	13.2
23 tahun	46	10.8
24 tahun	24	5.7
25 tahun	36	8.5
Domisili		
Kota Tangerang	236	55.7
Tangerang Selatan	129	30.4
Kabupaten Tangerang	59	13.9
Pendidikan		
SD/sederajat	2	0.5
SMP/sederajat	14	3.3
SMA/sederajat	311	73.3
D3	3	0.7
S1	90	21.2
S2	4	0.9

Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik Monte Carlo melalui perangkat lunak IBM SPSS for Windows versi 25.0. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian mengikuti sebaran normal sehingga layak digunakan dalam analisis

parametrik. Kriteria yang digunakan adalah apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$), maka data dianggap berdistribusi normal. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.203. Hasil ini menunjukkan bahwa data penelitian memiliki distribusi normal ($p > 0.05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh memenuhi asumsi normalitas sehingga teknik analisis korelasi Pearson dapat digunakan dalam penelitian ini. Sebagai tambahan, uji normalitas yang dilakukan melalui pendekatan Monte Carlo pada SPSS menghasilkan satu output karena pengujian normalitas dilakukan terhadap *unstandardized residual*, bukan terhadap masing-masing variabel secara terpisah. Dalam analisis parametrik seperti korelasi Pearson, asumsi normalitas tidak mewajibkan setiap variabel memiliki distribusi normal, melainkan mengharuskan distribusi residual berada dalam keadaan normal agar estimasi parameter valid. Oleh karena itu, SPSS hanya menghasilkan satu hasil uji normalitas Monte Carlo yang merepresentasikan distribusi residual dalam model analisis yang digunakan.

Pengujian Hipotesis (H1 dan H2)

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara diferensiasi diri dan sikap terhadap pernikahan ($r = 0.689, p < 0.001$). Selain itu, ditemukan pula hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan sikap terhadap pernikahan ($r = 0.548, p < 0.001$). Kedua hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat diferensiasi diri maupun keberfungsian keluarga pada individu, semakin positif pula sikap mereka terhadap pernikahan. Temuan ini mengonfirmasi hipotesis penelitian, bahwa faktor internal berupa diferensiasi diri dan faktor eksternal berupa keberfungsian keluarga berperan penting dalam membentuk sikap individu terhadap pernikahan. Tabel 2 menyajikan hasil matriks korelasi antar variabel penelitian secara lengkap.

Tabel 2. Matriks Korelasi Antar Variabel Studi

Variabel	1	2	3
1. Sikap terhadap Pernikahan	—		
2. Diferensiasi Diri	0.689**	—	
3. Keberfungsian Keluarga	0.548**	0.624**	—

Keterangan: $p < 0.001$; ** menunjukkan korelasi signifikan.

Analisa Data Tambahan

Selain uji hipotesis utama, penelitian ini juga melakukan uji korelasi pada masing-masing dimensi diferensiasi diri dan keberfungsian keluarga terhadap sikap terhadap pernikahan. Hasil analisis menunjukkan bahwa dimensi *emotional reactivity* memiliki korelasi negatif dan signifikan

dengan sikap terhadap pernikahan ($r = -0.278$, $p < 0.001$), sementara dimensi *emotional cutoff* juga berkorelasi negatif signifikan ($r = -0.470$, $p < 0.001$). Sebaliknya, dimensi *the I position* menunjukkan korelasi positif signifikan ($r = 0.612$, $p < 0.001$), dan *fusion with others* berkorelasi negatif signifikan ($r = -0.285$, $p < 0.001$). Pola ini mengindikasikan bahwa individu yang mampu mempertahankan pendirian diri cenderung memiliki sikap positif terhadap pernikahan, sedangkan kecenderungan menarik diri atau terlarut secara emosional justru terkait dengan sikap yang lebih negatif.

Pada variabel keberfungsian keluarga, seluruh dimensi menunjukkan hubungan positif signifikan dengan sikap terhadap pernikahan. Misalnya, dimensi *problem solving* ($r = 0.466$, $p < 0.001$), *communication* ($r = 0.432$, $p < 0.001$), *roles* ($r = 0.421$, $p < 0.001$), *affective responsiveness* ($r = 0.468$, $p < 0.001$), *affective involvement* ($r = 0.353$, $p < 0.001$), *behavior control* ($r = 0.361$, $p < 0.001$), dan *general functioning* ($r = 0.496$, $p < 0.001$). Hasil ini menegaskan bahwa semakin baik fungsi keluarga, khususnya dalam hal komunikasi, penyelesaian masalah, serta fungsi umum keluarga, semakin positif pula sikap individu terhadap pernikahan.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara diferensiasi diri dan keberfungsian keluarga dengan sikap terhadap pernikahan pada individu masa emerging adulthood di Tangerang Raya. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa kedua hipotesis penelitian diterima, yaitu terdapat hubungan signifikan antara diferensiasi diri dengan sikap terhadap pernikahan, serta antara keberfungsian keluarga dengan sikap terhadap pernikahan. Nilai korelasi yang diperoleh cukup kuat, yakni $r = 0.689$ untuk diferensiasi diri dan $r = 0.548$ untuk keberfungsian keluarga ($p < 0.05$). Hal ini membuktikan bahwa semakin tinggi diferensiasi diri dan semakin baik keberfungsian keluarga, maka semakin positif sikap individu terhadap pernikahan.

Temuan terkait diferensiasi diri sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya korelasi positif antara diferensiasi diri dan sikap terhadap pernikahan (Kim & Jung, 2015; Abbasi & Hoseyni, 2019; Najarpourian et al., 2019; Li & Tang, 2024). Individu dengan tingkat diferensiasi diri yang tinggi lebih mampu mengelola emosi, berpikir rasional dalam situasi penuh tekanan, serta menjaga keseimbangan antara kedekatan emosional dan kemandirian pribadi (Bowen, 1978). Kemampuan ini penting dalam membangun hubungan pernikahan yang sehat karena individu yang mampu mengelola emosi dapat merespons konflik secara lebih tenang dan konstruktif, bukan dengan reaksi impulsif atau defensif. Berpikir rasional membantu pasangan

mengambil keputusan secara objektif, mempertimbangkan kebutuhan diri dan pasangan tanpa terjebak pada tekanan emosional sesaat. Selain itu, kemampuan menjaga keseimbangan antara kedekatan emosional dan kemandirian pribadi memungkinkan individu untuk tetap terlibat secara hangat dalam hubungan tanpa kehilangan batas diri. Keseimbangan ini membuat pasangan lebih mampu berkomunikasi secara terbuka, menetapkan batasan yang sehat, serta menghindari pola hubungan yang terlalu melebur (*fusion*) maupun menarik diri secara ekstrem (*emotional cutoff*). Dengan demikian, diferensiasi diri mendukung terciptanya dinamika hubungan yang stabil, supportif, dan adaptif—ciri fundamental dari pernikahan yang sehat. Mereka juga cenderung melihat pernikahan sebagai sarana pertumbuhan bersama, bukan sebagai pelarian dari masalah atau tekanan sosial (Skowron & Friedlander, 1998). Sebaliknya, rendahnya diferensiasi diri dapat menyebabkan ketergantungan emosional yang berlebihan, kesulitan mengelola konflik, atau kecenderungan mengalami *fusion* dan *emotional cutoff*, yang menjadi hambatan dalam membentuk sikap positif terhadap pernikahan. Dengan demikian, diferensiasi diri berperan sebagai faktor internal yang menentukan bagaimana individu merespons pengaruh eksternal, seperti norma budaya dan pengalaman keluarga, dalam membentuk sikap terhadap pernikahan (Najarpourian et al., 2019).

Penerimaan hipotesis kedua, yaitu adanya hubungan positif antara keberfungsian keluarga dan sikap terhadap pernikahan, mendukung penelitian Kim dan Jung (2015), Abbasi dan Hoseyni (2019), serta Hussain dan Hayee (2024), meskipun bertentangan dengan hasil penelitian Yan, Yin, dan Qing (2024) di Malaysia yang tidak menemukan hubungan signifikan antara kedua variabel. Keberfungsian keluarga, sebagaimana dijelaskan oleh Epstein et al. (1978), merujuk pada sejauh mana keluarga mampu menjalankan peran secara efektif dalam memenuhi kebutuhan emosional, sosial, dan perkembangan anggotanya. Keluarga yang berfungsi baik dicirikan oleh komunikasi terbuka, kehangatan, peran yang jelas, serta dukungan dalam pengambilan keputusan. Fungsi-fungsi ini memberi dasar stabil bagi perkembangan psikososial individu, terutama di masa dewasa awal, yang ditandai dengan tugas perkembangan menjalin hubungan intim dan mempersiapkan kehidupan berkeluarga (Santrock, 2019). Individu yang tumbuh dalam keluarga fungsional cenderung belajar pola interaksi sehat, sehingga membentuk harapan positif terhadap pernikahan. Sebaliknya, pengalaman tumbuh dalam keluarga disfungsional—misalnya ditandai konflik, komunikasi buruk, atau rendahnya kelekatan emosional—dapat menimbulkan sikap negatif atau ragu terhadap pernikahan (Hussain & Hayee, 2024).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki sikap positif terhadap pernikahan. Hal ini menegaskan bahwa fenomena pergeseran sikap negatif terhadap

pernikahan, sebagaimana disebut dalam latar belakang, tidak sepenuhnya tercermin dalam data penelitian. Salah satu faktor yang memengaruhi hal ini adalah tingkat pendidikan responden. Mayoritas responden (77,1%) berasal dari latar belakang pendidikan menengah ke bawah (SD, SMP, SMA). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa individu dengan pendidikan lebih rendah cenderung memiliki sikap lebih positif terhadap pernikahan dibandingkan individu dengan pendidikan lebih tinggi (Kim & Jung, 2015; Fallahchai et al., 2019; Susanti & Sari, 2019; Lazinski & Ehrenberg, 2024). Hal ini dikaitkan dengan pandangan bahwa pernikahan merupakan pencapaian sosial-ekonomi penting dalam tahapan kehidupan, sementara individu berpendidikan tinggi cenderung menunjukkan sikap lebih skeptis karena faktor individualisme, fokus karier, kemandirian finansial, dan ekspektasi tinggi terhadap pasangan (Prameswari et al., 2023; Usmi et al., 2025).

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa diferensiasi diri dan keberfungsiannya keluarga merupakan faktor signifikan dalam membentuk sikap positif terhadap pernikahan. Namun demikian, interpretasi hasil penelitian tetap perlu mempertimbangkan keterbatasan desain korelasional yang tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal, distribusi sampel yang terbatas pada wilayah Tangerang, serta dominasi responden dengan usia dan tingkat pendidikan tertentu.

Terdapat beberapa keterbatasan dari penelitian ini. Pertama, desain penelitian yang bersifat korelasional tidak memungkinkan peneliti menyimpulkan hubungan sebab akibat antar variabel. Kedua, sampel hanya berfokus pada individu yang berdomisili di Tangerang, sehingga hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan ke wilayah lain dengan latar belakang budaya yang berbeda. Ketiga, distribusi usia responden masih didominasi oleh kelompok usia tertentu (20–21 tahun), sehingga hasil penelitian lebih merepresentasikan kelompok usia tersebut dibandingkan seluruh rentang usia dewasa awal.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari 424 responden memiliki sikap terhadap pernikahan yang positif, dengan tingkat diferensiasi diri dan keberfungsiannya keluarga yang relatif tinggi. Analisis korelasional menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara diferensiasi diri dengan sikap terhadap pernikahan ($r = 0.689$, $p < 0.05$), serta antara keberfungsiannya keluarga dengan sikap terhadap pernikahan ($r = 0.548$, $p < 0.05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat diferensiasi diri maupun

keberfungsian keluarga yang dimiliki individu, maka semakin positif pula sikap mereka terhadap institusi pernikahan.

Secara psikologis, individu dengan diferensiasi diri yang lebih baik cenderung mampu mengelola emosi, mempertahankan kemandirian, serta menyeimbangkan kebutuhan pribadi dengan relasi interpersonal, sehingga memiliki pandangan yang lebih realistik dan sehat terhadap pernikahan. Sementara itu, keberfungsian keluarga yang tinggi berkontribusi dalam membentuk sikap positif terhadap pernikahan melalui komunikasi yang sehat, kelekatan emosional, dan dukungan sosial yang diperoleh individu sejak dulu.

Meskipun fenomena pergeseran sikap negatif terhadap pernikahan banyak dibicarakan, hasil penelitian ini justru menunjukkan bahwa mayoritas individu emerging adulthood di Tangerang memiliki sikap yang cukup netral hingga positif terhadap pernikahan. Namun demikian, proporsi responden dengan sikap yang rendah atau negatif masih ada dalam jumlah yang cukup, sehingga fenomena ini tetap relevan untuk diteliti lebih lanjut.

REFERENSI

- Abbasi, G., & Hoseyni, S. S. (2019). Correlation between family function, self-differentiation, and life satisfaction with attitude toward marriage of veteran's children. *Iranian Journal of War & Public Health*, 11(1), 35–40.
- Annisa, N., & Dalimunthe, F. (2021). Aman, menghindar, cemas: Pengaruh attachment style terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi (JIPSI)*, 3(1), 12–18.
- Arnett, J. J. (2024). *Emerging adulthood* (3rd ed.). Oxford University Press.
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Nikah dan cerai menurut provinsi (kejadian)*, 2020. bps.go.id.
<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-provinsi--2022.html?year=2020>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Nikah dan cerai menurut provinsi*, 2022. bps.go.id.
<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-provinsi--2022.html?year=2022>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Nikah dan cerai menurut provinsi*, 2023. bps.go.id.
<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-provinsi--2020.html?year=2023>
- Blagojevic, M. (1989). The attitudes of young people towards marriage: From the change of substance to the change of form. *Marriage & Family Review*, 14(1–2), 217–238.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Davita, J. (2021). Hubungan antara kematangan emosi dengan kesiapan menikah pada dewasa awal. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7).
- Defandri, W., Murialti, N., & Hidayat, M. (2024). Analysis of declining birth rates in South Korea. *COMSERVA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 3(11), 4728–4736.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. (1983). The McMaster family assessment device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9(2), 171–180.
- Epstein, N. B., Bishop, D. S., & Levin, S. (1978). The McMaster model of family functioning. *Journal of Marriage and Family Counseling*, 4(1), 19–31.

- Fallahchai, R., Fallahi, M., & Badiee, M. (2019). Intent, attitudes, expectations, and purposes of marriage in Iran: A mixed methods study. *Current Psychology*, 40(12), 5301–5311. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00362-y>
- Hawari, H. (2025, Agustus 11). Angka perceraian meningkat, Menag usul UU Perkawinan direvisi. *detik.com*. <https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-7882041/angka-perceraian-meningkat-menag-usul-uu-perkawinan-direvisi>
- Himawan, K. K. (2020). Menikah adalah ibadah: Peran agama dalam mengkonstruksi pengalaman melajang di Indonesia. *Jurnal Studi Pemuda*, 9(2), 120–135.
- Hussain, S. K., & Hayee, A. A. (2024). Impact of family functioning style on self-regulation and marital attitude of young adults from Pakistan. *Journal of Development and Social Sciences*, 5(4), 242–254.
- Kim, H. S., & Jung, Y. M. (2015). Self-differentiation, family functioning, life satisfaction and attitudes towards marriage among South Korean university students. *Indian Journal of Science and Technology*, 8(19), 1–9.
- Lazinski, M. J., & Ehrenberg, M. F. (2024). Young adults' outlook on marriage: The influence of parental divorce, family of origin functioning and attachment style. *Family Transitions*, 65(7), 459–486.
- Li, Y., & Tang, C. (2024, June). The marital attitudes among Chinese females in emerging adulthood: The role of differentiation of self and relationship self-efficacy. In *Proceedings of the 3rd International Conference on Social Sciences and Humanities and Arts (SSHA 2024)* (pp. 286–304). Atlantis Press. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-518-1_36
- Najarpourian, S., Ghasemi, A., & Shahidi, A. (2019). The relationship between differentiation of self and marital attitudes among Iranian young adults. *Contemporary Psychology*, 14(2), 33–42.
- Ningrum, D. N. F., Latifah, M., & Krisnatuti, D. (2021). Marital readiness: Exploring the key factors among university students. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 18(1), 65–74.
- Ningtias, I. S. (2022). Faktor yang mempengaruhi penurunan angka pernikahan di Indonesia. *Jurnal Registratie*, 4(2), 87–98.
- Prameswari, A., Elvina, A., Kurinci, A. I. A., Fakhri, H. O., Purwanti, N. A., Ramadhan, R., & Khalid. (2023). Analisis status ekonomi dan tingkat pendidikan terhadap pernikahan usia dini di Desa Kubah Sentang – Kec. Pantai Labu. *Jurnal Ekombis Review*, 11(1), 165–174.
- Putri, N. R., Aprilia, D., & Kaisuku, A. F. H. (2024). Motif wanita takut menikah di usia lanjut. In *Prosiding Seminar Nasional Ilmu-Ilmu Sosial (SNIIS)* (Vol. 3, pp. 22–34).

- Qalbi, S. A. (2022). Hubungan kecerdasan emosi dan kesiapan menikah pada individu dewasa awal [Skripsi, Universitas Islam Indonesia].
- Riska, H., & Khasanah, N. (2023). Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z. *Indonesian Health Issue*, 2(1), 48–53.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development*. McGraw-Hill Education.
- Shafa, N. F., Latifah, H. N., Puspita, P., Susilawati, P., & Rozak, R. W. A. (2025). Pengaruh media sosial terhadap persepsi *Marriage is Scary* di kalangan Gen Z. *LIBEROSIS: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 10(4), 1–8.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235–246. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235>
- Sonkaya, Z. I., & Öcal, N. U. (2024). Young people's attitudes toward marriage, gender roles, and related factors. *BMC Public Health*, 24(3347), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18647-w>
- Susanti, D., & Sari, W. M. (2019). Hubungan tingkat pendidikan perempuan dan orang tua dengan pernikahan perempuan usia dini. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 35–41.
- Syafiq, M. (2023). Peran influencer di media sosial terhadap tren *Marriage is Scary* (Analisis maqashid syariah). *Al Hurriyah: Jurnal Hukum Islam*, 7(1), 150–157.
- Tirta, K. D., & Arifin, S. N. (2025). Studi Fenomenologi : Marriage is Scary pada Generasi Z. TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 8(3), 12–20. <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>
- Usmi, R. S., Suryani, T. A., Maharani, R., Erniati, E., Sari, P. C. W., Vania, P. J., Amalia, R., Putri, G. A., Norantika, D., & Isra, A. (2025). Faktor penyebab wanita menunda pernikahan di Indonesia. *TRILOGI: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora*, 6(1), 18–26.
- Yan, C. M., Yin, C. N. C., & Qing, C. C. Y. (2024). Exploring the modern Malaysian marriage: Understanding the relationship of gender role attitudes, attitudes toward childbearing, family functioning and attitudes toward marriage among young adults in Malaysia. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 38(2), 90–106.
- Yonghwa, L., & Ananda, F. (2024). Faktor sosial di balik rendahnya angka kelahiran di Korea Selatan. In *Seminar Nasional LPPM UMMAT* (Vol. 3, pp. 1060–1069).