

FENOMENA GHOSTING SEBAGAI PEMICU PERCERAIAN DI INDONESIA

Muhammad Jaidi

Institut Agama Islam (IAI) Darul Ulum Kandungan

mhmmdjaidi@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the Ghosting phenomenon as a trigger for divorce among Generation Z in Indonesia, focusing on its psychological impact on victims and gender dynamics within relationships. Using a mix-method approach, quantitative data was obtained from the 2024 statistics of the Ministry of Religion, which showed that Ghosting accounted for 8.4% of 408,347 divorce cases, while qualitative data was collected through in-depth interviews with 1,500 Millennial and Gen Z respondents across 12 major cities. The findings reveal that Ghosting reflects poor communication patterns and emotional instability, worsening marital conflicts in the digital age. Urbanization and technological access have exacerbated this trend, with West Java recording the highest number of cases (88,842). The research highlights the importance of premarital education and effective communication modules to help couples navigate modern challenges such as instant culture, economic pressures, and lack of emotional understanding. Psychological factors like low self-esteem and social anxiety also emerged as predictors of Ghosting behavior. Although this study provides insights into the relationship between Ghosting and divorce, its limitations lie in the minimal exploration of local cultural contexts and longitudinal analysis. Therefore, further research is needed to develop holistic and inclusive solutions.

Keywords: *A Trigger for Divorce, In Indonesia, The Phenomenon of Ghosting.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji fenomena Ghosting sebagai salah satu pemicu perceraian di kalangan Generasi Z di Indonesia, dengan fokus pada dampak psikologisnya terhadap korban serta dinamika gender dalam hubungan. Menggunakan pendekatan mix-method, data kuantitatif diperoleh dari statistik Kementerian Agama tahun 2024 yang menunjukkan bahwa Ghosting menyumbang 8,4% dari total 408.347 kasus perceraian, sementara data kualitatif dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan 1.500 responden Milenial dan Gen Z di 12 kota besar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ghosting mencerminkan pola komunikasi buruk dan ketidakstabilan emosional yang meningkatkan risiko keretakan rumah tangga, terutama di era digital. Urbanisasi dan akses teknologi juga memperburuk tren ini, dengan Jawa Barat mencatat kasus tertinggi (88.842 kasus). Penelitian ini menyoroti pentingnya edukasi pranikah dan modul komunikasi efektif untuk membantu pasangan menghadapi tantangan modern seperti budaya instan, tekanan ekonomi, dan minimnya pemahaman emosional. Faktor psikologis seperti harga diri rendah dan

kecemasan sosial turut menjadi prediktor perilaku Ghosting. Meskipun penelitian ini memberikan wawasan tentang hubungan antara Ghosting dan perceraian, keterbatasannya terletak pada minimnya eksplorasi konteks budaya lokal dan analisis longitudinal. Oleh karena itu, penelitian lanjutan diperlukan untuk menghasilkan solusi holistik yang inklusif.

Kata Kunci: *Fenomena Ghosting, Pemicu Perceraian, Indonesia.*

Pendahuluan

Fenomena *Ghosting* sebagai pemicu perceraian di Indonesia, terutama di kalangan Generasi Z, menjadi isu krusial yang perlu mendapat perhatian serius. Data tahun 2024 menunjukkan bahwa *Ghosting* menyumbang 8,4% dari total 408.347 kasus perceraian, menggarisbawahi urgensi masalah ini dalam dinamika hubungan modern. Secara akademik, fenomena ini penting karena mengungkap dampak negatif media sosial dan pola komunikasi buruk dalam merusak keharmonisan rumah tangga. Secara praktis, maraknya *Ghosting* mencerminkan tantangan hubungan di era digital, seperti ketidakpastian emosional dan krisis komitmen, yang dapat melemahkan institusi pernikahan. Selain itu, meningkatnya angka perceraian akibat *Ghosting* juga berdampak pada stabilitas sosial, ekonomi keluarga, serta psikologis individu, terutama di wilayah urban seperti Jawa Barat, yang mencatat kasus tertinggi. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang fenomena ini diperlukan untuk mengembangkan solusi preventif, seperti edukasi pranikah dan konseling, guna memperkuat ketahanan rumah tangga di tengah transformasi nilai-nilai sosial dan budaya instan yang berkembang pesat.

Penelitian terdahulu telah banyak membahas faktor-faktor penyebab perceraian seperti ketidakstabilan keuangan, kekerasan dalam rumah tangga, perselingkuhan, dan pergeseran nilai sosial terkait pernikahan. Media sosial juga telah diidentifikasi sebagai pemicu konflik perkawinan yang dapat menyebabkan perceraian. Namun, studi-studi sebelumnya masih minim dalam mengupas secara mendalam fenomena *Ghosting* sebagai salah satu pemicu perceraian, meskipun data menunjukkan bahwa *Ghosting* menyumbang 8,4% kasus perceraian pada tahun 2024. Selain itu, penelitian terdahulu kurang memperhatikan hubungan antara teknologi digital, dinamika gender, dan *Ghosting*, serta bagaimana fenomena ini memengaruhi keputusan perceraian. Representasi data regional, pandangan Generasi Z tentang *Ghosting*, serta dampak urbanisasi juga belum dieksplorasi secara komprehensif.

Konseling pranikah yang ada pun belum mencakup modul untuk mengatasi *Ghosting* secara spesifik. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kekurangan tersebut dengan fokus pada dampak psikologis *Ghosting*, pola perilaku berdasarkan gender, serta solusi praktis untuk mengurangi risiko perceraian di masa depan.

Penelitian ini bertujuan merespons kekurangan studi sebelumnya yang minim mengupas *Ghosting* sebagai pemicu perceraian di kalangan Generasi Z. Fokus utama adalah dampak psikologis *Ghosting*, seperti ketidakpastian dan keretakan emosional, serta dinamika gender dalam fenomena ini. Menggunakan pendekatan *mix-method*, data kuantitatif diperoleh dari statistik Kementerian Agama terkait tren perceraian tahun 2024, sementara data kualitatif dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan 1.500 responden Milenial dan Gen Z di 12 kota besar. Penelitian ini juga menyoroti pengaruh urbanisasi dan teknologi digital terhadap tren perceraian. Secara khusus, tulisan ini membahas bagaimana *Ghosting* berkontribusi pada ketidakstabilan rumah tangga, serta solusi praktis seperti edukasi pranikah dan modul komunikasi efektif untuk mengurangi risiko perceraian. Hasilnya diharapkan memberikan wawasan holistik tentang tantangan pernikahan modern di era digital.

Fenomena *Ghosting* yang semakin marak di era digital dan dampaknya terhadap stabilitas rumah tangga, khususnya di kalangan Generasi Z. Penelitian ini menguji hubungan antara penggunaan media sosial, komunikasi buruk, serta ketidakstabilan emosional sebagai variabel penyebab dengan tingginya angka perceraian sebagai variabel akibat. Hipotesis sementara menyatakan bahwa *Ghosting* berkontribusi signifikan terhadap keretakan hubungan pernikahan melalui mekanisme hilangnya kejelasan komunikasi, tekanan psikologis pada korban, dan erosi kepercayaan dalam rumah tangga. Selain itu, penelitian ini juga ingin memahami bagaimana faktor eksternal seperti tekanan ekonomi, budaya instan, dan perubahan nilai generasi memperburuk dampak *Ghosting*. Dengan pendekatan ini, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan tentang pentingnya edukasi pranikah dan strategi adaptasi terhadap tantangan modern untuk memperkuat ketahanan pernikahan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mix-method* yang menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif untuk mendapatkan gambaran komprehensif tentang fenomena *Ghosting* sebagai pemicu perceraian di kalangan Generasi Z di Indonesia. Data kuantitatif diperoleh dari berita online yang mencakup statistik resmi Kementerian Agama dan Badan Peradilan Agama terkait jumlah kasus perceraian pada tahun 2024, termasuk penyebab utama seperti perselisihan (61,7%), masalah ekonomi (20%), kekerasan dalam rumah tangga, dan *Ghosting* yang menyumbang sekitar 8,4% kasus. Data ini dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi pola tren berdasarkan wilayah geografis dan karakteristik demografis. Sementara itu, data kualitatif dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan responden dari 12 kota besar di Indonesia, melibatkan 1.500 orang dari Generasi Milenial dan Gen Z. Wawancara ini bertujuan untuk menggali perspektif personal tentang dampak media sosial, tekanan sosial-ekonomi modern, dan tantangan psikologis yang memengaruhi dinamika pernikahan.

Sumber data penelitian ini sepenuhnya berasal dari berita online yang menyajikan informasi relevan, termasuk hasil survei IDN Research Institute terhadap 1.500 responden. Artikel berita juga merujuk pada pandangan para ahli, seperti Direktur Bina Ketahanan Remaja Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, yang menyoroti peran media sosial, urbanisasi, dan perubahan nilai sosial sebagai pemicu keretakan rumah tangga. Teknik analisis konten digunakan untuk memahami hubungan antara *Ghosting*, ketidakstabilan emosional, dan perceraian. Pendekatan kombinasi ini menghubungkan data makro dengan konteks mikro individu, memberikan wawasan holistik tentang dinamika pernikahan modern di era digital. Penelitian ini juga mencatat distribusi geografis kasus perceraian untuk melihat pengaruh urbanisasi dan akses teknologi terhadap tren perceraian di Indonesia.

Hasil dan Pembahasan

Studi terbaru mengungkap kecenderungan pertama berupa peningkatan angka perceraian dan keterlambatan pernikahan di kalangan Milenial Indonesia dan Gen Z, yang disebabkan oleh ketidakstabilan keuangan, kekerasan dalam rumah tangga, perselingkuhan, serta perubahan sikap terhadap institusi pernikahan. Kecenderungan kedua menunjukkan peran signifikan media sosial dalam memicu konflik perkawinan,

termasuk *Ghosting* dan perselingkuhan, yang berujung pada tekanan psikologis dan keretakan hubungan. Faktor seperti komunikasi buruk, masalah ekonomi, egoisme pasangan, serta campur tangan keluarga juga menjadi penyebab utama perceraian, terutama dalam pernikahan dini. Kecenderungan ketiga adalah pergeseran nilai sosial yang membuat perceraian lebih diterima, terutama bagi wanita yang mencari kemandirian ekonomi, sementara Gen Z cenderung memprioritaskan karir dan pendidikan. Untuk mengatasi tantangan ini, konseling pranikah dinilai penting guna mempersiapkan calon pasangan secara emosional dan psikologis di tengah pengaruh era digital.

Studi terbaru menyoroti peningkatan tingkat perceraian dan keterlambatan pernikahan di kalangan Milenial Indonesia dan Gen Z. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap tren ini termasuk ketidakstabilan keuangan, kekerasan dalam rumah tangga, perselingkuhan, dan pergeseran sikap terhadap pernikahan.¹ Media sosial berperan penting dalam konflik perkawinan dan perselingkuhan.² Meningkatnya kasus perceraian, terutama yang diprakarsai oleh istri, dikaitkan dengan komunikasi yang buruk, masalah ekonomi, dan perselingkuhan.³ Pernikahan dini juga berkontribusi pada tingkat perceraian yang lebih tinggi.⁴ Gen Z cenderung memprioritaskan karir dan pendidikan daripada pernikahan, dipengaruhi oleh tekanan sosial dan perubahan nilai.⁵ Era digital telah mengubah perilaku komunikasi, mengurangi interaksi tatap muka.⁶ Untuk mengatasi tantangan ini, konseling pranikah sangat penting, terutama bagi Gen Z, untuk mempersiapkan mereka secara emosional dan psikologis untuk

¹ Azizah Fadhilah Adhani dan Acep Aripudin, "Perspektif Generasi Z di Platform X Terhadap Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia," *J-KI: Jurnal Komunikasi Islam* 5, no. 1 (Juni 2024): 185–98, <https://doi.org/10.53429/j-kis.v5i1.1001>.

² M. Saeful Amri, "Mitsaqan Ghalidza di Era Disrupsi (Studi Perceraian Sebab Media Sosial)," *Ulul Albab: Jurnal Studi dan Penelitian Hukum Islam* 3, no. 1 (Januari 2020): 89, <https://doi.org/10.30659/jua.v3i1.7496>.

³ Nibras Syafriani Manna, Shinta Doriza, dan Maya Oktaviani, "Ceraai Gugat: Telaah Penyebab Perceraian Pada Keluarga di Indonesia," *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora* 6, no. 1 (Maret 2021): 11, <https://doi.org/10.36722/sh.v6i1.443>.

⁴ Fathur Rahman Alfa, "Pernikahan Dini dan Perceraian di Indonesia," *Jurnal Ilmiah Ahwal Syakhshiyah (JAS)* 1, no. 1 (Juni 2019): 49, <https://doi.org/10.33474/jas.v1i1.2740>.

⁵ Herliana Riska dan Nur Khasanah, "Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z," *Indonesian Health Issue* 2, no. 1 (Februari 2023): 48–53, <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.44>.

⁶ Sirajul Fuad Zis, Nursyirwan Effendi, dan Elva Ronaning Roem, "Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial dan Generasi Z di Era Digital," *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial* 5, no. 1 (April 2021): 69–87, <https://doi.org/10.22219/satwika.v5i1.15550>.

komitmen pernikahan.⁷

Media sosial dan teknologi komunikasi digital memiliki dampak signifikan terhadap fenomena *Ghosting* dan perceraian. Penyalahgunaan media sosial dapat memicu perselingkuhan dan pertengkaran yang berujung pada perceraian.^{8;9} *Ghosting*, sebagai strategi pemutusan hubungan secara tiba-tiba melalui media sosial, menyebabkan tekanan psikologis pada korbannya.¹⁰ Faktor-faktor seperti kurangnya komunikasi, kecemburuan, dan kelalaian dalam tanggung jawab akibat penggunaan media sosial berlebihan berkontribusi pada meningkatnya angka perceraian.^{11;12} Pergeseran budaya, menurunnya nilai perkawinan, dan minimnya pemahaman agama juga berperan dalam fenomena ini.¹³ Harga diri yang rendah dan kecemasan sosial menjadi prediktor perilaku *Ghosting* pada pengguna aplikasi kencan.¹⁴

Perceraian dalam hubungan suami-istri dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosial. Harga diri rendah dan kecemasan sosial berkontribusi terhadap perilaku *Ghosting* yang dapat mengarah pada perceraian.¹⁵ Kondisi psikologis dan komunikasi yang buruk, serta sifat egois pasangan juga menjadi penyebab utama.¹⁶ Faktor lain meliputi kekerasan dalam rumah tangga, masalah ekonomi, dan krisis

⁷ Arum Septian Putri, Azmi Wiantina, dan Miftachuddin Miftachuddin, "Pentingnya Konseling Pranikah Bagi Gen Z," *JIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 7, no. 9 (September 2024): 10176–84, <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i9.5750>.

⁸ Aulia Nursyifa dan Eti Hayati, "Upaya Pencegahan Perceraian Akibat Media Sosial dalam Perspektif Sosiologis," *Jurnal Sosiologi Pendidikan Humanis* 5, no. 2 (Desember 2020): 144, <https://doi.org/10.17977/um021v5i2p144-158>.

⁹ Syafruddin Syam, "Pemicu Media Sosial dan Pengaruhnya Akibat Perselingkuhan: Fenomena Dalam Kehidupan Keluarga," *Al-Ussrah: Jurnal Al Ahwal As Syakhsyah* 11, no. 1 (Juni 2023), <https://doi.org/10.30821/al-ussrah.v10i1.15163>.

¹⁰ Liza Marini dan Vany Regina Sembiring, "Psychological Distress of *Ghosting* Victims," *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 16, no. 2 (November 2021): 47–50, <https://doi.org/10.32734/psikologia.v16i2.7312>.

¹¹ Ahmad Muthi Uddin, "Fenomena Dampak Negatif Media Sosial Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga," *Legitima: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 3, no. 2 (Juni 2021): 126–46, <https://doi.org/10.33367/legitima.v3i2.1538>.

¹² Azman Arsyad, "Tren Media Sosial terhadap Pengaruh Tingginya Perceraian di Kabupaten Pangkep," *Jurnal Al-Qadau: Peradilan dan Hukum Keluarga Islam* 7, no. 1 (Juni 2020): 83–92, <https://doi.org/10.24252/al-qadau.v7i1.14478>.

¹³ Amri, "Mitsaqan Ghalidza di Era Disrupsi (Studi Perceraian Sebab Media Sosial)."

¹⁴ Farah Fauziah Fitri dan Fransisca Fransisca Iriani Roesmala Dewi, "Perilaku *Ghosting* Pengguna Aplikasi Kencan: Harga Diri dan Kecemasan Sosial Sebagai Prediktor," *Jurnal Ilmiah Psyche* 17, no. 2 (Desember 2023): 99–108, <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v17i2.2790>.

¹⁵ Fitri dan Dewi.

¹⁶ Alfina Sari, Taufik Taufik, dan Afrizal Sano, "Kondisi Kehidupan Rumah Tangga Pasangan Sebelum Bercerai dan Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian," *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 4, no. 3 (Januari 2017): 41–51, <https://doi.org/10.29210/113400>.

moral.¹⁷ Pergeseran nilai sosial membuat perceraian tidak lagi tabu, terutama bagi wanita yang mencari kemandirian ekonomi.¹⁸ Pada pernikahan dini, faktor egois dan campur tangan keluarga sering memicu perceraian.¹⁹ Keputusan mengakhiri hubungan biasanya didasarkan pada ketidakfungsionalan suami, perselingkuhan berulang, dan penerimaan lingkungan sosial.²⁰

Studi tentang tren perceraian di kalangan Milenial dan Gen Z di Indonesia menyoroiti faktor-faktor seperti ketidakstabilan keuangan, kekerasan dalam rumah tangga, dan pengaruh media sosial, namun minim membahas fenomena *Ghosting* secara mendalam. Data terbaru menunjukkan *Ghosting* menyumbang 8,4% kasus perceraian pada 2024, dengan dampak psikologis signifikan bagi korban. Studi juga kurang menganalisis hubungan antara teknologi digital, dinamika gender, dan *Ghosting*, serta bagaimana hal ini memengaruhi keputusan perceraian. Selain itu, representasi data regional dan pandangan Gen Z tentang *Ghosting* belum dieksplorasi secara komprehensif. Solusi praktis seperti konseling pranikah belum mencakup modul untuk mengatasi *Ghosting*. Untuk memahami fenomena ini, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi dampak psikologis, pola perilaku *Ghosting* berdasarkan gender, dan pengaruh urbanisasi terhadap tren perceraian.

Arah baru penelitian dapat difokuskan pada eksplorasi mendalam tentang fenomena *Ghosting* sebagai pemicu perceraian di Indonesia, dengan menyoroiti dampak psikologisnya terhadap korban, seperti trauma dan depresi, serta dinamika gender yang mendasari perilaku tersebut. Penelitian juga perlu mengkaji hubungan antara penggunaan teknologi digital, seperti media sosial dan aplikasi kencan, dengan meningkatnya kasus *Ghosting* dalam pernikahan. Selain itu, analisis komparatif antara wilayah perkotaan dan pedesaan diperlukan untuk memahami bagaimana urbanisasi dan akses teknologi memengaruhi tren ini. Pandangan Gen Z tentang *Ghosting* dan

¹⁷ Badruddin Nasir, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perceraian Di Kecamatan Sungai Kunjang Kota Samarinda," *Psikostudia: Jurnal Psikologi* 1, no. 1 (Juni 2012): 31, <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v1i1.2172>.

¹⁸ Siti Nurul Nikmatul Ula, La Basri, dan Uswatul Mardiyah, "Fenomena Gugatan Cerai Dari Kalangan Istri Terhadap Suami (Studi Kasus Pada Pengadilan Agama Kabupaten Malang)," *Jurnal Noken: Ilmu-Ilmu Sosial* 6, no. 1 (Desember 2020): 63, <https://doi.org/10.33506/jn.v6i1.1125>.

¹⁹ Nina Munawara, Muhammad Hasan, dan Ardiansyah Ardiansyah, "Faktor-Faktor Penyebab Perceraian Pada Pernikahan Dini di Pengadilan Agama Kelas I-B Sambas," *Al-Usroh* 1, no. 2 (November 2021): 107–31, <https://doi.org/10.24260/al-usroh.v1i2.393>.

²⁰ Muhammad Zulfa Alfaruqy dan Endang Sri Indrawati, "Keputusan Mengakhiri Relasi Suami-Istri: Sebuah Studi Fenomenologis," *Psychopolytan: Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (Agustus 2021): 8–19, <https://doi.org/10.36341/psi.v5i1.1847>.

implikasinya terhadap keputusan menunda pernikahan atau memilih status *childfree* juga patut dieksplorasi. Terakhir, penelitian harus mencakup solusi praktis, seperti modul konseling pranikah yang membahas bahaya *Ghosting* dan strategi membangun komunikasi sehat, guna mengurangi risiko perceraian di masa depan.

Ghosting Menyebabkan Perceraian

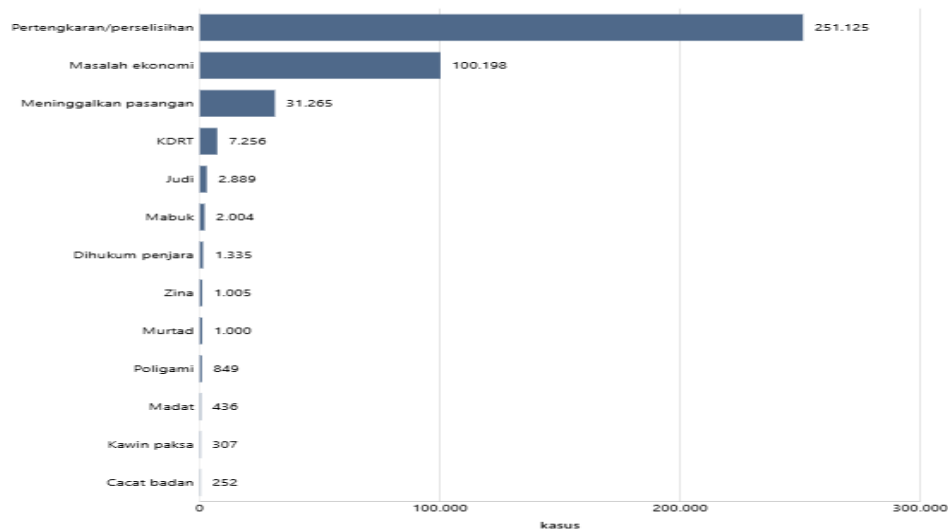


Gambar 1. Angka Perceraian di RI

Tingginya angka perceraian masih terjadi di Indonesia, Bunda. Sepanjang tahun 2024, angka perceraian di Tanah Air bahkan tembus sampai 408.347 kasus. Perceraian yang diajukan ini tentunya bukan tanpa alasan. Menurut Direktur Bina Ketahanan Remaja Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Edi Setiawan, dua hal yang menjadi pemicu perceraian adalah perselisihan serta kekerasan dalam rumah tangga. Edi menjelaskan kepada wartawan bahwa angka perselisihan bisa mencapai angka 61,5 persen. Tidak hanya itu, adanya masalah ekonomi turut menyumbang sekitar 20 persen. "Ini fakta yang kita dapat dari Kementerian Agama, ternyata kasus cerai itu disebabkan karena sebagian besar pertengkaran dan perselisihan dalam keluarga sebesar 61,7 persen, memang ada masalah ekonomi seperempat atau 20 persen-nya," tandas Edi kepada wartawan, Jumat (21/2/2025). Perceraian dikaitkan dengan perilaku *Ghosting*. Ketika dirinci lebih lanjut, terdapat temuan menarik dalam kasus perceraian ini, Bunda. Ternyata, perilaku *Ghosting* turut dikaitkan dengan perceraian sehingga menyumbang angka sekitar 8,4 persen. Dalam laporan, *Ghosting* didefinisikan pada pihak yang ditinggal pergi tanpa adanya kabar dalam kurun waktu yang lama. Terbanyak kedua adalah kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yakni sebanyak 1,3 persen.²¹

²¹ Mutiara Putri, "Angka Perceraian di RI Tembus 400 Ribu, Ghosting Jadi Salah Satu Penyebabnya," *moms-life*, diakses 29 Maret 2025, <https://www.haibunda.com/moms->

Data Statistik Penyebab Perceraian Tahun 2024



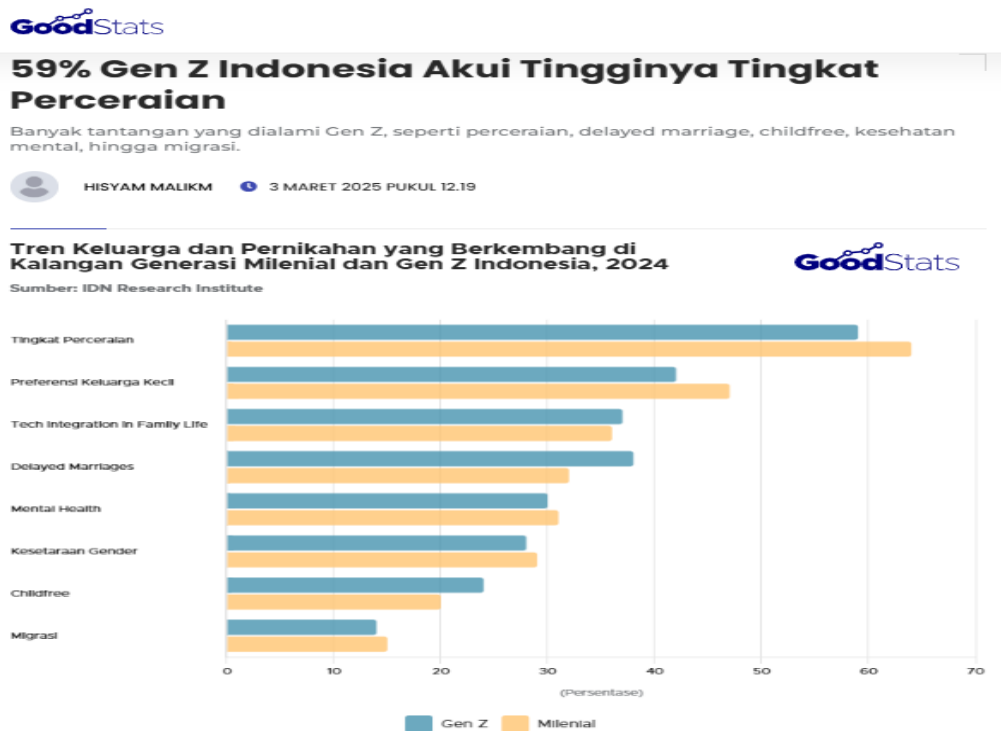
Gambar 2. Data Statistik Penyebab Perceraian Tahun 2024

Pada 2024 sebagian besar perceraian di Indonesia disebabkan oleh perselisihan dan pertengkaran terus-menerus, dengan jumlah 251.125 kasus, hampir 64% dari total kasus perceraian nasional. Faktor penyebab perceraian terbanyak berikutnya adalah masalah ekonomi (100.198 kasus), ada salah satu pihak yang meninggalkan pasangannya (31.265 kasus), dan kekerasan dalam rumah tangga atau KDRT (7.256 kasus). Kemudian ada masalah judi (2.889 kasus), mabuk (2.004 kasus), dihukum penjara (1.335 kasus), zina (1.005 kasus), dan murtad atau keluar dari agama (1.000 kasus). Ada pula perceraian yang dipicu oleh poligami (849 kasus), madat (436 kasus), kawin paksa (307 kasus), dan cacat badan atau disabilitas (252 kasus). Berdasarkan wilayah, perceraian paling banyak terjadi di Jawa Barat dengan 88.842 kasus. Disusul Jawa Timur 77.658 kasus dan Jawa Tengah 64.569 kasus. Sementara perceraian paling sedikit tercatat di Nusa Tenggara Timur (NTT), dengan 485 kasus perceraian sepanjang 2024.²²

life/20250221160740-68-360535/angka-perceraian-di-ri-tembus-400-ribu-ghosting-jadi-salah-satu-penyebabnya.

²² databoks.katadata.co.id, "Banyak Suami-Istri Cerai karena Pertengkaran pada 2024 | Databoks," diakses 29 Maret 2025, <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/67c530aeb6791/banyak-suami-istri-cerai-karena-pertengkaran-pada-2024>.

Perceraian di Kalangan Milenial dan Gen Z



Gambar 3. Perceraian di Kalangan Milenial dan Gen Z

Generasi Z, atau yang kerap disebut Gen Z, merupakan kelompok individu yang lahir sekitar tahun 1997 hingga 2012. Mereka tumbuh dan berkembang di tengah kemajuan teknologi digital yang pesat, dinamika sosial yang kompleks, serta perubahan global yang begitu cepat. Di satu sisi, Gen Z dikenal adaptif, kreatif, dan kritis; namun di sisi lain, mereka juga menghadapi beragam tantangan yang tidak ringan. Setiap generasi tentunya memiliki tantangan yang berbeda-beda. Tren perceraian menjadi salah satu tantangan yang diamini mayoritas Gen Z. Terdapat beberapa tren isu yang sedang dihadapi Gen Z menurut survei yang dilakukan oleh IDN Research Institute, mulai dari meningkatnya perceraian (59%), preferensi untuk keluarga kecil (42%), integrasi teknologi dalam kehidupan keluarga (37%), menunda pernikahan (38%), fokus dalam kesehatan mental (30%), kesetaraan gender (28%), childfree (24%), dan migrasi (14%). Masyarakat, terutama di kota besar, menghadapi ketidakstabilan pernikahan akibat tekanan hidup modern, seperti masalah finansial, jadwal kerja yang padat, dan kesulitan menyeimbangkan tanggung jawab pribadi dan profesional. Berdasarkan Badan Peradilan Agama, Mahkamah Agung mencatat 465.980 kasus perceraian pada tahun 2024. Meskipun banyak perceraian diajukan oleh perempuan, menyalahkan perempuan atas meningkatnya angka perceraian terlalu menyederhanakan masalah. Di Indonesia, banyak perceraian terkait dengan

ketidaksetaraan gender dan dinamika kekuasaan yang menempatkan perempuan dalam posisi subordinat, sering kali mengarah pada kekerasan dalam rumah tangga. Faktor ekonomi juga berperan, di mana perempuan bekerja untuk membantu ekonomi keluarga, sementara laki-laki seringkali tidak membagi tanggung jawab rumah tangga secara adil. Pertengkaran terus menerus masih menjadi penyebab utama terjadinya perceraian. Gen Z juga mengalami beragam tantangan dalam memikirkan preferensi keluarga kecilnya; bagaimana pola asuh, biaya pendidikan anak yang tidak murah, dan tentang masa depan keluarganya. Seperti kita ketahui biaya untuk memiliki rumah juga semakin melambung. Banyak faktor yang menjadikan tren seperti delayed marriages atau childfree menjadi perhatian Gen Z. Di antara yang menjadi faktor yaitu pergeseran pandangan tentang kebahagiaan dalam berkeluarga, faktor ekonomi yang menjadi beban, kekhawatiran dalam karier, kemapanan, serta ketakutan atas pernikahan dan sebagainya. Survei ini dilakukan oleh IDN Research Institute dari Maret hingga Agustus 2024, dengan total 1.500 responden yang terdiri dari 750 Generasi Milenial dan 750 Generasi Z. Adapun responden berada di 12 kota dan wilayah besar Indonesia, yaitu Jabodetabek, Bandung, Semarang, Yogyakarta, Surabaya, Denpasar, Medan, Palembang, Solo, Banjarmasin, Balikpapan, dan Makassar. Survei ini dilakukan dengan menggunakan kombinasi metode penelitian kuantitatif dan kualitatif, dengan mengumpulkan data melalui pengambilan sampel acak untuk memastikan representasi yang beragam dan melakukan wawancara mendalam.²³

Fenomena *Ghosting*, meskipun bukan penyebab utama, menjadi salah satu pemicu perceraian di Indonesia, terutama di kalangan Generasi Z. Data menunjukkan bahwa *Ghosting* berkontribusi sekitar 8,4 persen kasus perceraian nasional atau setara dengan 31.265 kasus pada 2024, sementara penyebab utama tetap didominasi oleh perselisihan (61,7 persen) dan masalah ekonomi (20 persen). *Ghosting* mencerminkan pola komunikasi yang buruk serta kurangnya tanggung jawab emosional, yang semakin lazim di era digital. Survei IDN Research Institute menunjukkan bahwa tren perceraian meningkat signifikan di kalangan Gen Z, dengan 59 persen responden mengakui dampak fenomena ini. Wilayah Jawa Barat mencatat angka perceraian tertinggi (88.842 kasus), menandakan tantangan besar dalam menjaga keharmonisan

²³ GoodStats Data, "59% Gen Z Indonesia Akui Tingginya Tingkat Perceraian," GoodStats Data, diakses 30 Maret 2025, <https://data.goodstats.id/statistic/59-gen-z-indonesia-akui-tingginya-tingkat-perceraian-KkP3x>.

rumah tangga. Untuk mengurangi tren ini, pasangan perlu membangun komunikasi efektif, pemahaman emosional, dan kesetaraan gender agar hubungan lebih stabil dan saling mendukung.

Maraknya fenomena *Ghosting* sebagai salah satu pemicu perceraian di Indonesia dapat dijelaskan melalui beberapa hubungan yang diteliti dalam penelitian terkait dinamika pernikahan modern. Pertama, pola komunikasi buruk menjadi faktor utama. Di era digital, di mana interaksi virtual semakin dominan, banyak pasangan cenderung menghindari konfrontasi langsung dan memilih untuk "menghilang" tanpa penjelasan, menciptakan ketidakpastian dan kehancuran kepercayaan. Kedua, tekanan sosial dan ekonomi modern berkontribusi pada ketidakstabilan emosional, membuat individu lebih rentan menarik diri dari hubungan sulit daripada berusaha menyelesaikan masalah. Ketiga, kurangnya pemahaman emosional dan tanggung jawab dalam pernikahan, terutama di kalangan Generasi Z, memperburuk fenomena ini. Budaya instan dan individualisme juga mendorong perilaku *Ghosting*, karena pasangan cenderung menghindari tanggung jawab emosional yang kompleks. Oleh karena itu, *Ghosting* tidak hanya mencerminkan krisis komunikasi, tetapi juga menunjukkan perlunya pendekatan edukatif untuk membangun hubungan sehat dan bertanggung jawab.

Penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan studi sebelumnya, menunjukkan kebaruan dalam temuan. Persamaannya adalah bahwa komunikasi buruk, masalah ekonomi, dan pergeseran nilai tetap menjadi penyebab utama perceraian. Media sosial juga masih diidentifikasi sebagai pemicu konflik, seperti perselingkuhan dan pertengkaran. Namun, kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap *Ghosting*, perilaku menghilang tanpa kabar yang semakin umum di era digital. Fenomena ini menciptakan ketidakpastian dan keretakan emosional, yang berujung pada perceraian. Penelitian juga menyoroti Generasi Z, yang cenderung lebih memilih karir dan pendidikan daripada pernikahan serta rentan terhadap budaya instan. Faktor psikologis seperti harga diri rendah dan kecemasan sosial, yang memicu *Ghosting*, menjadi dimensi baru dibandingkan penelitian sebelumnya. Hal ini menunjukkan perlunya edukasi emosional dan konseling pranikah untuk membantu pasangan menghadapi tantangan modern dalam hubungan.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa maraknya fenomena *Ghosting* sebagai pemicu perceraian mencerminkan tantangan hubungan di era digital yang

semakin kompleks. Hilangnya komunikasi secara tiba-tiba tanpa penjelasan menciptakan ketidakpastian, merusak kepercayaan, dan memperburuk kualitas hubungan. Makna utama dari temuan ini adalah pentingnya komunikasi terbuka dan tanggung jawab emosional dalam menjaga keharmonisan rumah tangga. Selain itu, perilaku *Ghosting* juga menunjukkan dampak negatif media sosial dan budaya instan, yang dapat melemahkan komitmen dalam pernikahan. Pergeseran nilai generasi muda, seperti prioritas pada karir dan pendidikan, serta minimnya pemahaman emosional, menjadi faktor tambahan yang memengaruhi stabilitas hubungan. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menggarisbawahi perlunya edukasi pranikah dan peningkatan kesadaran tentang pentingnya komunikasi efektif, pemahaman emosional, serta nilai-nilai tanggung jawab untuk membangun hubungan yang lebih sehat dan berkelanjutan di tengah perubahan zaman.

Meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya komunikasi sehat, tanggung jawab emosional, dan edukasi pranikah sebagai langkah preventif mengurangi angka perceraian. Temuan ini juga mendorong lembaga sosial, seperti konselor pernikahan atau agama, untuk lebih aktif memberikan panduan kepada pasangan, terutama Generasi Z, dalam membangun hubungan yang stabil di era digital. Namun, di sisi lain, terdapat disfungsi dari hasil penelitian ini. Salah satunya adalah risiko stereotip negatif terhadap generasi muda yang dianggap kurang serius dalam komitmen pernikahan tanpa melihat konteks tekanan sosial atau ekonomi yang mereka hadapi. Selain itu, fokus pada media sosial sebagai pemicu utama konflik dapat mengalihkan perhatian dari akar masalah lain, seperti ketidaksetaraan gender atau minimnya dukungan sistemik bagi keluarga. Oleh karena itu, hasil penelitian ini harus dijadikan dasar untuk menciptakan solusi holistik yang tidak hanya menyoroti individu, tetapi juga struktur sosial yang memengaruhi keberlangsungan rumah tangga.

Penelitian ini dapat menjadi landasan bagi tindakan kebijakan yang berfokus pada pencegahan dan penguatan hubungan pernikahan. Pertama, pemerintah dan lembaga terkait dapat memperkuat program konseling pranikah, terutama untuk Generasi Z, dengan menambahkan materi tentang komunikasi efektif, tanggung jawab emosional, serta dampak negatif media sosial dalam hubungan. Kedua, diperlukan kampanye edukasi publik untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga komitmen dalam pernikahan melalui dialog terbuka dan saling

mendukung. Ketiga, institusi agama dan masyarakat dapat berperan aktif menyediakan ruang diskusi atau kelompok pendukung bagi pasangan yang menghadapi masalah rumah tangga agar tidak berujung pada perceraian. Terakhir, pemerintah dapat memfasilitasi pelatihan keterampilan hidup (*life skills*) yang mencakup manajemen konflik, pengelolaan keuangan keluarga, dan pemahaman gender untuk membantu pasangan menghadapi tantangan modern. Dengan langkah-langkah ini, diharapkan angka perceraian dapat dikurangi dan kualitas hubungan rumah tangga di Indonesia dapat ditingkatkan secara signifikan.

Simpulan

Penelitian ini membangun kesadaran bahwa hubungan pernikahan bukan hanya soal cinta, tetapi juga komitmen, komunikasi, dan tanggung jawab emosional. Fenomena *Ghosting* mengajarkan bahwa di era digital, ketika interaksi semakin tergantikan oleh teknologi, menjaga keintiman dan kejelasan dalam berkomunikasi menjadi kunci untuk mencegah keretakan hubungan. Penelitian ini juga mengingatkan bahwa perubahan nilai generasi, tekanan ekonomi, dan budaya instan dapat memengaruhi stabilitas rumah tangga, sehingga pasangan perlu dipersiapkan secara mental dan emosional sebelum menikah. Selain itu, media sosial yang sering kali menjadi pemicu konflik juga bisa menjadi alat positif jika digunakan dengan bijak. Pelajaran utama dari penelitian ini adalah bahwa setiap hubungan membutuhkan upaya bersama, kesabaran, dan pemahaman mendalam untuk menghadapi tantangan modern, serta pentingnya dukungan sistemik seperti edukasi pranikah dan konseling untuk menciptakan keluarga yang harmonis dan berkelanjutan.

Penelitian ini memberikan kontribusi keilmuan melalui pengungkapan fenomena *ghosting* sebagai pemicu perceraian, yang memperkaya pemahaman tentang dinamika hubungan modern. Sumbangan data terkait peran media sosial, variabel psikologis seperti harga diri rendah, dan pendekatan terhadap Generasi Z menjadi acuan penting untuk studi lebih lanjut. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, seperti fokusnya yang masih umum pada tren perceraian tanpa menyelidiki secara mendalam konteks budaya lokal atau peran institusi agama dalam mitigasi konflik. Selain itu, minimnya analisis longitudinal membuat sulit untuk menilai dampak jangka panjang dari *ghosting*. Pembatasan lain adalah kurangnya eksplorasi faktor eksternal, seperti tekanan ekonomi global atau ketidaksetaraan gender, yang

juga memengaruhi stabilitas rumah tangga. Oleh karena itu, penelitian lanjutan perlu menggali aspek-aspek ini secara komprehensif agar hasilnya lebih aplikatif dan inklusif dalam berbagai konteks sosial dan budaya di Indonesia.

Daftar Pustaka

- Adhani, Azizah Fadhilah dan Acep Aripudin. "Perspektif Generasi Z di Platform X Terhadap Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia." *J-KIs: Jurnal Komunikasi Islam* 5, no. 1 (Juni 2024): 185–98. <https://doi.org/10.53429/j-kis.v5i1.1001>.
- Ahmad Muthi Uddin. "Fenomena Dampak Negatif Media Sosial Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga." *Legitima : Jurnal Hukum Keluarga Islam* 3, no. 2 (Juni 2021): 126–46. <https://doi.org/10.33367/legitima.v3i2.1538>.
- Alfa, Fathur Rahman. "Pernikahan Dini dan Perceraian di Indonesia." *Jurnal Ilmiah Ahwal Syakhshiyah (JAS)* 1, no. 1 (Juni 2019): 49. <https://doi.org/10.33474/jas.v1i1.2740>.
- Alfaruqy, Muhammad Zulfa, dan Endang Sri Indrawati. "Keputusan Mengakhiri Relasi Suami-Istri: Sebuah Studi Fenomenologis." *Psychopolytan : Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (Agustus 2021): 8–19. <https://doi.org/10.36341/psi.v5i1.1847>.
- Amri, M. Saeful. "Mitsaqan Ghalidza di Era Disrupsi (Studi Perceraian Sebab Media Sosial)." *Ulul Albab: Jurnal Studi dan Penelitian Hukum Islam* 3, no. 1 (Januari 2020): 89. <https://doi.org/10.30659/jua.v3i1.7496>.
- Arsyad, Azman. "Tren Media Sosial terhadap Pengaruh Tingginya Perceraian di Kabupaten Pangkep.." *Jurnal Al-Qadau: Peradilan dan Hukum Keluarga Islam* 7, no. 1 (Juni 2020): 83–92. <https://doi.org/10.24252/al-qadau.v7i1.14478>.
- Data, GoodStats. "59% Gen Z Indonesia Akui Tingginya Tingkat Perceraian." GoodStats Data. Diakses 30 Maret 2025. <https://data.goodstats.id/statistic/59-gen-z-indonesia-akui-tingginya-tingkat-perceraian-KkP3x>.
- databoks.katadata.co.id. "Banyak Suami-Istri Cerai karena Pertengkaran pada 2024 | Databoks." Diakses 29 Maret 2025. <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/67c530aeb6791/banyak-suami-istri-cerai-karena-pertengkaran-pada-2024>.
- Fitri, Farah Fauziyah, dan Fransisca Fransisca Iriani Roesmala Dewi. "Perilaku Ghosting Pengguna Aplikasi Kecan: Harga Diri dan Kecemasan Sosial Sebagai Prediktor." *Jurnal Ilmiah Psyche* 17, no. 2 (Desember 2023): 99–108. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v17i2.2790>.
- Manna, Nibras Syafriani, Shinta Doriza, dan Maya Oktaviani. "Cerai Gugat: Telaah Penyebab Perceraian Pada Keluarga di Indonesia." *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora* 6, no. 1 (Maret 2021): 11. <https://doi.org/10.36722/sh.v6i1.443>.
- Marini, Liza, dan Vany Regina Sembiring. "Psychological Distress of Ghosting Victims." *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 16, no. 2 (November 2021): 47–50. <https://doi.org/10.32734/psikologia.v16i2.7312>.
- Munawara, Nina, Muhammad Hasan, dan Ardiansyah Ardiansyah. "Faktor-Faktor Penyebab Perceraian Pada Pernikahan Dini di Pengadilan Agama Kelas I-B Sambas." *Al-Usroh* 1, no. 2 (November 2021): 107–31. <https://doi.org/10.24260/al-usroh.v1i2.393>.

- Nasir, Badruddin. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perceraian Di Kecamatan Sungai Kunjang Kota Samarinda." *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 1, no. 1 (Juni 2012): 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v1i1.2172>.
- Nursyifa, Aulia, dan Eti Hayati. "Upaya Pencegahan Perceraian Akibat Media Sosial dalam Perspektif Sosiologis." *Jurnal Sosiologi Pendidikan Humanis* 5, no. 2 (Desember 2020): 144. <https://doi.org/10.17977/um021v5i2p144-158>.
- Putri, Arum Septian, Azmi Wiantina, dan Miftachuddin Miftachuddin. "Pentingnya Konseling Pranikah Bagi Gen Z." *JlIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 7, no. 9 (September 2024): 10176–84. <https://doi.org/10.54371/jljp.v7i9.5750>.
- Putri, Mutiara. "Angka Perceraian di RI Tembus 400 Ribu, Ghosting Jadi Salah Satu Penyebabnya." *moms-life*. Diakses 29 Maret 2025. <https://www.haibunda.com/moms-life/20250221160740-68-360535/angka-perceraian-di-ri-tembus-400-ribu-ghosting-jadi-salah-satu-penyebabnya>.
- Riska, Herliana, dan Nur Khasanah. "Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z." *Indonesian Health Issue* 2, no. 1 (Februari 2023): 48–53. <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.44>.
- Sari, Alfina, Taufik Taufik, dan Afrizal Sano. "Kondisi Kehidupan Rumah Tangga Pasangan Sebelum Bercerai dan Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 4, no. 3 (Januari 2017): 41–51. <https://doi.org/10.29210/113400>.
- Syam, Syafruddin. "Pemicu Media Sosial dan Pengaruhnya Akibat Perselingkuhan: Fenomena Dalam Kehidupan Keluarga." *Al-Usrah : Jurnal Al Ahwal As Syakhsyah* 11, no. 1 (Juni 2023). <https://doi.org/10.30821/al-usrah.v10i1.15163>.
- Ula, Siti Nurul Nikmatul, La Basri, dan Uswatul Mardiyah. "Fenomena Gugatan Cerai Dari Kalangan Istri Terhadap Suami (Studi Kasus Pada Pengadilan Agama Kabupaten Malang)." *Jurnal Noken: Ilmu-Ilmu Sosial* 6, no. 1 (Desember 2020): 63. <https://doi.org/10.33506/jn.v6i1.1125>.
- Zis, Sirajul Fuad, Nursyirwan Effendi, dan Elva Ronaning Roem. "Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial dan Generasi Z di Era Digital." *Satwika : Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial* 5, no. 1 (April 2021): 69–87. <https://doi.org/10.22219/satwika.v5i1.15550>.