

GAMOPHOBIA SEBAGAI ALASAN UNTUK TIDAK MENIKAH (MEMBUJANG) SAMPAI SEUMUR HIDUP PERSPEKTIF MADZHAB SYAFI'I

Arif Rahmat Hidayat¹, Moh. Adib MS², Daryanto Masdar³

IPEBA Cirebon, Jawa Barat, Indonesia

IPEBA Cirebon, Jawa Barat, Indonesia

IPEBA Cirebon, Jawa Barat, Indonesia

Arif0709m@gmail.com¹,

moh.adibms@gmail.com²,

daryantomasdar@staima.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan faktor-faktor penyebab munculnya gamophobia—ketakutan berlebihan terhadap pernikahan—serta menganalisis pandangan Mazhab Syafi'i mengenai hukum membujang seumur hidup dalam Islam. Fokus penelitian diarahkan pada sejauh mana kondisi psikologis seperti gamophobia dapat dianggap sebagai uzur (alasan sah) yang membolehkan seseorang untuk tidak menikah. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif kepustakaan (library research) dengan pendekatan normatif-teologis, yakni menelaah teks-teks fikih klasik Mazhab Syafi'i seperti Fath al-Qarib, Kifayah al-Akhyar, I'annah al-Thalibin, dan Raudlah al-Thalibin, serta dikaitkan dengan teori psikologi modern mengenai ketakutan terhadap pernikahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hukum asal menikah menurut Imam Syafi'i bersifat kontekstual dan dapat berubah sesuai kondisi individu. Penderita gamophobia yang mengalami gangguan psikologis berat diperbolehkan bahkan dianjurkan untuk tidak menikah apabila pernikahan berpotensi menimbulkan madharat. Berdasarkan kaidah fikih seperti al-darar yuzāl dan dar'u al-mafāsīd muqaddam 'alā jalb al-maṣāliḥ, keputusan untuk tidak menikah dalam kondisi ini selaras dengan prinsip kemaslahatan dalam syariat Islam.

Kata kunci: Gamophobia, Mazhab Syafi'i, Hukum Nikah, Madharat, Kemaslahatan.

Abstract

This study aims to explain the factors that lead to gamophobia—an excessive fear of marriage—and to analyze the Syafi'i School's perspective on the legal status of lifelong celibacy in Islam. The research focuses on whether psychological conditions such as gamophobia can be considered a valid excuse ('udzr syar'i) that justifies the choice of not marrying. This study employs a qualitative library research method with a normative-theological approach, examining classical Syafi'i jurisprudential texts such as Fath al-Qarib, Kifayah al-Akhyar, I'annah al-Thalibin, and Raudlah al-Thalibin, and integrating them with modern psychological theories on marital anxiety. The findings indicate that, according to Imam al-Syafi'i, the legal ruling of marriage is contextual and may change based on an individual's circumstances. Individuals suffering from gamophobia are permitted, and in some cases even encouraged, to remain unmarried if marriage is likely to cause madharat (harm). Based on legal maxims such as al-darar yuzāl ("harm must be eliminated") and dar'u al-mafāsīd muqaddam 'alā jalb al-maṣāliḥ ("preventing harm takes precedence over gaining benefit"), refraining from marriage due to gamophobia aligns with the principle of maslahah (public interest) upheld in Islamic law.

Keywords: *Gamophobia, Syafi'i School, Marriage Law, Madharat, Masalah.*

A. Pendahuluan

Dalam beberapa tahun terakhir, Indonesia mengalami tren penurunan signifikan dalam angka pernikahan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah pernikahan di Indonesia pada tahun 2023 tercatat sebanyak 1.577.255, menurun sebesar 7,51% dibandingkan tahun sebelumnya yang mencapai 1.705.348. Penurunan ini terjadi di seluruh provinsi, mencerminkan tren nasional yang konsisten. Salah satu provinsi yang mengalami dampak besar adalah Jawa Barat, di mana jumlah pernikahan menurun dari 336.912 pada tahun 2022 menjadi 317.715 pada tahun 2023. Data dari Radio Republik Indonesia (RRI) mengutip BPS menunjukkan bahwa penurunan secara nasional mencapai 28,63%, dengan DKI Jakarta berkurang sekitar 4.000, Jawa Barat 29.000, Jawa Tengah 21.000, dan Jawa Timur 13.000 pernikahan.¹

Fenomena ini mencerminkan perubahan sosial yang luas, dipengaruhi oleh faktor ekonomi, perubahan pola pikir terhadap pernikahan, dan dinamika demografi. Menurut Guru Besar Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Airlangga, Bagong Suyanto, penurunan angka pernikahan disebabkan oleh meningkatnya kesempatan bagi perempuan untuk mengembangkan potensi diri serta pengaruh globalisasi yang mengubah cara pandang kaum muda terhadap makna keberhasilan sosial. Globalisasi memperkuat persepsi negatif terhadap pernikahan akibat tingginya angka perceraian, serta mendorong munculnya nilai-nilai individualistik.

Selain faktor struktural, pergeseran nilai sosial di kalangan generasi muda turut memengaruhi penurunan minat terhadap pernikahan. Generasi Z, misalnya, menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan terhadap institusi pernikahan, yang dalam literatur disebut sebagai *marriage is scary*. Pada kondisi ekstrem, kecemasan ini dapat berkembang menjadi gangguan psikologis yang dikenal sebagai *gamophobia* — ketakutan berlebihan terhadap pernikahan. Individu dengan *gamophobia* dapat mengalami trauma akibat perceraian orang tua, tekanan ekonomi, atau kekhawatiran kehilangan kebebasan pribadi.²

¹ Fadhila Fajar, “Angka Pernikahan Di Indonesia Turun,” (2025), <https://rri.co.id/index.php/lain-lain/1219624/angka-pernikahan-di-indonesia-turun#:~:text=Data BPS 2024 menunjukkan angka,63%25 dalam 10 tahun terakhir. Diakses pada Minggu 16 Maret 2025 pukul 20:20 WIB>.

² Wida Widiyani Putri, “Dampak Media Sosial Terhadap Pandangan Generasi Z Terhadap Pernikahan: Fenomena ‘Marriage Is Scary’ Dan Ketakutan Akan Komitmen,” January 1, 2025, <https://www.buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1698-dampak-media-sosial-terhadap-pandangan-generasi-z-terhadap-pernikahan-fenomena-marriage-is-scary-dan-ketakutan-akan-komitmen>.

Fenomena *gamophobia* bukan hanya persoalan psikologis, tetapi juga berdampak sosial dan keagamaan. Dalam konteks kesehatan mental, penderita *gamophobia* dapat mengalami gejala seperti gangguan kecemasan berat, depresi, bahkan disfungsi sosial. Dalam konteks keagamaan, hal ini menimbulkan persoalan hukum Islam, *apakah seseorang yang mengalami ketakutan ekstrem terhadap pernikahan dibenarkan untuk tidak menikah?*³

Dalam ajaran Islam, pernikahan merupakan bagian dari sunnah Rasulullah SAW. Sebagaimana hadis yang diriwayatkan oleh Sa'ad bin Abi Waqqash RA:

رَدَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى عُثْمَانَ بْنِ مَظْعُونٍ النَّبْتَلِ، وَلَوْ أَدِنَ لَهُ لَخِ تَصَيَّنَا⁽⁴⁾

"Rasulullah SAW tidak mengizinkan Utsman bin Mazh'un untuk tabattul (hidup membujang). Kalau seandainya beliau mengizinkan, tentu kami akan melakukannya meskipun dengan pengebirian." (HR. Bukhari).

Hadis ini menegaskan bahwa Islam menganjurkan pernikahan bagi mereka yang mampu. Namun, dalam mazhab Syafi'i, hukum menikah bersifat kondisional—dapat menjadi wajib, sunnah, makruh, bahkan haram tergantung pada kesiapan dan kondisi individu. Dalam situasi tertentu, seperti ketakutan ekstrem yang menyebabkan madharat (bahaya) psikologis, menikah justru dapat menimbulkan mudarat yang lebih besar, sehingga penundaan atau pembatalan pernikahan dapat dibenarkan secara syar'i.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini memiliki tujuan untuk:⁴

1. Menjelaskan faktor-faktor penyebab *gamophobia* yang mendorong seseorang memilih untuk tidak menikah.
2. Menganalisis pandangan Mazhab Imam Syafi'i mengenai hukum membujang seumur hidup dalam Islam.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (library research). Sumber utama berasal dari kitab-kitab klasik mazhab Syafi'i seperti *Fath al-Qarib*, *Kifayah al-Akhyar*, *al-Iqna'*, dan *Nihayah al-Zain*, serta dilengkapi dengan literatur psikologi modern. Analisis dilakukan menggunakan metode *ilhaq al-masā'il bi nazā'irihā* (analogi kasus baru dengan kasus klasik)⁵ dan pendekatan kaidah fikih seperti *al-dharar yuzāl* (kemudharatan

³ Khoirul Asfiryak, "Studi Netnografi Tentang Gangguan Gamophobia Pada Diabetisi Tipe-2 Dalam Perspektif Hukum Islam," *Jurnal Ilmiah Ahwal Syakhshiyah (JAS)* 4, no. 1 (2022): hal. 56–77, <https://doi.org/10.33474/jas.v4i1.15722>

⁴ Muhammad bin Isma'il Al-Bukhari, *Shahih Al-Bukhari* (Beirut: Dar Ibn Katsir, 1987), Juz VII, hal. 3.

⁵ Riza Rifani, "Konsep Ilhaq Al-Masail Bi Nazhairiha Dan Metode Penerapannya Pada Kasus Kontemporer," *Jurnal Al-Nadhair* 2, no. 1 (2023), hal. 13–30, <https://doi.org/10.61433/alnadhair.v2i1.23>

harus dihilangkan).⁶

B. Pembahasan

1. Pengertian Gamophobia

Secara etimologis, istilah *gamophobia* berasal dari dua kata Yunani, *gamos* yang berarti “pernikahan” dan *phobos* yang berarti “ketakutan”. Dengan demikian, secara harfiah *gamophobia* berarti “ketakutan terhadap pernikahan”. Dalam ranah psikologi, istilah ini digunakan untuk menggambarkan bentuk ketakutan yang irasional dan berlebihan terhadap komitmen dalam hubungan jangka panjang, khususnya pernikahan.⁷

Secara terminologis, *gamophobia* didefinisikan sebagai gangguan kecemasan spesifik yang ditandai dengan rasa takut mendalam terhadap pernikahan atau hubungan serius. Individu yang mengalaminya cenderung mengalami tekanan emosional, cemas, bahkan panik ketika dihadapkan pada pembicaraan atau situasi yang berkaitan dengan pernikahan. Dalam konteks klinis, seperti dijelaskan oleh Cleveland Clinic, *gamophobia* termasuk fobia terhadap komitmen ekstrem yang menghambat kemampuan individu untuk menjalin hubungan yang sehat dan stabil.⁸

2. Faktor Penyebab Gamophobia

Fenomena *gamophobia* tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan hasil dari interaksi kompleks antara aspek psikologis, sosial, dan spiritual.

Pertama, pengalaman traumatis masa kecil seperti perceraian orang tua atau konflik keluarga sering kali membentuk persepsi negatif terhadap pernikahan. Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan disharmonis lebih rentan mengalami ketidakpercayaan terhadap institusi pernikahan.⁹

Kedua, konstruksi sosial modern yang menekankan kebebasan individu dan kesetaraan gender turut memperkuat ketakutan terhadap pernikahan. Di masyarakat urban, pernikahan sering dianggap sebagai beban ekonomi atau penghalang aktualisasi

⁶ Jalal al-Din Al-Suyuthi, *Al-Asybah Wa Al-Nadzhair* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1983),

⁷ Dr. Ali Saleh Jarwan and Yasmeeen Khaled Abu- Al-Rub, “Gamophobia and Its Relationship with Family Communication Patterns among Unmarried Postgraduate Students at Yarmouk University,” *Evolutionary Studies in Imaginative Culture*, (2024), hal. 206–227, <https://doi.org/10.70082/esiculture.vi.682>

⁸ Mariam Ogbugwa Ossai and Chujor Jacob Chujor, “Some Social Predictors of Gamophobia Among Unmarried Postgraduate Students in Tertiary Institutions in Rivers State,” *British Journal of Education* 11, no. 1 (2023), hal. 13–24, <https://doi.org/10.37745/bje.2023/vol11n11324>

⁹ Alifa Izzatun Nisa and Mirna Nur Alia Abdullah, “Fenomena Gamophobia Pada Gen Z Dampak Dari Kasus Perceraian Orang Tua,” *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara* 3, no. 3 (2024), hal. 243–248, <https://doi.org/10.55123/sabana.v3i3.3361>

diri, sehingga menumbuhkan persepsi negatif terhadap komitmen jangka panjang.

Ketiga, dari sisi psikologis dan spiritual, gamophobia berkaitan dengan kecemasan, rendahnya kepercayaan diri, serta ketakutan kehilangan kontrol. Dalam Islam, nilai-nilai spiritual seperti tawakkal dan ridha dapat berfungsi sebagai faktor pelindung, membantu individu mengatasi kecemasan melalui pendekatan religius dan konseling spiritual.¹⁰

3. Gejala Gamophobia

Gejala gamophobia dapat diamati melalui dua aspek utama, yaitu fisiologis dan psikologis.

Secara fisiologis, penderita dapat mengalami gejala seperti jantung berdebar, berkeringat, gemetar, sesak napas, dan mual ketika membayangkan atau membicarakan pernikahan. Kondisi ini menunjukkan aktivasi sistem saraf simpatik yang khas pada gangguan kecemasan.¹¹

Secara perilaku dan psikologis, individu dengan gamophobia cenderung menghindari hubungan yang serius, menarik diri ketika mulai terikat secara emosional, dan merasa sulit membicarakan masa depan bersama pasangan. Menurut Psychology Today, mekanisme ini merupakan bentuk pertahanan diri ekstrem yang dapat mengganggu kualitas relasi interpersonal.¹²

4. Dampak Gamophobia

Gamophobia berdampak luas terhadap kesejahteraan individu dan masyarakat. Dari sisi psikologis, ia dapat menyebabkan gangguan kecemasan sosial, disfungsi emosional, dan rasa takut terhadap kedekatan. Dalam konteks hubungan interpersonal, penderita sering kali menjalin hubungan yang dangkal, tidak stabil, dan berulang kali mengakhiri relasi saat komitmen mulai muncul. Secara sosial, fenomena ini turut berkontribusi terhadap meningkatnya angka voluntary singlehood atau pilihan hidup melajang. Dalam jangka panjang, kecenderungan ini dapat memengaruhi struktur demografi, menunda usia pernikahan, serta menurunkan angka kelahiran.¹³

¹⁰ Nafilah Filah et al., "Systematic Literature Review: Pengaruh Spiritualitas Islam Dalam Mengatasi Gejala Gamophobia Pada Generasi Muda Muslim Indonesia," *Arus Jurnal Sosial Dan Humaniora* 5, no. 1 (2025): 428–435, <https://doi.org/10.57250/ajsh.v5i1.1052>

¹¹ A Kapoor, "What Is Gamophobia (Fear of Commitment)," 2022, <https://www.calmsage.com/gamophobia-symptoms-traits-causes-treatment>. Diakses, Senin, 14 Juli 2025. 23:44 WIB.

¹² Psychology Today Staff, "Gamophobia Basics," [psychologytoday.com](https://www.psychologytoday.com), 2024, <https://www.psychologytoday.com/us/basics/gamophobia>. Diakses, Senin, 14 Juli 2025. 00:49 WIB

¹³ Nafilah Filah et al., "Systematic Literature Review: Pengaruh Spiritualitas Islam Dalam Mengatasi Gejala

5. Pandangan Mazhab Syafi'i tentang Pernikahan

Dalam pandangan Mazhab Syafi'i, pernikahan merupakan amal yang secara hukum asal bersifat mubah (boleh). Artinya, Islam tidak mewajibkan maupun melarang seseorang untuk menikah tanpa mempertimbangkan kondisi pribadinya. Namun, status hukumnya bisa berubah menjadi wajib, sunnah, makruh, atau haram tergantung pada situasi dan kemampuan seseorang.¹⁴

Menikah menjadi wajib bagi individu yang memiliki dorongan syahwat kuat dan dikhawatirkan terjerumus pada perbuatan zina. Sebaliknya, hukum menikah bisa makruh bahkan haram bagi seseorang yang tidak memiliki kemampuan fisik, finansial, atau mental yang memadai untuk menjalankan tanggung jawab rumah tangga. Imam Syafi'i menekankan pentingnya kesiapan dan kemaslahatan sebagai dasar pertimbangan dalam menentukan hukum pernikahan.¹⁵

Prinsip ini sejalan dengan kaidah fikih al-darar yuzāl (kemudharatan harus dihilangkan), yang menegaskan bahwa segala bentuk bahaya harus dicegah, termasuk dalam urusan pernikahan. Oleh karena itu, dalam situasi tertentu seperti adanya gangguan psikologis berat—termasuk gamophobia—Islam memberikan ruang bagi seseorang untuk menunda atau bahkan tidak menikah, selama keputusan itu diambil untuk menghindari mudarat, bukan karena menolak sunnah Rasulullah SAW.

C. Hasil Penelitian

1. Penetapan Kasus Asal (*Al-Mulhaq Bih*)

Dalam mazhab Syafi'i, hukum asal pernikahan adalah *mubāḥ* (boleh), yang dapat berubah sesuai kondisi individu. Imam Syafi'i menegaskan bahwa menikah bukanlah kewajiban mutlak bagi setiap orang, melainkan perbuatan yang bisa bernilai sunnah, wajib, makruh, bahkan haram tergantung situasi dan kemampuan seseorang.¹⁶

Berdasarkan telaah terhadap kitab-kitab mu'tamad mazhab Syafi'i, seperti *Fath al-Qarīb*, *Fath al-Mu'īn*, *Kifāyah al-Akhyār*, *al-Iqnā'*, *Hāsyiah al-Bājūrī*, *Fath al-*

Gamophobia Pada Generasi Muda Muslim Indonesia, hal. 428–435.

¹⁴ Al-Khin, Musthafa., *Al-Fiqhul Manhaji 'Ala Madzhab Al-Imam Asy-Syafi'I*, (Damsyiq: Ar-Rabi'ah, 1992), hal. 17.

¹⁵ Asy'ari, Muhammad Hasyim, *Dhou' Al-Mubah Fi Bayani Ahkam Al-Nikah*, (t.t., Maktabah al-Turats al-Islamy, t.t.), hal. 4.

¹⁶ Al-Khin, Musthafa., *Al-Fiqhul Manhaji 'Ala Madzhab Al-Imam Asy-Syafi'I*, (Damsyiq: Ar-Rabi'ah, 1992), hal. 17.

Wahhāb, dan *Raudlah al-Ṭālibīn*, dan lain-lain, para ulama sepakat bahwa pernikahan menjadi makruh bagi seseorang yang tidak memiliki kebutuhan biologis atau mengalami hambatan fisik atau psikis yang menghalangi kemampuan menjalankan kewajiban pernikahan.

Kasus asal (*mulhaq bih*) yang relevan untuk dianalogikan dengan fenomena gamophobia adalah kondisi seseorang yang secara syar‘i diperbolehkan tidak menikah karena adanya ‘*udzur syar‘i*’ (baik fisik, mental, atau sosial) yang dapat menimbulkan *madharat* bila pernikahan dipaksakan.

2. Penentuan Titik Persamaan (*Wajh al-Ilhāq*)

Gamophobia, sebagai ketakutan ekstrem terhadap pernikahan, menunjukkan gejala psikologis seperti kecemasan berlebih, tekanan emosional berat, dan ketidakmampuan beradaptasi dalam relasi pernikahan. Dalam konteks fikih, hal ini memiliki ‘*illah musytarakah*’ dengan konsep *madharat* yang dibahas para ulama Syafi‘iyyah.

Keduanya sama-sama menunjukkan adanya potensi kerusakan (*mafsadah*) terhadap diri dan orang lain. Seorang penderita gamophobia berisiko mengalami gangguan kejiwaan yang lebih berat jika dipaksa menikah, dan bahkan dapat menimbulkan ketidakadilan bagi pasangan. Berdasarkan kaidah *dar’ al-mafsadah muqaddam ‘alā jalb al-maṣlaḥah*, mencegah bahaya harus diutamakan daripada mencari kemaslahatan.¹⁷

Titik persamaan (*wajh al-ilhāq*) antara gamophobia dan kasus klasik dalam literatur fikih adalah adanya unsur bahaya (*madharat*) yang nyata dan berpotensi menimbulkan kezaliman bila pernikahan dilaksanakan.

3. Penerapan Kaidah Fikih

Analisis ilhaq memperkuat landasan hukum melalui tiga kaidah pokok:

- 1) *الضَّرَرُ يُزَالُ* (*Al-dharar yuzāl* – Segala bentuk madharat harus dihilangkan).

Prinsip ini menjelaskan bahwa tindakan yang dapat menimbulkan bahaya bagi diri sendiri atau orang lain harus dihindari, termasuk dalam konteks pernikahan.¹⁸

- 2) *مَا أَدَّى إِلَى الْحَرَامِ فَهُوَ حَرَامٌ* (*Mā addā ilā al-ḥarām fahuwa ḥarām* – Segala yang mengantarkan pada haram, maka hukumnya haram).

¹⁷ Al-Ghazi, Muhammad Shadiqi., *Mausu‘at al-Qawaid al-Fiqhiyyah*, (Beirut, Muassasah al-Risalah, 2003.), Juz XII, hal. 320.

¹⁸ Jalal al-Din Al-Suyuthi, *Al-Asybah Wa Al-Nadzhair* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1983), hal. 83.

Bila seseorang mengetahui bahwa menikah akan membawa pada kezaliman atau penderitaan, maka pernikahan tersebut menjadi terlarang.¹⁹

- 3) إِذَا اجْتَمَعَ الْحَلَالُ وَالْحَرَامُ، غُلبَ الْحَرَامُ (Idzā ijtama'a al-ḥalāl wa al-ḥarām ghuliba al-ḥarām – Jika halal dan haram berkumpul, maka haram didahulukan).

Ketika menikah dianggap membawa masalah sekaligus madharat, maka syariat mendahulukan pencegahan terhadap madharat.²⁰

Kaidah-kaidah ini menegaskan bahwa keputusan untuk tidak menikah karena alasan gamophobia bukan bentuk penyimpangan, melainkan penerapan prinsip perlindungan terhadap jiwa dan akal manusia sesuai dengan *maqāṣid al-syarī'ah*.

4. Penetapan Hukum (*Taṭbīq al-Ḥukm*)

Berdasarkan hasil *ilhāq*, gamophobia dapat dipersamakan dengan berbagai bentuk '*udzur syar'i*' yang diakui dalam mazhab Syafi'i. Seseorang dibolehkan untuk tidak menikah apabila pernikahan tersebut berpotensi menimbulkan *madharat* yang nyata, baik berupa penderitaan psikis, ketidakmampuan menunaikan kewajiban, maupun risiko kezaliman terhadap pasangan.

Dengan demikian, membujang atau menunda pernikahan akibat gamophobia termasuk dalam kategori *tark al-nikāḥ al-mubāḥ*, yaitu pilihan untuk tidak menikah yang dibolehkan secara syar'i. Keputusan ini selaras dengan prinsip *al-dharar yuzāl* dan tujuan syariat dalam menjaga keselamatan jiwa (*ḥifz al-naḥs*) dan akal (*ḥifz al-'aql*).

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan metode *Ilhāq al-Masā'il bi Naẓāirihā*, dapat disimpulkan bahwa fenomena **gamophobia** — ketakutan ekstrem terhadap pernikahan — memiliki kesetaraan hukum (*wajh al-ilhāq*) dengan berbagai bentuk '*udzur syar'i*' yang diakui dalam mazhab Syafi'i.

Pertama, hasil *ilhāq* menunjukkan bahwa *gamophobia* secara esensial dapat disamakan dengan kondisi yang menyebabkan *madharat* (bahaya) terhadap diri dan orang lain apabila seseorang tetap dipaksakan untuk menikah. Dalam perspektif fikih Syafi'i, setiap bentuk bahaya yang nyata, baik fisik maupun psikis, menjadi dasar kebolehan untuk tidak melaksanakan suatu perbuatan yang pada asalnya dianjurkan.

Kedua, berdasarkan telaah terhadap literatur klasik seperti *Fath al-Qarīb*, *Kifāyah*

¹⁹ Abdullah Al-Tuwaijiri, *Mausu'at Al-Fiqh Al-Islamy* (t.t., Bait al-Afkar al-Dauliyah, 2009), Juz IV, hal. 13.

²⁰ Jalal al-Din Al-Suyuthi, *Al-Asybah Wa Al-Nadzhair* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1983), hal. 116.

al-Akhyār, al-Iqnā‘, dan *Raudlah al-Ṭālibīn*, pernikahan dapat berubah hukumnya menjadi *makruh* atau bahkan *haram* apabila dikhawatirkan menimbulkan madharat. Prinsip ini diperkuat oleh kaidah-kaidah fikih, antara lain *al-darar yuzāl* (kemudaratn harus dihilangkan) dan *dar’ al-maṣṣadah muqaddam ‘alā jalb al-maṣṣalah* (menolak kerusakan lebih utama daripada mencari kemaslahatan).

Ketiga, dengan dasar analisis tersebut, membujang atau menunda pernikahan karena gamophobia termasuk dalam kategori *tark al-nikāḥ al-mubāḥ*, yaitu tindakan yang dibolehkan secara syar‘i. Keputusan ini bukan bentuk penyimpangan terhadap sunnah, melainkan refleksi atas penerapan prinsip perlindungan terhadap jiwa (*ḥifẓ al-naḥs*) dan akal (*ḥifẓ al-‘aql*) sebagaimana yang menjadi tujuan utama *maqāṣid al-syarī‘ah*.

Kesimpulannya, penelitian ini menegaskan bahwa dalam kerangka mazhab Syafi‘i, syariat Islam tidak bersifat kaku dalam memandang kewajiban menikah. Selama terdapat potensi *madharat* yang nyata seperti gangguan psikologis berat akibat gamophobia, keputusan untuk tidak menikah justru menjadi pilihan yang lebih sesuai dengan prinsip keadilan dan kemaslahatan syariah.

DAFTAR PUSTAKA

- A Kapoor, “What Is Gamophobia (Fear of Commitment),” 2022, <https://www.calmsage.com/gamophobia-symptoms-traits-causes-treatment>. Diakses, Senin, 14 Juli 2025. 23:44 WIB.
- Abdullah Al-Tuwaijiri, *Mausu’at Al-Fiqh Al-Islamy* (t.t., Bait al-Afkar al-Dauliyah, 2009), Juz IV, hal. 13.
- Al-Ghazi, Muhammad Shadiqi., *Mausu’at al-Qawaid al-Fiqhiyyah*, (Beirut, Muassasah al-Risalah, 2003.), Juz XII.
- Alifa Izzatun NIsa and Mirna Nur Alia Abdullah, “Fenomena Gamophobia Pada Gen Z Dampak Dari Kasus Perceraian Orang Tua,” *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara* 3, no. 3 (2024), hal. 243–248, <https://doi.org/10.55123/sabana.v3i3.3361>.
- Al-Khin, Musthafa., *Al-Fiqhul Manhaji ‘Ala Madzhab Al-Imam Asy-Syafi’I*, (Damsyiq: Ar-Rabi’ah, 1992).
- Asy’ari, Muhammad Hasyim, *Dhou’ Al-Mubah Fi Bayani Ahkam Al-Nikah*, (t.t., Maktabah al-Turats al-Islamy, t.t.).
- Dr. Ali Saleh Jarwan and Yasmeen Khaled Abu- Al-Rub, “Gamophobia and Its Relationship with Family Communication Patterns among Unmarried Postgraduate Students at Yarmouk University,” *Evolutionary Studies in Imaginative Culture*, (2024), hal. 206–227, <https://doi.org/10.70082/esiculture.vi.682>.

- Fadhila Fajar, “*Angka Pernikahan Di Indonesia Turun,*” (2025), <https://rri.co.id/index.php/lain-lain/1219624/angka-pernikahan-di-indonesia-turun#:~:text=Data BPS 2024 menunjukkan angka,63%25 dalam 10 tahun terakhir. Diakses pada Minggu 16 Maret 2025 pukul 20:20 WIB.>
- Jalal al-Din Al-Suyuthi, Al-Asybah Wa Al-Nadzhair (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1983).
- Khoirul Asfiyak, “Studi Netnografi Tentang Gangguan Gamophobia Pada Diabetisi Tipe-2 Dalam Perspektif Hukum Islam,” *Jurnal Ilmiah Ahwal Syakhshiyah (JAS)* 4, no. 1 (2022).
- Mariam Ogbugwa Ossai and Chujor Jacob Chujor, “Some Social Predictors of Gamophobia Among Unmarried Postgraduate Students in Tertiary Institutions in Rivers State,” *British Journal of Education* 11, no. 1 (2023).
- Muhammad bin Isma‘il Al-Bukhari, *Shahih Al-Bukhari* (Beirut: Dar Ibn Katsir, 1987), Juz VII.
- Nafilah Filah et al., “Systematic Literature Review: Pengaruh Spiritualitas Islam Dalam Mengatasi Gejala Gamophobia Pada Generasi Muda Muslim Indonesia,” *Arus Jurnal Sosial Dan Humaniora* 5, no. 1 (2025).

Psychology Today Staff, “Gamophobia Basics,” psychologytoday.com, 2024, <https://www.psychologytoday.com/us/basics/gamophobia>. .Diakses, Senin, 14 Juli 2025. 00:49 WIB

Riza Rifani, “Konsep Ilhaq Al-Masail Bi Nazhairiha Dan Metode Penerapannya Pada Kasus Kontemporer,” Jurnal Al-Nadhair 2, no. 1 (2023).

Wida Widiyani Putri, “Dampak Media Sosial Terhadap Pandangan Generasi Z Terhadap Pernikahan: Fenomena ‘Marriage Is Scary’ Dan Ketakutan Akan Komitmen,” January 1, 2025, <https://www.buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1698-dampak-media-sosial-terhadap-pandangan-generasi-z-terhadap-pernikahan-fenomena-marriage-is-scary-dan-ketakutan-akan-komitmen>.