



## Perspektif Wanita Generasi Z Tentang Kriteria Pasangan Hidup Ideal: Studi Fenomenologi

**Dafiq Nur Hidayat**

Program Studi Psikologi, Universitas Indonesia Membangun, Kota Bandung, Indonesia  
Email: dafiq@student.inaba.ac.id

### Informasi Artikel

#### Lini masa Penerbitan Artikel:

Diterima: 11-03-2026  
Direvisi: 19-03-2026  
Disetujui: 24-03-2026  
Tersedia secara online:  
31-03-2026

#### Kata Kunci:

Generasi Z, hubungan romantis, pasangan hidup ideal, fenomenologi, pengalaman hidup

#### Keyword:

Generation Z, romantic relationships, ideal life partner, phenomenology, life experiences



This is an open access article under the CC BY-SA license.

Copyright ©2026 by Author. Published by Universitas Indonesia Membangun

### Abstrak

Perubahan cara pandang Generasi Z terhadap hubungan romantis menunjukkan kecenderungan untuk lebih selektif dalam memilih pasangan hidup dan menunda komitmen jangka panjang. Fenomena tersebut mengindikasikan bahwa pengalaman hidup berperan penting dalam membentuk perspektif mengenai kriteria pasangan hidup ideal. Penelitian ini bertujuan untuk memahami perspektif perempuan Generasi Z tentang kriteria pasangan hidup ideal berdasarkan pengalaman hidup yang mereka miliki. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Partisipan penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan melibatkan satu perempuan Generasi Z yang belum menikah dan memiliki pengalaman dalam hubungan romantis. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur, kemudian dianalisis dengan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan tiga tema utama, yaitu kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi sebagai fondasi pasangan hidup ideal, pengalaman hidup yang membentuk standar dalam memilih pasangan, serta selektivitas terhadap pasangan sebagai upaya membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan. Pengalaman dalam hubungan romantis, keluarga, dan lingkungan sosial menjadi dasar terbentuknya perspektif partisipan terhadap pasangan hidup ideal. Penelitian ini menyimpulkan bahwa perspektif perempuan Generasi Z mengenai pasangan hidup ideal merupakan hasil proses pemaknaan pengalaman hidup yang membentuk preferensi dan pertimbangan dalam memilih pasangan.

### Abstract

*The changing perspectives of Generation Z toward romantic relationships indicate a tendency to be more selective in choosing life partners and to delay long-term commitment. This phenomenon suggests that life experiences play an important role in shaping perspectives on the criteria of an ideal life partner. This study aimed to understand the perspectives of Generation Z women regarding the criteria of an ideal life partner based on their life experiences. The study*

*employed a qualitative approach with a phenomenological design. Participants were selected using purposive sampling and involved one unmarried Generation Z woman with experience in romantic relationships. Data were collected through in-depth interviews using a semi-structured interview guide and analyzed using thematic analysis. The findings revealed three main themes: emotional maturity and communication as the foundation of an ideal life partner, life experiences shaping partner selection standards, and selectiveness in choosing a partner as an effort to build a healthy and sustainable relationship. Experiences in romantic relationships, family, and the social environment contributed to the participant's perspective on an ideal life partner. The study concludes that Generation Z women's perspectives on an ideal life partner are constructed through the meaning-making process of life experiences that shape their preferences and considerations in choosing a partner.*

---

## 1. Pendahuluan

Hubungan romantis merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan individu, khususnya pada masa remaja akhir hingga dewasa awal. Pada periode ini, individu mulai mengembangkan kemampuan untuk membangun kedekatan emosional, memahami kebutuhan dalam relasi, serta menentukan arah hubungan yang sesuai dengan nilai dan tujuan hidupnya. Seiring bertambahnya usia dan kematangan psikologis, hubungan romantis cenderung berkembang menjadi lebih stabil dan ditandai dengan meningkatnya keintiman, komitmen, serta orientasi terhadap hubungan jangka panjang (Boisvert et al., 2023). Dalam proses tersebut, individu mulai membentuk gambaran mengenai karakteristik pasangan yang dianggap sesuai atau ideal. Preferensi terhadap pasangan tersebut kemudian dapat menjadi salah satu pertimbangan ketika individu mengevaluasi hubungan dan menentukan pasangan yang dipandang memiliki kesesuaian untuk kehidupan jangka panjang. Meskipun demikian, hubungan antara preferensi pasangan ideal dengan kualitas hubungan aktual merupakan proses yang kompleks dan masih menjadi perhatian dalam penelitian mengenai hubungan romantis (Eastwick et al., 2024).

Pemaknaan terhadap hubungan romantis tidak terlepas dari konteks perkembangan sosial dan budaya tempat individu tumbuh. Perubahan nilai sosial, meningkatnya kesempatan pendidikan, perkembangan karier, kemandirian ekonomi, serta kemajuan teknologi digital turut memengaruhi cara generasi muda memandang hubungan romantis dan pernikahan. Dalam konteks Generasi Z, berbagai penelitian menunjukkan adanya kecenderungan untuk mempertimbangkan kesiapan diri sebelum mengambil keputusan mengenai komitmen jangka panjang. Aspek seperti kesiapan emosional, pendidikan, karier, pengembangan diri, dan stabilitas kehidupan dapat menjadi pertimbangan sebelum individu memasuki hubungan yang lebih serius (Mag-atas, 2025). Perkembangan teknologi digital juga memberikan ruang yang semakin luas bagi individu untuk membangun relasi, memperoleh informasi mengenai hubungan, mengamati pengalaman orang lain, serta membentuk dan mengevaluasi kembali pandangan mengenai pasangan dan kehidupan romantis (Abdullah et al., 2021; Mag-atas, 2025). Generasi Z tumbuh sebagai generasi yang sangat akrab dengan teknologi digital, di mana akses terhadap informasi dan interaksi sosial melalui platform digital telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari mereka (Putri & Dharma, 2025; Rossanti et al., 2024).

Perubahan tersebut menjadi semakin menarik ketika dilihat dari perspektif

perempuan Generasi Z. Dalam menentukan pasangan hidup, perempuan tidak hanya mempertimbangkan karakteristik yang tampak secara eksternal, tetapi juga dapat mempertimbangkan kualitas psikologis dan relasional yang dianggap penting untuk keberlangsungan hubungan. Kemampuan berkomunikasi, kedewasaan emosional, tanggung jawab, kesetiaan, stabilitas ekonomi, serta kesamaan nilai dan tujuan hidup dapat menjadi bagian dari pertimbangan dalam membentuk gambaran mengenai pasangan yang ideal (Eastwick et al., 2024). Temuan ini memperkuat hasil penelitian yang menunjukkan bahwa preferensi pemilihan pasangan tidak hanya dipengaruhi oleh daya tarik fisik, tetapi juga oleh nilai-nilai keluarga, kesamaan latar belakang, serta kualitas kepribadian yang dianggap penting untuk stabilitas hubungan jangka panjang (Rangkuti & Fajrin, 2015). Namun, setiap individu dapat memberikan makna yang berbeda terhadap karakteristik tersebut. Misalnya, stabilitas ekonomi dapat dimaknai sebagai bentuk tanggung jawab dan rasa aman dalam kehidupan bersama, sedangkan kemampuan berkomunikasi dapat dipandang sebagai dasar untuk membangun keterbukaan dan menyelesaikan konflik dalam hubungan. Dengan demikian, kriteria pasangan hidup ideal tidak hanya berkaitan dengan atribut pasangan, tetapi juga dengan makna psikologis yang diberikan individu terhadap atribut tersebut.

Perspektif mengenai pasangan hidup ideal juga dapat terbentuk melalui pengalaman hidup yang dimiliki individu. Pengalaman dalam keluarga dapat memberikan gambaran awal mengenai bagaimana suatu hubungan dipersepsikan, termasuk bagaimana individu memahami peran pasangan, komunikasi, tanggung jawab, konflik, dan komitmen. Penelitian menunjukkan bahwa kehadiran dan keterlibatan figur ayah memiliki pengaruh signifikan terhadap preferensi pemilihan pasangan pada perempuan, baik melalui pembentukan standar ideal maupun keamanan psikologis dalam relasi (Rangkuti & Fajrin, 2015). Di sisi lain, pengalaman dalam hubungan romantis sebelumnya dapat menjadi sumber pembelajaran yang memengaruhi standar dan harapan individu terhadap hubungan berikutnya. Pengalaman positif dapat memperkuat karakteristik tertentu yang dianggap penting untuk dipertahankan, sedangkan pengalaman negatif dapat mendorong individu untuk menetapkan batasan dan standar yang lebih jelas dalam memilih pasangan (Talley, 2025). Lingkungan sosial juga dapat berkontribusi melalui nilai, norma, pengalaman teman sebaya, serta berbagai informasi mengenai hubungan yang diperoleh melalui media sosial. Oleh karena itu, kriteria pasangan hidup ideal dapat dipahami sebagai hasil dari proses refleksi dan pemaknaan terhadap berbagai pengalaman yang dialami individu. Pendekatan fenomenologi sangat relevan untuk mengeksplorasi proses pemaknaan subjektif ini, karena memungkinkan peneliti menggali esensi pengalaman hidup individu secara mendalam dan autentik (Elviana & Erianjoni, 2024).

Fenomena perubahan pandangan terhadap pernikahan di kalangan Generasi Z juga tercermin dalam berbagai tren sosial yang muncul, seperti fenomena "Marriage is Scary" yang semakin marak diperbincangkan di media sosial. Fenomena ini mencerminkan ketakutan, kecemasan, dan keraguan generasi muda terhadap institusi pernikahan yang dipicu oleh berbagai faktor, termasuk tingginya angka perceraian, ketidakstabilan ekonomi, trauma hubungan, serta paparan narasi negatif tentang pernikahan di media digital (Oktaviani & Krismono, 2025; Tirta & Arifin, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa Generasi Z cenderung lebih selektif dan berhati-hati dalam memilih pasangan karena meningkatnya kesadaran akan pentingnya keseimbangan emosional dan psikologis dalam pernikahan (Riswandi et al., 2025). Fenomena ini juga tercermin dalam penurunan angka pernikahan di Indonesia selama satu dekade terakhir, di mana generasi muda cenderung menunda pernikahan hingga mencapai kestabilan finansial dan kematangan emosional (Mahfudz, 2025; Muafidah, 2025).

Fenomena tersebut juga terlihat dalam pengamatan awal dan percakapan informal dengan beberapa perempuan Generasi Z. Diperoleh gambaran bahwa sebagian dari mereka

tidak terburu-buru untuk melanjutkan hubungan ke arah yang lebih serius ketika calon pasangan belum memenuhi karakteristik yang dianggap penting. Pertimbangan tersebut tidak hanya berkaitan dengan ketertarikan atau kecocokan secara interpersonal, tetapi juga mencakup kemampuan pasangan dalam berkomunikasi, kedewasaan dalam mengelola emosi, tanggung jawab, kesetiaan, kondisi ekonomi, serta kesamaan nilai dan tujuan hidup. Sebagian individu juga menunjukkan kecenderungan untuk melakukan evaluasi yang lebih mendalam terhadap calon pasangan sebelum mengambil keputusan mengenai keberlanjutan hubungan. Hal ini menunjukkan bahwa selektivitas dalam memilih pasangan dapat menjadi bagian dari upaya individu untuk memperoleh hubungan yang dipandang aman, sehat, dan berkelanjutan. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa Generasi Z cenderung memandang pernikahan sebagai pilihan hidup yang memerlukan pertimbangan matang, bukan sebagai kewajiban sosial yang harus segera dipenuhi (Zainuddin, 2026; Elviana & Erianjoni, 2024).

Selektivitas tersebut tidak selalu menunjukkan bahwa individu memiliki tuntutan yang semakin tinggi terhadap pasangan. Sebaliknya, selektivitas dapat mencerminkan adanya proses belajar dan refleksi dari pengalaman sebelumnya. Individu dapat menggunakan pengalaman tersebut untuk mengidentifikasi karakteristik hubungan yang dianggap sesuai maupun tidak sesuai dengan kebutuhan dirinya. Dengan demikian, ketika seorang perempuan Generasi Z menyatakan bahwa pasangan ideal harus memiliki kedewasaan emosional atau kemampuan komunikasi yang baik, penting untuk memahami pengalaman apa yang membuat karakteristik tersebut menjadi bermakna baginya. Pertanyaan mengenai alasan di balik suatu kriteria menjadi penting karena kriteria yang sama dapat memiliki makna yang berbeda bagi setiap individu. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa pemilihan pasangan merupakan proses yang bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh sejarah pengalaman serta konteks kehidupan individu. Penelitian tentang makna pernikahan pada perempuan Generasi Z menunjukkan bahwa pemaknaan tersebut sangat dipengaruhi oleh pengalaman hidup sehari-hari dalam pernikahan, termasuk pengalaman dalam keluarga dan lingkungan sosial (Elviana & Erianjoni, 2024).

Kajian mengenai preferensi pasangan ideal telah banyak dilakukan dalam penelitian psikologi hubungan romantis. Sebagian penelitian berfokus pada identifikasi atribut pasangan yang dianggap penting, seperti daya tarik fisik, kepribadian, status sosial ekonomi, maupun karakteristik inter-personal (Eastwick et al., 2024). Pendekatan tersebut memberikan kontribusi dalam menggambarkan karakteristik yang secara umum diharapkan individu dari pasangan romantis. Namun, pendekatan yang berfokus pada pengukuran atribut belum sepenuhnya menjelaskan bagaimana individu memberikan makna terhadap karakteristik tersebut dan bagaimana pengalaman hidup berperan dalam membentuknya. Talley (2025) menunjukkan pentingnya memahami pengalaman dan proses yang melatarbelakangi terbentuknya standar dalam memilih pasangan. Penelitian tentang fenomena penundaan pernikahan pada Generasi Z juga menunjukkan bahwa faktor ekonomi, kesiapan mental, dan pengalaman keluarga menjadi pertimbangan utama dalam keputusan menikah (Muafidah, 2025; Mahfudz, 2025). Dengan demikian, masih terdapat ruang untuk mengeksplorasi proses subjektif yang mendasari pembentukan perspektif mengenai pasangan hidup ideal, khususnya pada perempuan Generasi Z.

Kesenjangan tersebut menjadi semakin penting karena Generasi Z tumbuh dalam konteks sosial yang berbeda dari generasi sebelumnya. Mereka memiliki akses yang lebih luas terhadap informasi mengenai hubungan romantis, pengalaman orang lain, serta berbagai representasi mengenai kehidupan pasangan melalui media digital. Pada saat yang sama, mereka juga menghadapi perubahan dalam pendidikan, karier, kemandirian ekonomi, dan nilai mengenai pernikahan. Kondisi tersebut memungkinkan terbentuknya perspektif yang lebih beragam mengenai kapan seseorang dianggap siap untuk menjalin hubungan serius dan karakteristik apa yang dipandang penting dalam memilih pasangan

hidup. Penelitian tentang pandangan Generasi Z terhadap pernikahan menunjukkan bahwa mereka cenderung memandang pernikahan secara fleksibel dan selektif, mengombinasikan nilai tradisional dan progresif dengan orientasi pada keseimbangan relasional serta kualitas hidup (Putri & Dharma, 2025). Oleh karena itu, memahami perspektif perempuan Generasi Z tidak cukup dilakukan hanya dengan mengidentifikasi daftar kriteria pasangan ideal, tetapi perlu melihat pengalaman dan proses pemaknaan yang berada di balik kriteria tersebut.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Pendekatan fenomenologi dipilih karena penelitian berfokus pada pengalaman subjektif dan pemaknaan individu terhadap fenomena hubungan romantis. Melalui wawancara mendalam, penelitian ini tidak hanya berupaya mengetahui karakteristik pasangan yang dianggap ideal, tetapi juga mengeksplorasi pengalaman yang melatarbelakangi terbentuknya kriteria tersebut, proses refleksi yang dilakukan individu, serta makna yang diberikan terhadap karakteristik pasangan yang dianggap penting. Analisis tematik digunakan untuk mengidentifikasi pola makna yang muncul dari pengalaman partisipan sehingga dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana perspektif mengenai pasangan hidup ideal terbentuk. Pendekatan ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menggunakan fenomenologi untuk memahami makna pernikahan dan fenomena "*Marriage is Scary*" pada Generasi Z (Elviana & Erianjoni, 2024; Tirta & Arifin, 2025).

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus terhadap proses pemaknaan pengalaman hidup dalam pembentukan kriteria pasangan hidup ideal pada perempuan Generasi Z. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang lebih banyak menekankan identifikasi dan pengukuran atribut pasangan ideal, penelitian ini berupaya memahami pengalaman subjektif yang mendasari munculnya kriteria tersebut. Secara khusus, penelitian mengeksplorasi bagaimana pengalaman dalam hubungan romantis, keluarga, dan lingkungan sosial berkontribusi terhadap pembentukan standar pasangan, serta bagaimana selektivitas dalam memilih pasangan dipahami sebagai bagian dari upaya membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan. Penelitian ini juga melengkapi studi-studi sebelumnya tentang fenomena "*Marriage is Scary*" dan penundaan pernikahan pada Generasi Z dengan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang proses pembentukan preferensi pasangan dari perspektif fenomenologi (Oktaviani & Krismono, 2025; Nafi'atin & Ngazizah, 2025; Muafidah, 2025). Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif yang lebih kontekstual mengenai pembentukan preferensi pasangan pada perempuan Generasi Z.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perspektif partisipan mengenai pasangan hidup ideal terbentuk melalui proses pemaknaan terhadap pengalaman hidup yang dimilikinya. Tiga tema utama yang ditemukan meliputi kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi sebagai fondasi pasangan hidup ideal, pengalaman hidup yang membentuk standar dalam memilih pasangan, serta selektivitas terhadap pasangan sebagai upaya membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kriteria pasangan hidup ideal tidak semata-mata merupakan daftar karakteristik yang diharapkan dari calon pasangan, tetapi merupakan hasil dari proses refleksi terhadap pengalaman dalam hubungan romantis, keluarga, dan lingkungan sosial. Temuan ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pemaknaan pernikahan pada Generasi Z sangat dipengaruhi oleh pengalaman sehari-hari dan lingkungan sosial tempat mereka tumbuh (Elviana & Erianjoni, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memahami perspektif perempuan Generasi Z mengenai kriteria pasangan hidup ideal berdasarkan pengalaman hidup yang mereka miliki. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian psikologi hubungan romantis, khususnya dalam memahami

proses pembentukan preferensi dan pemaknaan pasangan hidup pada Generasi Z. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memahami bagaimana individu membentuk standar, melakukan evaluasi, dan mengambil keputusan dalam hubungan romantis serta memberikan wawasan mengenai pentingnya pengalaman dan refleksi diri dalam membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan.

## 2. Metode

Partisipan Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi untuk memahami perspektif perempuan Generasi Z mengenai kriteria pasangan hidup ideal berdasarkan pengalaman hidup yang mereka miliki. Pendekatan fenomenologi dipilih karena penelitian ini tidak hanya berfokus pada identifikasi karakteristik pasangan yang dianggap ideal, tetapi juga berupaya memahami pengalaman subjektif, proses refleksi, serta makna yang diberikan partisipan terhadap pengalaman tersebut dalam membentuk pandangannya mengenai pasangan hidup. Dengan pendekatan ini, peneliti berupaya memahami fenomena dari sudut pandang partisipan sehingga pengalaman yang diceritakan dapat dipahami secara kontekstual dan mendalam (Creswell & Poth, 2018).

Fenomenologi sebagai pendekatan penelitian berakar pada filsafat Edmund Husserl yang menekankan pentingnya kembali kepada pengalaman yang dialami secara langsung (*return to the things themselves*). Dalam konteks penelitian ini, fenomenologi memungkinkan peneliti untuk menggali esensi pengalaman partisipan dalam membentuk kriteria pasangan hidup ideal tanpa terpengaruh oleh asumsi atau teori yang sudah ada sebelumnya (Moustakas, 1994). Pendekatan ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menggunakan fenomenologi untuk memahami makna pernikahan dan fenomena "*Marriage is Scary*" pada Generasi Z (Elviana & Erianjoni, 2024; Tirta & Arifin, 2025; Hidayat et al., 2026).

### Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan dan fokus penelitian. Kriteria partisipan meliputi perempuan yang termasuk dalam kelompok Generasi Z dengan rentang usia 18–27 tahun (Putri & Dharma, 2025; Rossanti et al., 2024), belum menikah, memiliki pengalaman dalam hubungan romantis, bersedia mengikuti seluruh proses penelitian, serta mampu mengungkapkan pengalaman, pemikiran, dan pandangannya secara terbuka. Kriteria tersebut ditetapkan agar partisipan memiliki pengalaman dan konteks yang relevan dengan fenomena yang dikaji.

Penelitian ini melibatkan satu orang partisipan. Jumlah partisipan tersebut disesuaikan dengan karakter penelitian sebagai mini riset dalam lingkup akademik serta mempertimbangkan keterbatasan waktu dan ruang lingkup penelitian. Dalam penelitian fenomenologi, jumlah partisipan tidak menjadi ukuran utama, melainkan kedalaman data yang diperoleh. Sebagaimana dikemukakan oleh Moustakas (1994), penelitian fenomenologi dapat dilakukan dengan melibatkan beberapa partisipan saja selama data yang diperoleh mampu memberikan pemahaman yang mendalam tentang esensi pengalaman yang diteliti. Hal ini juga sejalan dengan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) yang merekomendasikan jumlah partisipan antara 3–6 orang untuk mendalami makna pengalaman individu secara mendalam (Smith et al., 2009; Hidayat et al., 2026). Meskipun hanya melibatkan satu partisipan, penelitian tetap diarahkan untuk memperoleh data yang mendalam melalui wawancara yang eksploratif. Partisipan dipilih berdasarkan kesesuaian pengalaman dengan fokus penelitian sehingga diharapkan mampu memberikan informasi yang kaya mengenai pengalaman dan proses pemaknaan terhadap pasangan hidup ideal.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (in-depth interview) dengan menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur. Teknik wawancara ini dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh informasi secara terarah sekaligus memberikan fleksibilitas kepada partisipan untuk mengembangkan jawaban berdasarkan pengalaman dan perspektif pribadinya. Pertanyaan wawancara bersifat terbuka sehingga partisipan memiliki kesempatan untuk menjelaskan pengalaman, perasaan, pemikiran, serta pertimbangan yang berkaitan dengan pasangan hidup ideal secara lebih bebas (Smith et al., 2009). Pendekatan ini juga digunakan dalam penelitian serupa tentang persepsi pernikahan pada Generasi Z (Hidaya et al., 2026; Tirta & Arifin, 2025).

Pedoman wawancara disusun berdasarkan fokus penelitian dan kajian pustaka yang relevan. Pertanyaan wawancara mencakup beberapa area eksplorasi, yaitu pemahaman partisipan mengenai hubungan romantis, pengalaman dalam hubungan romantis, pengalaman keluarga yang berkaitan dengan pemahaman mengenai hubungan dan pasangan, pengaruh lingkungan sosial terhadap pandangan mengenai pasangan, kriteria pasangan hidup yang dianggap ideal, alasan di balik setiap kriteria, serta proses perubahan atau pembentukan standar dalam memilih pasangan. Peneliti juga menggunakan pertanyaan pendalaman (probing) untuk memperoleh informasi yang lebih spesifik ketika partisipan menyampaikan pengalaman yang relevan dengan fokus penelitian. Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi Smith et al. (2009) dalam penelitian fenomenologi interpretatif yang menekankan pentingnya eksplorasi mendalam terhadap pengalaman partisipan.

Sebelum wawancara dilakukan, peneliti menjelaskan tujuan, prosedur, serta penggunaan data penelitian kepada partisipan. Wawancara dilaksanakan setelah partisipan memberikan persetujuan untuk berpartisipasi. Dengan persetujuan partisipan, proses wawancara direkam menggunakan alat perekam suara untuk memastikan seluruh informasi yang disampaikan dapat terdokumentasi secara akurat. Peneliti juga membuat catatan selama dan setelah wawancara untuk mencatat informasi kontekstual, respons nonverbal yang relevan, serta refleksi awal peneliti terhadap proses wawancara. Dokumentasi berupa foto dan catatan lapangan juga dikumpulkan untuk memperkuat data penelitian (Elviana & Erianjoni, 2024).

Selain wawancara, observasi juga dilakukan untuk mengamati secara langsung konteks sosial partisipan dan fenomena yang berkaitan dengan persepsi pernikahan (Hidaya et al., 2026). Observasi partisipatif memungkinkan peneliti untuk memahami dinamika lingkungan sosial partisipan yang turut membentuk perspektifnya mengenai pasangan hidup ideal.

### **Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian diawali dengan identifikasi fenomena dan penyusunan fokus penelitian berdasarkan kajian mengenai hubungan romantis, preferensi pasangan, serta karakteristik Generasi Z. Selanjutnya, peneliti melakukan kajian pustaka untuk memperoleh landasan konseptual dalam menyusun pedoman wawancara. Pedoman tersebut kemudian disusun berdasarkan beberapa aspek yang dianggap relevan dengan tujuan penelitian, tanpa membatasi kemungkinan munculnya tema baru dari pengalaman partisipan. Prosedur ini mengikuti langkah-langkah penelitian fenomenologi yang dikemukakan oleh Creswell & Poth (2018), yang mencakup identifikasi fenomena, pengumpulan data melalui wawancara mendalam, analisis data untuk menemukan tema-tema esensial, serta penyusunan deskripsi pengalaman partisipan.

Tahap berikutnya adalah menentukan partisipan berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Peneliti kemudian menghubungi calon partisipan dan menjelaskan tujuan serta prosedur penelitian. Partisipan diberikan informasi mengenai haknya selama proses penelitian, termasuk hak untuk tidak menjawab pertanyaan tertentu atau menghentikan

wawancara apabila merasa tidak nyaman. Setelah partisipan memberikan persetujuan, wawancara mendalam dilaksanakan sesuai dengan pedoman yang telah disiapkan. Proses bracketing atau penundaan asumsi peneliti juga dilakukan untuk memastikan bahwa pemahaman peneliti tidak memengaruhi proses pengumpulan dan interpretasi data (Moustakas, 1994).

Setelah wawancara selesai, rekaman suara ditranskripsikan secara verbatim. Transkripsi dilakukan dengan mempertahankan isi pernyataan partisipan sebagaimana disampaikan selama wawancara agar makna pengalaman yang disampaikan tidak berubah. Data kemudian diperiksa kembali dengan membandingkan transkrip dan rekaman wawancara untuk meminimalkan kesalahan transkripsi. Identitas partisipan disamarkan dalam proses pengolahan dan penyajian data untuk menjaga kerahasiaan partisipan.

### **Teknik Analisis Data**

Data penelitian dianalisis menggunakan analisis tematik (thematic analysis) dengan pendekatan fenomenologi. Analisis tematik digunakan untuk mengidentifikasi, mengorganisasi, dan menginterpretasikan pola makna yang muncul dari data wawancara (Braun & Clarke, 2006). Analisis dilakukan secara bertahap dengan membaca transkrip wawancara secara berulang untuk memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai pengalaman partisipan. Selanjutnya, peneliti mengidentifikasi bagian-bagian data yang relevan dengan fokus penelitian dan memberikan kode awal (initial coding) terhadap pernyataan yang memiliki makna penting. Pendekatan ini juga digunakan dalam penelitian tentang fenomena "*Marriage is Scary*" pada Generasi Z (Tirta & Arifin, 2025; Oktaviani & Krismono, 2025).

Kode-kode yang memiliki keterkaitan kemudian dikelompokkan menjadi kategori yang lebih luas. Dari proses tersebut, peneliti mengembangkan tema-tema yang merepresentasikan pola pengalaman dan pemaknaan partisipan mengenai pasangan hidup ideal. Tema yang telah terbentuk kemudian ditinjau kembali dengan membandingkannya dengan keseluruhan data untuk memastikan bahwa tema memiliki dukungan yang memadai dari hasil wawancara. Selanjutnya, peneliti memberikan interpretasi terhadap masing-masing tema dengan mempertimbangkan konteks pengalaman partisipan dan tujuan penelitian. Dalam analisis fenomenologi, peneliti berupaya mencapai pemahaman tentang esensi pengalaman partisipan melalui proses epoché dan reduksi fenomenologi (Moustakas, 1994).

Proses analisis dilakukan secara induktif, sehingga tema tidak sepenuhnya ditentukan sebelum pengumpulan data, tetapi dikembangkan berdasarkan pola makna yang muncul dari pengalaman partisipan. Dengan demikian, hasil analisis diharapkan dapat menggambarkan perspektif partisipan secara lebih autentik. Hasil akhir analisis kemudian disusun dalam bentuk narasi deskriptif-interpretatif yang menggambarkan pengalaman dan pemaknaan partisipan mengenai kriteria pasangan hidup ideal. Temuan juga didukung oleh kutipan langsung dari pernyataan partisipan yang relevan sebagai bukti empiris dan untuk memperkuat interpretasi peneliti, sebagaimana direkomendasikan dalam penelitian fenomenologi (Smith et al., 2009).

Analisis data dalam penelitian ini mengikuti model interaktif Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahapan: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi (Miles et al., 2014). Reduksi data dilakukan dengan merangkum, memilih hal-hal pokok, dan memfokuskan pada aspek-aspek penting yang berkaitan dengan tujuan penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif yang menggambarkan pengalaman dan pemaknaan partisipan. Penarikan kesimpulan dilakukan secara bertahap dengan melakukan verifikasi terhadap temuan yang diperoleh.

### **3. Hasil penelitian**

Penelitian ini melibatkan satu orang partisipan perempuan berusia 22 tahun yang termasuk dalam kelompok Generasi Z, belum menikah, dan memiliki pengalaman dalam hubungan romantis. Pemilihan partisipan didasarkan pada kesesuaian karakteristik dengan fokus penelitian, yaitu perempuan Generasi Z yang memiliki pengalaman dalam hubungan romantis dan bersedia menceritakan pengalamannya secara terbuka. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam yang berlangsung selama kurang lebih 60 menit. Wawancara difokuskan pada pengalaman partisipan dalam hubungan romantis, pengalaman dalam keluarga, pengamatan terhadap lingkungan sosial, serta pandangannya mengenai kriteria pasangan hidup ideal.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa perspektif partisipan mengenai pasangan hidup ideal tidak terbentuk secara instan, melainkan berkembang melalui proses refleksi terhadap berbagai pengalaman yang dialami sepanjang kehidupannya. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik terhadap transkrip wawancara dengan pendekatan fenomenologi (Braun & Clarke, 2006; Smith et al., 2009). Proses analisis dilakukan secara induktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles et al., 2014). Berdasarkan hasil analisis, ditemukan tiga tema utama yang saling berkaitan, yaitu: (1) kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi sebagai fondasi pasangan hidup ideal, (2) pengalaman hidup membentuk standar dalam memilih pasangan, dan (3) selektivitas terhadap pasangan sebagai upaya membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan. Ketiga tema tersebut menggambarkan bagaimana partisipan memaknai pengalaman hidupnya dalam membentuk kriteria pasangan hidup ideal (Moustakas, 1994; Elviana & Erianjoni, 2024).

**Tabel 1. Tema Hasil Analisis**

| Tema                                                                                  | Sub-tema                                           | Ringkasan Temuan                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi sebagai fondasi pasangan hidup ideal | a. Kualitas psikologis sebagai prioritas utama     | Partisipan memandang kualitas psikologis seperti kedewasaan emosional, komunikasi yang terbuka, tanggung jawab, dan kemampuan menyelesaikan konflik sebagai karakteristik utama pasangan hidup ideal, lebih penting daripada penampilan fisik dan kondisi ekonomi. |
|                                                                                       | b. Hubungan sebagai ruang untuk berkembang bersama | Partisipan memaknai hubungan romantis sebagai proses saling mendukung dan mendorong pasangan untuk menjadi pribadi yang lebih baik.                                                                                                                                |
| Pengalaman hidup membentuk standar dalam memilih pasangan                             | a. Pengalaman hubungan romantis sebelumnya         | Pengalaman menjalin hubungan romantis sebelumnya membuat partisipan lebih berhati-hati dan mengubah cara pandangnya dari sekadar penampilan fisik menjadi karakter dan komunikasi.                                                                                 |
|                                                                                       | b. Pengalaman dalam keluarga                       | Dinamika keluarga memberikan pembelajaran tentang nilai-nilai yang ingin dipertahankan maupun perilaku yang ingin dihindari dalam membangun keluarga di masa depan.                                                                                                |
|                                                                                       | c. Pengamatan terhadap fenomena sosial             | Berita mengenai perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga menjadi bahan refleksi yang memperkuat pentingnya kematangan mental dan komunikasi.                                                                                                                |

| Tema                                                                                         | Sub-tema                                | Ringkasan Temuan                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Selektivitas terhadap pasangan sebagai upaya membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan | a. Proses evaluasi yang matang          | Partisipan melakukan pengamatan terhadap cara komunikasi, latar belakang keluarga, cara berpikir, dan kemampuan mengelola emosi sebelum memutuskan menjalin hubungan. |
|                                                                                              | b. Batasan yang tidak dapat ditoleransi | Perilaku berbohong dan perselingkuhan dipandang sebagai karakter yang sulit diterima karena dapat merusak kepercayaan.                                                |
|                                                                                              | c. Penerimaan terhadap kekurangan       | Partisipan bersedia menerima kekurangan selama masih dapat diperbaiki dan tidak bertentangan dengan nilai-nilai penting dalam hubungan.                               |

### Kedewasaan Emosional dan Kemampuan Berkomunikasi sebagai Fondasi Pasangan Hidup Ideal

Hasil wawancara menunjukkan bahwa partisipan memandang pasangan hidup ideal sebagai individu yang memiliki kualitas psikologis yang baik. Bagi partisipan, karakteristik seperti kedewasaan emosional, kemampuan berkomunikasi secara terbuka, tanggung jawab, serta kemampuan menyelesaikan konflik merupakan aspek yang lebih penting dibandingkan penampilan fisik maupun kondisi ekonomi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Eastwick et al. (2024) yang menunjukkan bahwa individu cenderung memiliki standar ideal yang berkaitan dengan kualitas kehangatan, kepercayaan, dan kemampuan menjalin hubungan yang suportif. Partisipan menilai bahwa kualitas tersebut menjadi dasar dalam membangun hubungan yang sehat dan mampu bertahan dalam jangka panjang.

*"Kalau menurut aku pribadi, hubungan yang sehat itu yang membawa ke arah yang lebih baik... baik dari perempuannya maupun laki-lakinya, dan sama-sama mempunyai kemauan untuk menjadi lebih baik."*

Partisipan memaknai hubungan romantis sebagai proses yang memberikan kesempatan bagi kedua individu untuk berkembang bersama. Hubungan yang ideal dipandang bukan hanya sebagai pemenuhan kebutuhan emosional, tetapi juga sebagai ruang bagi pasangan untuk saling mendukung, saling memahami, dan mendorong satu sama lain menjadi pribadi yang lebih baik. Pandangan tersebut mencerminkan bahwa partisipan memandang hubungan romantis sebagai kemitraan yang setara dan saling memberdayakan, sebagaimana ditemukan dalam penelitian Elviana & Erianjoni (2024) bahwa Generasi Z memaknai pernikahan sebagai kerja sama untuk mencapai masa depan yang lebih baik.

Ketika diminta menjelaskan karakteristik pasangan hidup yang diharapkan secara lebih rinci, partisipan kembali menegaskan bahwa komunikasi merupakan aspek yang paling penting. Menurut partisipan, pasangan yang mampu berkomunikasi dengan baik akan lebih mudah menyelesaikan perbedaan pendapat dan menghadapi berbagai permasalahan yang muncul selama menjalani hubungan. Selain itu, kestabilan emosional, tanggung jawab, kemampuan saling memahami, serta kesiapan ekonomi juga dipandang sebagai karakteristik yang mendukung terbentuknya hubungan yang harmonis.

*"Kalau aku pribadi memandang pasangan hidup di masa depan tentunya yang bisa*

*membimbing aku... emosionalnya juga udah stabil... tanggung jawabnya juga... ekonominya udah settle... dan tentunya kita bisa saling memahami satu sama lain... intinya komunikasinya sih, komunikasi dan juga emosional."*

Pernyataan partisipan menunjukkan bahwa komunikasi dan kestabilan emosional ditempatkan sebagai fondasi utama, sedangkan kesiapan ekonomi dipandang sebagai pelengkap yang mendukung terciptanya hubungan yang harmonis. Partisipan tidak menyebutkan penampilan fisik sebagai kriteria utama, yang mengindikasikan bahwa karakteristik internal lebih diutamakan dibandingkan atribut eksternal. Hal ini sejalan dengan temuan Rangkuti & Fajrin (2015) bahwa preferensi pemilihan pasangan tidak hanya dipengaruhi oleh daya tarik fisik, tetapi juga oleh nilai-nilai keluarga dan kualitas kepribadian.

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa partisipan lebih mengutamakan kualitas kepribadian dibandingkan atribut yang bersifat eksternal. Kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi dipandang sebagai fondasi utama dalam menentukan pasangan hidup ideal. Temuan ini mengindikasikan bahwa bagi partisipan, keberlanjutan hubungan jangka panjang sangat bergantung pada kemampuan psikologis dan relasional pasangan, bukan pada faktor-faktor yang bersifat sementara atau dangkal (Boisvert et al., 2023).

### **Pengalaman Hidup Membentuk Standar dalam Memilih Pasangan**

Analisis data menunjukkan bahwa kriteria pasangan hidup ideal yang dimiliki partisipan berkembang melalui berbagai pengalaman yang diperoleh sepanjang kehidupannya. Pengalaman tersebut tidak hanya berasal dari hubungan romantis yang pernah dijalani, tetapi juga dari lingkungan keluarga dan berbagai fenomena sosial yang diamati. Seluruh pengalaman tersebut menjadi sumber pembelajaran yang membentuk cara partisipan memandang pasangan hidup. Temuan ini sejalan dengan penelitian Talley (2025) yang menunjukkan bahwa preferensi terhadap pasangan hidup berkembang melalui pengalaman inter-personal dan proses evaluasi yang berlangsung sepanjang kehidupan individu.

### **Pengalaman Hubungan Romantis Sebelumnya**

Partisipan menjelaskan bahwa pengalaman menjalin hubungan romantis sebelumnya membuatnya lebih berhati-hati dalam memilih pasangan. Pengalaman tersebut mengubah cara pandangnya dari yang semula lebih memperhatikan penampilan fisik menjadi lebih mempertimbangkan karakter, kemampuan berkomunikasi, serta cara seseorang memperlakukan orang lain. Perubahan perspektif ini menunjukkan bahwa pengalaman hubungan sebelumnya berfungsi sebagai proses pembelajaran yang memperdalam pemahaman partisipan tentang kualitas yang benar-benar penting dalam hubungan. Hal ini sejalan dengan temuan Tirta & Arifin (2025) bahwa pengalaman negatif dalam hubungan atau lingkungan keluarga dapat membentuk ketakutan dan kehati-hatian dalam memandang pernikahan.

*"Dari pengalaman aku sebelumnya... ternyata memilih pasangan tuh bukan cuma dari luarnya aja. Kita harus melihat dari komunikasi, cara dia memperlakukan orang lain, cara dia mengelola emosinya..."*

Pengalaman negatif dalam hubungan sebelumnya tampaknya menjadi katalis bagi partisipan untuk lebih selektif dan lebih kritis dalam mengevaluasi calon pasangan. Partisipan tidak lagi terpaku pada ketertarikan awal, tetapi mulai mempertimbangkan aspek-aspek yang lebih mendasar yang memengaruhi kualitas hubungan jangka panjang. Temuan ini diperkuat oleh Riswandi et al. (2025) yang menemukan bahwa Generasi Z

cenderung lebih selektif dalam memilih pasangan karena meningkatnya kesadaran akan pentingnya keseimbangan emosional dan psikologis dalam pernikahan.

### **Pengalaman dalam Keluarga**

Lingkungan keluarga juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap terbentuknya perspektif partisipan. Pengalaman melihat dinamika dalam keluarga membuat partisipan mampu membedakan nilai-nilai hubungan yang ingin dipertahankan maupun perilaku yang ingin dihindari ketika membangun keluarga di masa depan. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga berfungsi sebagai model awal bagi partisipan dalam memahami bagaimana seharusnya suatu hubungan dijalani. Penelitian Rangkuti & Fajrin (2015) menunjukkan bahwa keterlibatan figur ayah memiliki pengaruh signifikan terhadap preferensi pemilihan pasangan pada perempuan.

*"Kalau dari keluarga aku sendiri tentunya... ada beberapa yang dari situ aku belajar, 'Oh keluarga tuh harus kayak gini.' Tapi ada juga yang buat aku belajar, 'Kalau nanti aku berkeluarga, aku nggak boleh kayak gini.'"*

Pernyataan tersebut menggambarkan bahwa partisipan tidak sekadar menerima begitu saja nilai-nilai yang ada dalam keluarganya, tetapi juga melakukan proses seleksi dan refleksi terhadap pengalaman keluarga. Partisipan secara aktif membedakan aspek-aspek yang dianggap positif untuk dipertahankan dan aspek-aspek yang dianggap negatif untuk dihindari. Proses ini mencerminkan konstruksi sosial realitas sebagaimana dijelaskan oleh Berger dan Luckmann, di mana individu secara aktif memaknai dan menginternalisasi pengalaman sosialnya (Elviana & Erianjoni, 2024).

### **Pengamatan terhadap Fenomena Sosial**

Selain pengalaman pribadi, partisipan juga memperoleh pembelajaran melalui berbagai peristiwa yang terjadi di lingkungan sosial. Berita mengenai perselingkuhan maupun kekerasan dalam rumah tangga menjadi bahan refleksi yang memperkuat keyakinannya bahwa kematangan mental, emosional, dan komunikasi merupakan aspek penting dalam memilih pasangan hidup. Fenomena sosial yang diamati melalui media menjadi sumber informasi tambahan yang memperkaya pemahaman partisipan tentang risiko dan tantangan dalam hubungan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Oktaviani & Krismono (2025) yang menemukan bahwa paparan terhadap narasi negatif tentang pernikahan di media sosial turut memengaruhi persepsi Generasi Z.

*"Belajar dari berita-berita yang beredar sekarang ya. Banyak kasus-kasus yang laki-lakinya selingkuh, terus KDRT... menurut aku kedewasaan mental, emosional, dan juga komunikasi itu penting banget."*

Melalui pengamatan terhadap fenomena sosial, partisipan tidak hanya belajar dari pengalaman langsung, tetapi juga dari pengalaman orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran partisipan bersifat multidimensi, mencakup pengalaman pribadi, pengalaman keluarga, dan pengamatan terhadap realitas sosial yang lebih luas. Nafi'atin & Ngazizah (2025) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa trauma keluarga dan pengalaman negatif masa lalu menjadi faktor utama yang menyebabkan ketakutan terhadap pernikahan pada Generasi Z.

Secara keseluruhan, tema kedua menunjukkan bahwa perspektif partisipan mengenai pasangan hidup ideal merupakan hasil akumulasi dari berbagai pengalaman yang dialami dan diamati. Pengalaman dalam hubungan romantis, keluarga, dan lingkungan sosial secara bersama-sama membentuk standar yang digunakan partisipan

dalam mengevaluasi calon pasangan.

### **Selektivitas terhadap Pasangan sebagai Upaya Membangun Hubungan yang Sehat dan Berkelanjutan**

Tema terakhir menunjukkan bahwa partisipan memandang proses memilih pasangan sebagai keputusan yang membutuhkan pertimbangan secara matang. Ketertarikan terhadap penampilan fisik hanya menjadi kesan awal, sedangkan keputusan untuk menjalin hubungan yang lebih serius didasarkan pada proses mengenal karakter, nilai hidup, kemampuan berkomunikasi, serta kesiapan emosional calon pasangan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Putri & Dharma (2025) yang menunjukkan bahwa Generasi Z memandang pernikahan secara fleksibel dan selektif, mengombinasikan nilai tradisional dan progresif dengan orientasi pada keseimbangan relasional serta kualitas hidup.

### **Proses Evaluasi yang Matang**

Partisipan menjelaskan bahwa ia melakukan pengamatan terhadap berbagai aspek sebelum memutuskan seseorang layak menjadi pasangan hidup. Cara berkomunikasi, latar belakang keluarga, cara berpikir, dan kemampuan mengelola emosi menjadi pertimbangan utama dalam proses tersebut. Proses evaluasi yang dilakukan partisipan menunjukkan bahwa ia tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan, melainkan meluangkan waktu untuk mengenal calon pasangan secara mendalam.

*"Kalau dari aku sih... pertama memang dari fisiknya dulu... terus cara komunikasinya, kita ngobrol nyambung apa nggak... terus kita lihat latar belakangnya... kita observasi lagi apakah secara mental dan emosionalnya oke atau nggak."*

Pernyataan partisipan menunjukkan adanya tahapan dalam proses evaluasi. Ketertarikan fisik diakui sebagai pintu masuk awal, tetapi keputusan untuk melanjutkan hubungan ke tahap yang lebih serius sangat bergantung pada hasil observasi terhadap aspek-aspek non-fisik yang lebih mendasar. Hal ini mencerminkan karakteristik Generasi Z yang cenderung realistis dan analitis dalam pengambilan keputusan (Rossanti et al., 2024).

### **Batasan yang Tidak Dapat Ditoleransi**

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa partisipan memiliki batasan yang tidak dapat ditoleransi dalam sebuah hubungan. Perilaku berbohong dan perselingkuhan dipandang sebagai karakter yang sulit diterima karena dapat merusak kepercayaan dalam hubungan. Batasan ini mencerminkan nilai-nilai yang dianggap fundamental oleh partisipan dalam membangun hubungan yang sehat. Penelitian Hidayat et al. (2026) juga menemukan bahwa pengalaman negatif seperti perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga membentuk persepsi negatif terhadap pernikahan pada Generasi Z.

*"Karakter yang nggak bisa aku toleransi itu... berbohong... terus selingkuh sih."*

Kejelasan partisipan mengenai batasan yang tidak dapat ditoleransi menunjukkan bahwa ia telah memiliki standar yang jelas tentang perilaku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima dalam hubungan. Hal ini merupakan hasil dari proses refleksi terhadap pengalaman dan nilai-nilai yang diyakini.

### **Penerimaan terhadap Kekurangan**

Meskipun demikian, partisipan menyadari bahwa setiap individu memiliki kekurangan. Oleh karena itu, ia masih bersedia menerima kekurangan tertentu selama

kekurangan tersebut masih dapat diperbaiki dan tidak bertentangan dengan nilai-nilai yang dianggap penting dalam hubungan. Sikap ini menunjukkan bahwa partisipan tidak bersikap kaku atau perfeksionis, melainkan realistis dalam menilai calon pasangan.

*"Kalau kekurangannya masih bisa aku toleransi dan masih bisa diperbaiki, enggak masalah. Cuma kalau kekurangannya itu hal yang enggak bisa aku toleransi, enggak bisa diterima, dan enggak bisa diperbaiki, aku mending skip aja."*

Pernyataan partisipan menunjukkan adanya keseimbangan antara selektivitas dan fleksibilitas. Partisipan bersikap selektif terhadap hal-hal yang dianggap fundamental, tetapi tetap terbuka terhadap kekurangan yang sifatnya dapat diperbaiki. Sikap ini mencerminkan kematangan emosional yang menjadi salah satu tema utama dalam penelitian ini.

### **Pertimbangan Holistik dalam Memilih Pasangan**

Pada akhir wawancara, partisipan kembali menegaskan bahwa memilih pasangan hidup tidak seharusnya hanya didasarkan pada kondisi ekonomi ataupun penampilan fisik. Menurut partisipan, latar belakang, kepribadian, cara berpikir, komunikasi, dan nilai hidup merupakan aspek yang perlu dipertimbangkan secara menyeluruh sebelum memutuskan seseorang sebagai pasangan hidup.

*"Kalau pilih pasangan tuh jangan karena materinya aja, tapi harus dilihat dari bebet, bobot, bibit... lihat latar belakangnya, kepribadiannya, pemikirannya, komunikasinya baik apa enggak."*

Penggunaan ungkapan tradisional "bebet, bobot, bibit" menunjukkan bahwa partisipan mengintegrasikan nilai-nilai lokal dalam proses pemilihan pasangan. Ungkapan tersebut secara tradisional merujuk pada latar belakang keluarga (bebet), kondisi fisik atau penampilan (bobot), dan potensi atau kualitas diri (bibit). Partisipan memberikan makna baru pada ungkapan tersebut dengan menekankan aspek kepribadian, pemikiran, dan komunikasi sebagai bagian dari pertimbangan holistik. Hal ini mencerminkan bagaimana Generasi Z mengombinasikan nilai-nilai tradisional dengan perspektif modern dalam memandang hubungan (Putri & Dharma, 2025).

Secara keseluruhan, tema ketiga menggambarkan bahwa partisipan menjalani proses seleksi yang sistematis dan reflektif dalam memilih pasangan. Selektivitas tidak dimaknai sebagai sikap menuntut yang berlebihan, melainkan sebagai bentuk tanggung jawab terhadap diri sendiri dan upaya untuk membangun hubungan yang sehat serta berkelanjutan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Zainuddin (2026) yang menunjukkan bahwa Generasi Z memandang pernikahan sebagai keputusan yang memerlukan kesiapan emosional, finansial, dan mental yang matang.

## **4. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami perspektif perempuan Generasi Z mengenai kriteria pasangan hidup ideal berdasarkan pengalaman hidup yang mereka miliki. Hasil analisis tematik menunjukkan bahwa perspektif partisipan dibentuk oleh tiga tema utama, yaitu kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi sebagai fondasi pasangan hidup ideal, pengalaman hidup dalam membentuk standar pemilihan pasangan, serta selektivitas terhadap pasangan sebagai upaya membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan. Ketiga tema tersebut menunjukkan bahwa pemaknaan terhadap pasangan hidup ideal tidak hanya dipengaruhi oleh preferensi pribadi, tetapi juga oleh pengalaman hidup, lingkungan sosial, dan proses refleksi yang dialami partisipan. Temuan ini sejalan

dengan pendekatan fenomenologi yang digunakan dalam penelitian ini, di mana pengalaman subjektif partisipan menjadi inti pemahaman terhadap fenomena yang diteliti (Moustakas, 1994; Smith et al., 2009).

### **Kedewasaan Emosional dan Kemampuan Berkomunikasi sebagai Fondasi Pasangan Hidup Ideal**

Tema pertama menunjukkan bahwa partisipan lebih mengutamakan kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi dibandingkan karakteristik fisik dalam menentukan pasangan hidup ideal. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan romantis dipandang sebagai hubungan yang dibangun melalui kemampuan saling memahami, mengelola konflik, dan bertanggung jawab terhadap pasangan. Bagi partisipan, kualitas psikologis menjadi dasar utama dalam membangun hubungan yang sehat dan berorientasi jangka panjang. Hal ini sejalan dengan penelitian Elviana & Erianjoni (2024) yang menemukan bahwa perempuan Generasi Z memaknai pernikahan sebagai kerja sama dan ruang untuk bertumbuh bersama, bukan sekadar ikatan formal.

Temuan tersebut sejalan dengan *Ideal Standards Model* (ISM) yang menjelaskan bahwa individu memiliki standar tertentu dalam memilih pasangan, terutama berkaitan dengan kualitas kehangatan (*warmth*), kepercayaan (*trustworthiness*), dan kemampuan menjalin hubungan yang suportif. Standar tersebut berfungsi sebagai acuan ketika individu mengevaluasi calon pasangan maupun kualitas hubungan yang sedang dijalani (Eastwick et al., 2024). Dengan demikian, karakteristik seperti komunikasi yang baik, kestabilan emosi, dan tanggung jawab yang diungkapkan partisipan dapat dipahami sebagai bagian dari standar ideal yang digunakan dalam mengevaluasi pasangan hidup.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Boisvert et al. (2023) yang menjelaskan bahwa hubungan romantis pada masa dewasa awal semakin menekankan aspek keintiman, komitmen, dan kualitas hubungan dibandingkan ketertarikan fisik semata. Akan tetapi, penelitian ini memberikan temuan yang lebih spesifik karena menunjukkan bahwa komunikasi dan kedewasaan emosional dipandang sebagai fondasi utama dalam menentukan pasangan hidup ideal. Temuan tersebut memperluas penelitian sebelumnya dengan menggambarkan bagaimana kualitas psikologis dimaknai secara subjektif oleh perempuan Generasi Z melalui pengalaman hidup mereka. Penelitian Tirta & Arifin (2025) juga menemukan bahwa Generasi Z cenderung mengutamakan kesiapan emosional dan mental dalam memandang pernikahan, yang semakin memperkuat temuan ini.

Lebih lanjut, temuan ini relevan dengan fenomena "Marriage is Scary" yang marak di kalangan Generasi Z. Ketakutan terhadap pernikahan yang disebabkan oleh pengalaman negatif dan trauma justru mendorong partisipan untuk lebih mengutamakan kualitas psikologis pasangan sebagai bentuk perlindungan diri (Oktaviani & Krismono, 2025; Nafi'atin & Ngazizah, 2025). Dengan demikian, kedewasaan emosional dan komunikasi tidak hanya menjadi preferensi, tetapi juga menjadi mekanisme pertahanan dalam menghadapi ketakutan akan kegagalan hubungan.

### **Pengalaman Hidup Membentuk Standar dalam Memilih Pasangan**

Tema kedua menunjukkan bahwa pengalaman hidup menjadi faktor penting dalam membentuk perspektif partisipan terhadap pasangan hidup ideal. Pengalaman menjalin hubungan romantis, pengalaman dalam keluarga, serta pengamatan terhadap berbagai fenomena sosial membentuk cara partisipan mengevaluasi karakteristik pasangan yang diharapkan. Pengalaman tersebut menjadi proses pembelajaran yang membantu partisipan memahami karakteristik hubungan yang ingin dipertahankan maupun dihindari pada masa depan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Zainuddin (2026) yang menemukan bahwa pengalaman keluarga dan hubungan romantis sebelumnya menjadi dasar terbentuknya standar pemilihan pasangan pada Generasi Z.

Temuan ini mendukung penelitian Talley (2025) yang menjelaskan bahwa preferensi terhadap pasangan hidup berkembang melalui pengalaman inter personal dan proses evaluasi yang berlangsung sepanjang kehidupan individu. Pengalaman positif maupun negatif memberikan kesempatan bagi individu untuk merefleksikan kebutuhan, harapan, dan nilai yang dianggap penting dalam hubungan romantis. Selain itu, pengaruh keluarga yang ditemukan dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa pembentukan preferensi pasangan tidak hanya berasal dari pengalaman pribadi, tetapi juga dari proses belajar melalui lingkungan terdekat. Penelitian Rangkuti & Fajrin (2015) memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa keterlibatan figur ayah memiliki pengaruh signifikan terhadap preferensi pemilihan pasangan pada perempuan.

Di sisi lain, penelitian ini menemukan bahwa fenomena sosial yang berkembang di masyarakat, seperti meningkatnya pemberitaan mengenai perselingkuhan maupun kekerasan dalam rumah tangga, turut memengaruhi cara partisipan menetapkan standar pasangan hidup. Temuan ini memberikan perspektif tambahan dibandingkan penelitian sebelumnya karena menunjukkan bahwa sumber pembelajaran mengenai hubungan romantis tidak hanya berasal dari pengalaman langsung, tetapi juga dari pengamatan terhadap pengalaman orang lain yang diperoleh melalui lingkungan sosial maupun media. Hal ini sejalan dengan penelitian Hidayat et al. (2026) yang menemukan bahwa paparan konten negatif tentang pernikahan di media sosial, khususnya TikTok, turut membentuk persepsi ketakutan dan kehati-hatian terhadap pernikahan pada Generasi Z.

Fenomena ini juga dapat dipahami melalui perspektif teori pembelajaran sosial Bandura, di mana individu belajar tidak hanya dari pengalaman langsung tetapi juga dari pengamatan terhadap model-model di lingkungannya (Elviana & Erianjoni, 2024). Dalam konteks penelitian ini, partisipan mengamati dinamika hubungan dalam keluarganya serta berbagai fenomena sosial yang berkembang, kemudian menjadikannya sebagai bahan refleksi dalam membentuk standar pasangan hidup. Penelitian Mahfudz (2025) dan Muafidah (2025) juga menemukan bahwa pengalaman keluarga dan lingkungan sosial menjadi faktor utama dalam keputusan menunda atau melanjutkan pernikahan pada Generasi Z.

### **Selektivitas terhadap Pasangan sebagai Upaya Membangun Hubungan yang Sehat dan Berkelanjutan**

Tema ketiga menggambarkan bahwa partisipan bersikap lebih selektif dalam memilih pasangan hidup. Selektivitas tersebut bukan dimaknai sebagai bentuk penolakan terhadap hubungan romantis, melainkan sebagai upaya untuk membangun hubungan yang sehat, stabil, dan berkelanjutan. Partisipan lebih memilih mengenal karakter, nilai hidup, kemampuan berkomunikasi, serta kesiapan emosional calon pasangan sebelum memutuskan menjalin hubungan yang lebih serius. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rossanti et al. (2024) yang menunjukkan bahwa Generasi Z cenderung memandang pernikahan secara fleksibel dan selektif, mengombinasikan nilai tradisional dan progresif dengan orientasi pada keseimbangan relasional serta kualitas hidup.

Temuan ini sejalan dengan perubahan karakteristik Generasi Z yang cenderung lebih berhati-hati dalam membangun komitmen jangka panjang. Mag-atas (2025) menjelaskan bahwa Generasi Z lebih mengutamakan kesiapan emosional, pendidikan, dan pengembangan diri sebelum membangun hubungan yang serius. Penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa sikap selektif juga dipengaruhi oleh pengalaman hidup serta refleksi terhadap hubungan yang pernah dialami. Dengan demikian, keputusan untuk menunda hubungan romantis bukan semata-mata karena perubahan nilai sosial, tetapi juga merupakan strategi individu untuk memperoleh pasangan yang sesuai dengan harapan dan nilai yang dimiliki. Penelitian Putri & Dharma (2025) juga menemukan bahwa Generasi Z memandang pernikahan sebagai pilihan hidup

yang memerlukan pertimbangan matang, bukan sebagai kewajiban sosial yang harus segera dipenuhi.

Selektivitas yang ditunjukkan partisipan juga dapat dipahami sebagai bentuk respons terhadap fenomena "Marriage is Scary" yang berkembang di masyarakat. Penelitian Riswandi et al. (2025) menemukan bahwa ketakutan terhadap pernikahan pada Generasi Z berkaitan dengan peran gender yang kaku, risiko konflik rumah tangga, serta stigma sosial yang berkembang di masyarakat. Dengan demikian, sikap selektif partisipan merupakan bentuk adaptasi terhadap realitas sosial yang penuh dengan risiko dan ketidakpastian dalam pernikahan. Nafi'atin & Ngazizah (2025) dalam penelitiannya juga menekankan pentingnya kecerdasan emosional dalam menghadapi fenomena "Marriage is Scary", di mana individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih siap menghadapi dinamika pernikahan.

Temuan ini juga relevan dengan teori pilihan rasional, di mana individu membuat keputusan berdasarkan pertimbangan rasional atas keuntungan dan risiko yang mungkin dihadapi (Zainuddin, 2026). Partisipan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ia secara sadar memilih untuk bersikap selektif sebagai bentuk tanggung jawab terhadap diri sendiri dan upaya meminimalkan risiko kegagalan hubungan di masa depan. Hal ini sejalan dengan penelitian Muafidah (2025) yang menemukan bahwa penundaan pernikahan pada Generasi Z sering kali didasari oleh pertimbangan rasional seperti kesiapan finansial dan kematangan emosional.

### **Kontribusi Penelitian dan Implikasi**

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi hubungan romantis, khususnya mengenai pembentukan preferensi pasangan hidup pada perempuan Generasi Z. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang sebagian besar menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengidentifikasi atribut pasangan ideal, penelitian ini menunjukkan bahwa makna pasangan hidup ideal terbentuk melalui proses pengalaman, refleksi, dan interaksi sosial yang dialami individu. Pendekatan fenomenologi memungkinkan diperolehnya pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana perempuan Generasi Z memaknai pasangan hidup ideal, sehingga memberikan perspektif baru dalam memahami dinamika hubungan romantis pada masa dewasa awal (Moustakas, 1994; Creswell & Poth, 2018).

Temuan penelitian ini juga memiliki implikasi praktis bagi berbagai pihak. Pertama, bagi praktisi psikologi dan konseling, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi mengenai hubungan romantis yang sehat, pengambilan keputusan dalam memilih pasangan hidup, serta pentingnya pengembangan kematangan emosional dan keterampilan komunikasi sebagai bekal membangun hubungan yang berkualitas. Kedua, bagi keluarga dan masyarakat, penelitian ini menunjukkan pentingnya memberikan contoh hubungan yang sehat dan komunikasi yang terbuka dalam keluarga, karena pengalaman keluarga terbukti menjadi faktor penting dalam membentuk standar pemilihan pasangan pada Generasi Z (Rangkuti & Fajrin, 2015; Mahfudz, 2025).

Ketiga, bagi lembaga pendidikan, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program pendidikan pranikah yang lebih inklusif, tidak hanya berfokus pada aspek normatif tetapi juga mempertimbangkan realitas sosial dan psikologis generasi muda (Oktaviani & Krismono, 2025). Penelitian ini juga menyoroti perlunya literasi digital yang lebih baik agar Generasi Z dapat memilah informasi yang sehat tentang hubungan romantis di media sosial, mengingat paparan terhadap narasi negatif tentang pernikahan terbukti memengaruhi persepsi mereka (Hidaya et al., 2026; Tirta & Arifin, 2025).

### **Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan. Pertama,

penelitian ini hanya melibatkan satu partisipan, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan ke seluruh perempuan Generasi Z. Namun, sebagaimana ditekankan dalam penelitian fenomenologi, nilai penelitian terletak pada kedalaman pemahaman terhadap pengalaman subjektif partisipan, bukan pada generalisasi populasi (Moustakas, 1994; Smith et al., 2009). Kedua, penelitian ini hanya berfokus pada perspektif perempuan Generasi Z, sehingga belum memberikan gambaran tentang perspektif laki-laki Generasi Z atau perbandingan antar gender. Ketiga, penelitian ini dilakukan dalam konteks budaya Indonesia, sehingga temuan mungkin berbeda jika diterapkan pada konteks budaya yang berbeda.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah partisipan yang lebih beragam, baik dari segi usia, latar belakang budaya, pendidikan, maupun status hubungan, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai perspektif Generasi Z terhadap pasangan hidup ideal. Penelitian selanjutnya juga dapat membandingkan perspektif antara laki-laki dan perempuan atau menggunakan pendekatan metode campuran (*mixed methods*) untuk memperkaya temuan penelitian (Creswell & Poth, 2018). Selain itu, penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi pengaruh pendidikan agama, kebijakan negara, dan peran keluarga dalam membentuk persepsi pernikahan serta mengembangkan strategi yang lebih adaptif terhadap perubahan sosial (Oktaviani & Krismono, 2025; Nafi'atin & Ngazizah, 2025).

## 5. Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami perspektif perempuan Generasi Z mengenai kriteria pasangan hidup ideal berdasarkan pengalaman hidup yang mereka miliki. Melalui pendekatan fenomenologi, penelitian ini berupaya menggali makna subjektif di balik pengalaman partisipan dalam membentuk kriteria pasangan hidup ideal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perspektif partisipan dibentuk oleh tiga tema utama yang saling berkaitan, yaitu:

Pertama, kedewasaan emosional dan kemampuan berkomunikasi sebagai fondasi pasangan hidup ideal. Partisipan memaknai hubungan romantis sebagai ruang untuk saling mendukung dan berkembang bersama, di mana kualitas psikologis seperti kematangan emosi, komunikasi yang terbuka, tanggung jawab, dan kemampuan menyelesaikan konflik menjadi fondasi utama yang lebih penting daripada atribut fisik maupun ekonomi. Temuan ini menunjukkan bahwa bagi partisipan, keberlanjutan hubungan jangka panjang sangat bergantung pada kemampuan psikologis dan relasional pasangan (Eastwick et al., 2024; Boisvert et al., 2023).

Kedua, pengalaman hidup membentuk standar dalam memilih pasangan. Partisipan menggunakan berbagai pengalaman—baik dari hubungan romantis sebelumnya, dinamika keluarga, maupun pengamatan terhadap fenomena sosial—sebagai bahan refleksi untuk membentuk standar pemilihan pasangan. Pengalaman negatif dalam hubungan sebelumnya maupun pengamatan terhadap kasus perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga menjadi katalis yang memperkuat keyakinan partisipan akan pentingnya kematangan emosional dan komunikasi (Talley, 2025; Rangkuti & Fajrin, 2015).

Ketiga, selektivitas terhadap pasangan sebagai upaya membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan. Partisipan menjalani proses seleksi yang sistematis dan reflektif, di mana keputusan untuk menjalin hubungan yang serius didasarkan pada pengenalan mendalam terhadap karakter, nilai hidup, kemampuan berkomunikasi, dan kesiapan emosional calon pasangan. Selektivitas ini dimaknai sebagai bentuk tanggung jawab terhadap diri sendiri dan upaya sadar untuk meminimalkan risiko kegagalan hubungan di masa depan (Mag-atas, 2025; Zainuddin, 2026).

Secara fenomenologi, esensi pengalaman partisipan dalam membentuk kriteria pasangan hidup ideal dapat dipahami sebagai proses dialektis antara pengalaman subjektif

dan realitas sosial. Partisipan tidak sekadar menerima nilai-nilai yang ada di lingkungannya, tetapi secara aktif melakukan proses seleksi, refleksi, dan pemaknaan terhadap berbagai pengalaman yang dialami. Keluarga berfungsi sebagai model awal yang memberikan pembelajaran tentang nilai-nilai hubungan yang ingin dipertahankan maupun dihindari. Pengalaman hubungan romantis sebelumnya menjadi sumber pembelajaran yang mengubah cara pandang partisipan dari sekadar penampilan fisik menjadi karakter dan komunikasi. Sementara itu, pengamatan terhadap fenomena sosial memperkaya pemahaman partisipan tentang risiko dan tantangan dalam hubungan, sekaligus memperkuat keyakinannya akan pentingnya kualitas psikologis dalam pasangan. Proses pembentukan perspektif ini bersifat dinamis, reflektif, dan kontekstual, di mana partisipan secara aktif mengonstruksi makna tentang pasangan hidup ideal melalui interaksi antara pengalaman pribadi, nilai-nilai keluarga, dan realitas sosial yang diamati (Moustakas, 1994; Elviana & Erianjoni, 2024).

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi hubungan romantis dengan menunjukkan bahwa pembentukan preferensi pasangan hidup merupakan proses yang dipengaruhi oleh pengalaman subjektif dan refleksi individu, sehingga dapat dipahami secara lebih mendalam melalui pendekatan fenomenologi (Smith et al., 2009). Berbeda dengan penelitian terdahulu yang sebagian besar menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengidentifikasi atribut pasangan ideal (Eastwick et al., 2024), penelitian ini menunjukkan bahwa makna pasangan hidup ideal terbentuk melalui proses pengalaman, refleksi, dan interaksi sosial yang dialami individu. Temuan ini juga memperluas penelitian tentang fenomena "Marriage is Scary" dan penundaan pernikahan pada Generasi Z (Oktaviani & Krismono, 2025; Nafi'atin & Ngazizah, 2025; Tirta & Arifin, 2025) dengan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang proses pembentukan preferensi pasangan dari perspektif fenomenologi.

## 6. Daftar Pustaka

- Abdullah, A. S., Tey, N. P., Mahpul, I. N., Azman, N. A. A., & Hamid, R. A. (2021). Correlates and consequences of delayed marriage in Malaysia. *Institutions and Economies*, \*13\*(4), 5–34. <https://doi.org/10.22452/IJIE.vol13no4.1>
- Boisvert, S., Poulin, F., & Dion, J. (2023). Romantic relationships from adolescence to established adulthood. *Emerging Adulthood*, \*11\*(4), 947–958. <https://doi.org/10.1177/21676968231174083>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, \*3\*(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Eastwick, P. W., Sparks, J., Finkel, E. J., Meza, E. M., Adamkovič, M., Adu, P., Ai, T., Akintola, A. A., Al-Shawaf, L., Apriliawati, D., Arriaga, P., Aubert-Teillaud, B., Baník, G., Barzykowski, K., Batres, C., Baucom, K. J., Beaulieu, E. Z., Behnke, M., Butcher, N., ... Coles, N. A. (2024). A worldwide test of the predictive validity of ideal partner preference matching. *Journal of Personality and Social Psychology*, \*128\*(1), 123–146. <https://doi.org/10.1037/pspp0000524>
- Elviana, C., & Erianjoni, E. (2024). Makna pernikahan bagi perempuan Generasi Z yang sudah menikah di Jorong Pasa Tiku Kecamatan Tanjung Mutiara. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan*, \*7\*(1), 121–130.
- Hidaya, T. R. N., Aditya, A. M., & Saudi, A. N. A. (2026). Cinta atau ketakutan: Studi persepsi pernikahan Generasi Z pengguna TikTok Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, \*6\*(1), 335–341. <https://doi.org/10.56326/hf4wdb52>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE Publications.
- Mag-atas, J. (2025). Understanding love among Generation Z: A qualitative study of romantic meaning-making. *Social Science and Humanities Journal*, \*9\*(12), 9619–

9638. <https://doi.org/10.18535/sshj.v9i12.2157>
- Mahfudz, M. A. (2025). *Penundaan pernikahan Gen Z di Kecamatan Pahandut Kota Palangka Raya* [Skripsi, IAIN Palangka Raya].
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. SAGE Publications.
- Muafidah, S. (2025). *Fenomena menunda menikah di kalangan Generasi Z perspektif Maqāṣid al-Syarī'ah (Studi kasus di Desa Brengkok Kecamatan Susukan Kabupaten Banjarnegara)* [Skripsi, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto].
- Nafi'atin, I. L., & Ngazizah, I. F. (2025). Gen Z dan marriage is scary: Tinjauan hukum Islam dan peran kecerdasan emosional. *Kodifikasi: Jurnal Penelitian Islam*, \*19\*(2), 416–438. <https://doi.org/10.21154/kodifikasia.v19i2.11465>
- Oktaviani, D., & Krismono. (2025). Analysis of the marriage is scary phenomenon among Generation Z: A perspective of Islamic law sociology. *Sahaja: Journal Shariah and Humanities*, \*4\*(1), 422–439.
- Putri, M. A., & Dharma, A. S. (2025). Generasi Z dan makna baru intimasi: Pergeseran nilai dalam pernikahan, relasi, dan keluarga. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TIN) 2025*, \*3\*(1), 62–76.
- Rangkuti, A. A., & Fajrin, D. O. (2015). Preferensi pemilihan calon pasangan hidup ditinjau dari keterlibatan ayah pada anak perempuan. *Jurnal Psikologi*, \*4\*(c), 59–64.
- Riswandi, R., Surahman, C., & Nugraha, R. H. (2025). Analisis perspektif mahasiswa Muslim Gen-Z terhadap isu marriage is scary. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, \*5\*(1), 10–25. <https://doi.org/10.53299/jppi.v5i1.893>
- Rossanti, F., Azhar, I. N., Putra, Y. V. W., Apriliani, B., Muslikah, & Mahfud, A. (2024). Isu-isu pernikahan dalam perspektif Gen Z. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, \*2\*(10), 127–133. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13959285>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. SAGE Publications.
- Talley, K. E. (2025). *Storied romance: A qualitative investigation of expectations through romantic life stories* [Doctoral dissertation, University of Kentucky]. UKnowledge.
- 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>
- Zainuddin, M. B. (2026). *Analisis motivasi Generasi Z dalam memilih menikah di usia yang matang di Desa Poda-Poda Kecamatan Tutar Kabupaten Polman* [Skripsi, IAIN Parepare].