

## MULTIPERAN PEREMPUAN DAN KETAHANAN RUMAH TANGGA: ANALISIS HUKUM ISLAM TERHADAP PRAKTIK PEREMPUAN MODERN

Hanifah Vemilia Zia Azizah, Arif Husnul Khuluq  
Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember  
Email: [hanyvem2002@gmail.com](mailto:hanyvem2002@gmail.com)

### Abstract

*Women are a key factor in maintaining household resilience. However, social developments in the modern era have given rise to the phenomenon of multiple roles among married women with children, which is often viewed as potentially disruptive to family stability. This study aims to analyze the impact of multiple roles on household resilience, the strategies employed to achieve household resilience, and the perspectives of Islamic law on this practice. This study employed a descriptive qualitative approach, with data collection techniques including interviews, observation, and literature review. The results indicate that women's multiple roles are not always detrimental to household integrity; instead, they can strengthen household stability provided they manage their roles effectively, manage their time effectively, and receive family support. From an Islamic legal perspective, multiple roles are permissible (mubah) as long as household obligations are met and in accordance with sharia. This research provides a legal basis for modern women to balance social and family roles. The primary contribution of this research lies in its empirically based study of modern women's practices, analyzed from an Islamic legal perspective, with a focus on strengthening household resilience.*

**Keywords:** *Women's Multiple Roles; Household Resilience; Islamic Law.*

### Abstrak

Perempuan merupakan faktor utama dalam menjaga ketahanan rumah tangga. Namun, perkembangan sosial di era modern melahirkan fenomena multiperan pada perempuan yang telah menikah dan memiliki anak, yang kerap dipandang berpotensi mengganggu stabilitas keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak multiperan terhadap ketahanan rumah tangga, strategi yang dilakukan dalam mewujudkan ketahanan rumah tangga, serta pandangan hukum Islam terhadap praktik tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dan studi kepustakaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa multiperan perempuan tidak selalu menjadi faktor pengganggu keutuhan rumah tangga, sebaliknya multiperan dapat memperkuat stabilitas rumah tangga selama memiliki pengelolaan peran dan manajemen waktu yang baik, serta mendapatkan dukungan keluarga. Dalam perspektif hukum Islam, multiperan diperbolehkan (mubah) selama kewajiban dalam rumah tangga tetap terpenuhi dan sesuai syari'at, sehingga perempuan modern memiliki dasar hukum untuk menyeimbangkan peran sosial dan keluarga. Kontribusi utama dalam penelitian ini terletak pada kajian praktik perempuan modern yang berbasis data empirik yang dianalisis dalam perspektif hukum Islam dengan fokus penguatan ketahanan rumah tangga.

**Kata kunci:** Multiperan Perempuan; Ketahanan Rumah Tangga; Hukum Islam.

### PENDAHULUAN

Keluarga dalam perspektif Islam diawali dengan sebuah ikatan sakral dan di dalamnya terkandung tanggung jawab moral serta spiritual antara suami dan istri. Hal ini ditegaskan dalam Q.S. al-Nisa' [4]: 21 sebagai berikut:

وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا

Tentang *mistaqan ghalizan* (perjanjian yang kuat) antara suami dan istri (Hidayat, S. M., & Nazwa, 2023). Ikatan ini menuntut adanya kerja sama antara suami dan istri untuk mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah. Menjaga ketahanan keluarga menjadi pondasi utama dan aspek penting yang harus dijaga agar terciptanya kebahagiaan dan kesejahteraan dalam keluarga (Adi W. Gunawan, 2007).

Dalam kerangka tersebut, kaum perempuan menempati posisi yang strategis, baik sebagai istri maupun ibu. Dalam peran sebagai istri, perempuan berkewajiban untuk mendampingi suami serta mengelola rumah tangga (Kurniati.A, 2017). Peran sebagai ibu, perempuan memiliki kodrat yaitu mengandung, melahirkan, dan menyusui, serta membimbing, mendidik dan memberikan nilai-nilai moral dan agama (Qomariyah, 2020). Peranan ini yang memberikan posisi penting bagi perempuan dalam menjaga keutuhan dan kesejahteraan keluarga (Harahap et al., 2021).

Seiring perkembangan zaman dan modernisasi masyarakat, perempuan tidak lagi hanya berfokus pada tugas domestik saja, tapi mereka juga aktif berkontribusi dalam ranah pendidikan, dan pekerjaan (Hisyam et al., 2025), karena tuntutan kondisi yang mengharuskan mereka berperan ganda. Kondisi ini merupakan realitas yang umum terjadi di zaman sekarang dan dikenal dengan istilah multiperan perempuan dalam rumah tangga. Multiperan ini di satu sisi memberi kontribusi positif bagi perempuan juga terhadap keluarganya. Namun seringkali menimbulkan dilema atau konflik peran, terutama antara keinginan mengaktualisasikan potensi diri dan tuntutan tanggung jawab keluarga (Yunita, 2017). Hal ini antara lain disebabkan karena masih kuatnya pandangan bahwa seorang perempuan seharusnya mempunyai waktu lebih banyak untuk keluarganya (Djunaedi, 2018).

Dalam penelitian ini, keutuhan rumah tangga tidak hanya dimaknai sebagai keharmonisan antara suami dan istri serta orang tua dan anak, tetapi juga sebagai keberlangsungan institusi keluarga yang berjalan sesuai norma dan ketentuan hukum Islam. Hal ini mencakup pemenuhan hak dan kewajiban suami istri, pembagian peran domestik dan publik, serta pengasuhan anak. Dengan demikian, keutuhan rumah tangga dipahami sebagai perpaduan antara kesatuan relasional dan kesatuan normatif yang mengikat anggota keluarga secara moral, sosial, dan keagamaan.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji dampak multiperan perempuan terhadap keutuhan rumah tangga, serta strategi perempuan dalam menjaga ketahanan rumah tangga. Oleh karena itu, penulis menjadikan fokus penelitian pada beberapa rumusan masalah, yaitu: bagaimana dampak multiperan perempuan terhadap ketahanan rumah tangga, bagaimana strategi perempuan multiperan dalam menjaga ketahanan rumah tangga serta bagaimana pandangan hukum Islam terhadap hal tersebut. Diharapkan penelitian ini memberikan kontribusi dalam memberikan

pemahaman mendalam mengenai pengaruh multiperan perempuan terhadap ketahanan rumah tangga serta menghadirkan rekomendasi strategis yang dapat membantu perempuan menjaga keseimbangan dalam menjalankan berbagai peran sesuai dengan nilai-nilai Islam, sehingga ketahanan rumah tangga tetap terjaga.

Berdasarkan penelitian terdahulu, terdapat beberapa penelitian yang berkaitan membahas perempuan multiperan, diantaranya:

Pertama, Djunaedi yang meneliti tentang “Peran Ganda Perempuan dalam Menjaga Keharmonisan Rumah Tangga” dengan hasil permasalahan ekonomi di Kampung Soryar yang mendorong perempuan menjalankan peran ganda, baik untuk memenuhi kebutuhan keluarga atau bentuk aktualisasi diri. Perempuan tetap mampu menjaga keharmonisan keluarga dengan manajemen waktu dan komunikasi terbuka (Djunaedi, 2018).

Kedua, Ciek Julyati et. al., yang meneliti tentang “Peran Perempuan dalam Rumah Tangga dan Komunitas” menunjukkan perempuan yang menjalankan peran ganda di dalam kegiatan komunitas mengharuskan pengaturan waktu yang baik dan dukungan dari lingkungan (Hisyam et al., 2025).

Ketiga, Siti Rahmayani Mangnguluang et. al., yang meneliti tentang ”Hubungan Konflik Peran Ganda dengan Keharmonisan Keluarga pada Wanita Karir di Kota Makassar” menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara konflik peran ganda dengan keharmonisan keluarga. Semakin tinggi konflik peran ganda maka semakin rendah tingkat keharmonisan keluarga, dan sebaliknya. (Mangnguluang et al., 2023).

Perbedaan penelitian ini dengan beberapa penelitian sebelumnya terletak pendekatan analisis yang lebih kritis dalam menelaah dampak multiperan terhadap ketahanan rumah tangga dalam perspektif hukum Islam. Penelitian terdahulu masih menggunakan pendekatan deskriptif-empiris yang masih berfokus pada aspek keharmonisan keluarga, konflik peran ganda, dan manajemen waktu, serta memiliki keterbatasan metodologis karena belum mengaitkan temuan empiris dengan kerangka normatif hukum Islam dan belum menghadirkan perspektif normatif-ijtihadi. Dengan demikian artikel ini menawarkan sintesis antara empiris dan normatif Islam serta merumuskan strategi penyeimbangan peran berbasis nilai-nilai Islam sebagai kontribusi terhadap kajian hukum keluarga Islam.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena perempuan yang menjalankan multiperan dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Teknik wawancara digunakan sebagai metode utama untuk memperoleh data primer yang memuat

pengalaman, persepsi dan pandangan responden. Untuk memperkuat hasil wawancara, peneliti juga menyebarkan angket sebagai data pelengkap. Selain itu, untuk mendukung analisis data sekunder, penulis juga melakukan penelitian pustaka atau *library research* dengan mengkaji literatur ilmiah, seperti jurnal-jurnal, buku, dan penelitian terdahulu yang relevan sebagai data sekunder.

Wawancara dilakukan terhadap delapan informan yang sudah menikah dan memiliki anak dengan rentang usia 20-30 tahun terdiri dari 4 orang perempuan yang bekerja sambil menempuh pendidikan kuliah, 3 orang perempuan dengan status pekerja, dan 1 orang perempuan berstatus pelajar. Pemilihan informan menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan keterlibatan mereka dengan tema penelitian, pemahaman substansial terhadap konteks permasalahan, serta multiperan yang mereka jalankan. Metode wawancara dinilai lebih efisien dalam memperoleh data yang mendalam, namun metode ini memiliki kekurangan yaitu, memerlukan waktu yang relatif lama dan berpotensi subjektif. Oleh karena itu, peneliti menyusun pedoman wawancara yang terstruktur serta mengoptimalkan triangulasi data untuk memastikan objektivitas dan keabsahan data.

**Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian**

No	Peran yang Dijalani	Jumlah Informan
1.	Istri, Ibu, mahasiswa dan pekerja	4 orang
2.	Istri, ibu dan pekerja	3 orang
3.	Istri, ibu dan mahasiswa	1 orang

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Multiperan Perempuan dalam Ketahanan Rumah Tangga di Era Modern

Multiperan perempuan merupakan realitas yang tidak dapat dihindari seiring perkembangan sosial, pendidikan, dan ekonomi masyarakat. Kondisi di mana seorang perempuan tidak hanya terbatas menjalankan peran domestik sebagai istri dan ibu, tetapi juga aktif dalam ranah publik melalui pekerjaan, pendidikan maupun aktivitas sosial. Motivasi perempuan modern dalam menjalankan multiperan tidak semata-mata untuk menambah pendapatan keluarga, tetapi juga upaya pengembangan diri, menjaga kesehatan mental serta mengisi waktu luang dengan kegiatan yang bermakna. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh B dan S menyatakan bahwa ia ingin melakukan hal bermanfaat di luar rumah dan mengisi waktu luangnya lebih produktif dan bermakna.

Dalam perspektif *fiqh al-usrah*, keluarga dibangun dengan prinsip kerja sama dalam pemenuhan hak dan kewajiban, dengan menekankan keadilan dalam pembagian

tanggung jawab yang setara antara laki-laki dan perempuan. Fiqh gender juga memberikan ruang bagi perempuan untuk berkontribusi di berbagai ranah, meskipun tetap memerlukan dukungan reformasi sosial dan struktural agar keseimbangan peran dapat terwujud (Rizka et al., 2025). Fenomena ini sejalan dengan konsep maqasid al-syari'ah, dimana peran ganda perempuan dapat diterima selama membawa kemaslahatan bagi keluarga dan masyarakat serta tidak menimbulkan mafsadah (Siregar & Hasanah, 2025). Selain itu, perubahan peran perempuan modern merupakan perkembangan urf yang diterima selama tidak bertentangan dengan prinsip syariat dan perempuan tetap menjalankan tanggung jawab keluarga.

### **Dampak Multiperan Perempuan Modern terhadap Ketahanan Rumah Tangga**

Perempuan yang menjalankan peran ganda menghadapi berbagai konsekuensi yang memiliki pengaruh nyata terhadap ketahanan rumah tangga, baik secara positif maupun negatif. Namun demikian, dampak tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan sangat ditentukan oleh efektivitas manajemen waktu, pengelolaan peran secara proporsional, serta kualitas komunikasi dalam relasi suami istri. Berdasarkan temuan penelitian, dampak tersebut dapat dipahami sebagai berikut.

Secara positif, aktivitas di luar rumah membantu menjaga stabilitas emosi perempuan. Perempuan cenderung memiliki ruang untuk menyalurkan energi, fokus, dan kemampuan manajemen waktu, serta membantu mengurangi kejenuhan akibat rutinitas domestik yang monoton, sehingga emosi lebih stabil dan tidak mudah tersulut. Sebagaimana yang diungkapkan oleh K, aktivitas di luar rumah memberinya kesempatan untuk *healing/me time*. Pernyataan serupa juga disampaikan oleh N yang merasakan bahwa aktivitas mengajar memberinya ruang untuk *refereshing* sekaligus memperkuat hafalan. Hal lain juga diungkapkan oleh J bahwa berbagai aktivitas tersebut membuatnya tidak bosan melakukan satu pekerjaan saja. Dalam perspektif maqasid al-syari'ah, kondisi ini sejalan dengan prinsip *hifz al-nafs* (menjaga jiwa), karena aktivitas di luar rumah mampu memulihkan emosional perempuan dapat dipahami sebagai upaya menjaga kemaslahatan keluarga.

Produktivitas perempuan juga berperan menjaga kesehatan mental. Aktivitas di ranah sosial dan pendidikan menjadi sarana untuk mengurangi rasa stres, serta memberikan hiburan psikologis dan menjaga kesehatan mental perempuan. (Norma et al., 2024). Hal ini sejalan dengan temuan program *Aiyna* yang melibatkan perempuan pesisir dalam kegiatan produktif, seperti mengolah nira menjadi gula dan mengolah biji jeruju menjadi *body scrub*. Aktivitas tersebut terbukti membantu mengurangi stres dan meningkatkan ketahanan mental perempuan (Sari et al., 2025). Temuan ini dikuatkan oleh wawancara dengan informan SB dan D mereka menyatakan bahwa aktivitas produktif membantu perempuan mengisi waktu dengan hal-hal bermanfaat, sehingga terhindar dari

stres maupun perilaku kurang sehat seperti penggunaan media sosial yang berlebihan. Upaya ini termasuk bagian dari perlindungan jiwa (*hifz al-nafs*).

Selain itu, keterlibatan perempuan di ranah publik mendorong meningkatkan kerja sama suami istri. Kesadaran bahwa istri memikul beban fisik dan mental menumbuhkan empati dan dukungan dari suami, sehingga tercipta pola komunikasi dan kerja sama yang lebih berkualitas. Sebagaimana pernyataan yang diungkapkan oleh SB dan SG bahwa ia dan suaminya terbiasa saling menguatkan dan mendukung satu sama lain. Pemahaman suami terhadap tanggung jawab ganda yang dijalankan istri, serta sikap istri yang menghargai peran suami dalam menopang keluarga, menjadi faktor penting dalam membangun hubungan yang lebih harmonis dan suportif. Dalam Hukum Islam, konsep kemitraan antar suami istri merupakan syarat mutlak awal terjadinya pelaksanaan fungsi keluarga (Royhan, 2023). Oleh karena itu, multiperan dapat memperkuat ketahanan keluarga apabila disertai komunikasi yang efektif dan pembagian peran yang adil.

Perempuan yang tetap melanjutkan pendidikan di tengah kesibukan rumah tangga menunjukkan kematangan berpikir dan spiritual yang lebih terarah. Aktivitas belajar memperluas wawasan serta meningkatkan kualitas komunikasi dengan pasangan melalui diskusi rutin dan saling berbagi pemahaman. Sebagaimana yang diungkapkan oleh SN yang merasakan bahwa menuntut ilmu membantu menjaga semangat dan memperbaiki komunikasi dengan suami. Hal serupa diungkapkan oleh D bahwa aktivitas belajar membuat iman lebih terisi dan memberikan pelajaran baru yang berdampak positif pada keharmonisan rumah tangga serta cara mendidik anak. Informan S menambahkan, pendidikan mendorong diskusi dengan suami sehingga tercipta pemahaman yang lebih intens dan saling menghargai. Kondisi ini sejalan dengan perspektif *maqasid al-syari'ah* dalam menjaga agama (*hifz al-din*), karena peningkatan spiritualitas berdampak pada keharmonisan keluarga.

Keterbatasan waktu akibat peran ganda justru mendorong sebagian perempuan untuk lebih menghargai dan memaksimalkan momen kebersamaan dengan keluarga. Salah satu risiko peran ganda bagi perempuan adalah keterbatasan waktu untuk keluarga. SB menyampaikan bahwa dengan adanya tanggung jawab di luar rumah membuat semakin menghargai waktu bersama keluarga, sehingga kebersamaan terasa lebih berkualitas. Dengan demikian, kesadaran bahwa waktu bersama terbatas membuat interaksi suami, istri, dan anak menjadi lebih intens dan bermakna, sehingga membantu memperkuat bonding keluarga, mengurangi jarak emosional, dan mendukung terciptanya suasana rumah yang hangat serta harmonis. Dalam prinsip keluarga sakinah, mawaddah, dan rahmah dalam Islam: optimalisasi waktu kebersamaan dapat dipahami sebagai salah satu pondasi dalam menjaga keharmonisan rumah tangga (Firdaus, 2026).

Pengalaman dalam menjalankan peran juga membentuk kedewasaan dan kapasitas pengambilan keputusan. Fleksibilitas dan tanggung jawab yang dilatih membentuk cara pikir yang lebih tenang dan bijaksana. Sejalan dengan pendapat bahwa perempuan berkarier cenderung lebih moderat dan tidak otoriter dalam mendidik anak, kemampuan ini membantu mereka menemukan solusi yang tepat saat muncul masalah rumah tangga. Kematangan berpikir inilah yang menjadi bekal penting dalam menjaga ketahanan rumah tangga (Norma et al., 2024). Kematangan dalam pengambilan keputusan ini sejalan dengan prinsip kemaslahatan dalam Islam, karena berkontribusi pada terjaganya keharmonisan serta pencegahan konflik dalam keluarga.

Namun demikian, multiperan perempuan juga menimbulkan dampak negatif jika tidak dikelola dengan baik. Kelelahan fisik dan mental menjadi dampak yang paling sering dirasakan akibat padatnya aktivitas di ranah domestik dan publik. Ketidakseimbangan beban berpotensi menimbulkan tekanan emosional serta terbatasnya waktu untuk beristirahat dan memulihkan kondisi diri. Islam menekankan prinsip keadilan yang mengharuskan adanya pembagian tugas yang adil dalam kehidupan rumah tangga, hal ini sejalan dengan konsep mubadalah yang menekankan saling dukung secara emosional (Daharis et al., 2025). Oleh karena itu, kondisi tersebut berpotensi menimbulkan ketidakseimbangan peran yang bertentangan dengan prinsip keadilan (*adl*) apabila pembagian peran tidak dilakukan secara proporsional.

Konflik peran juga kerap muncul ketika perempuan dihadapkan pada tuntutan yang saling bertentangan dalam waktu bersamaan, konflik peran yaitu suatu kondisi psikologis yang dialami seseorang ketika dihadapkan pada dua atau lebih tuntutan peran yang saling bertentangan (Liputan6, 2024). Konflik peran yang tidak tertangani tidak hanya berdampak pada tekanan psikologis, tetapi juga berdampak pada ketahanan hubungan keluarga. Informan B dan K mengungkapkan bahwa keduanya sering mengalami konflik peran dalam menjalankan tanggung jawab sehari-hari, mereka merasa kesulitan membagi fokus ketika harus menyelesaikan pekerjaan di tengah kebutuhan anak yang menangis dan meminta pendampingan. Hal ini sejalan dengan temuan Siti Rahmayani Mangnguluang, dkk., yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konflik peran ganda dan keharmonisan keluarga pada wanita karir di Kota Makassar. Tingginya konflik peran menyebabkan berkurangnya keharmonisan keluarga (Mangnguluang et al., 2023). Oleh karena itu dalam perspektif hukum Islam, menekankan adanya komunikasi yang terbuka dan pembagian peran yang adil antar pasangan untuk menjaga kemaslahatan dan mencegah mudarat dalam kehidupan rumah tangga.

Padatnya aktivitas sering kali menurunkan kualitas komunikasi dengan pasangan. Interaksi menjadi terbatas pada hal-hal yang bersifat fungsional sehingga berpotensi

menimbulkan jarak emosional. Dalam jangka panjang, miskomunikasi berulang dapat memicu kesalahpahaman, serta berpotensi memicu konflik dalam kehidupan rumah tangga. SB menyampaikan bahwa miskomunikasi adalah dampak negatif yang paling terasa dalam menjalankan peran ganda. Ia mengungkapkan “Yang paling terasa biasanya hanya soal miskomunikasi dengan pasangan, karena kesibukan yang cukup padat, kadang ada hal kecil yang terlewat disampaikan atau ada perbedaan pemahaman.” Dalam hukum Islam, menjaga komunikasi yang baik antar pasangan merupakan pondasi utama dalam menjaga keharmonisan keluarga. Oleh karena turunya kualitas komunikasi akibat peran ganda perlu diatasi melalui komitmen bersama.

Selain itu, tidak optimalnya pelaksanaan peran akibat beban multiperan juga menjadi tantangan tersendiri. Pembagian waktu dan energi yang terbatas antara pekerjaan, keluarga, dan pendidikan menyebabkan menurunnya fokus serta kualitas pelaksanaan peran, terutama sebagai istri dan ibu, seperti berkurangnya waktu dalam pengasuhan anak maupun pengelolaan rumah tangga sering kali memunculkan perasaan bersalah, stres, dan ketidakpuasan pribadi pada diri perempuan. Kondisi ini dapat membuat rumah tangga menjadi berantakan dan memicu pertengkaran, bahkan perceraian jika tidak disertai sikap saling memahami (Norma et al., 2024). SB, J dan SN mengungkapkan bahwa ia merasa belum dapat menjalankan kewajiban rumah tangganya secara maksimal dalam menjalankan multiperan. Dalam perspektif hukum Islam, perempuan memiliki kewajiban dalam mengelola rumah tangga. Namun, beban multiperan dapat berpotensi menyebabkan kemudharatan apabila tidak diimbangi dengan kerja sama antar pasangan.

Dengan demikian, multiperan perempuan bukan merupakan faktor utama yang secara langsung menentukan kuat atau lemahnya ketahanan rumah tangga. Dampaknya sangat ditentukan dengan oleh pengelolaan peran, pembagian waktu yang proporsional, serta komitmen bersama dalam menjaga kemaslahatan keluarga. Temuan ini menunjukkan hukum Islam memiliki fleksibilitas dalam merespons perubahan sosial, sepanjang kemaslahatan, keadilan, dan kemitraan tetap dijadikan landasan utama dalam kehidupan rumah tangga.

**Tabel 2. Dampak Multiperan Perempuan Modern terhadap Ketahanan Rumah Tangga**

No	Dampak Positif	Dampak Negatif
1.	Emosi perempuan lebih stabil	Kelelahan fisik dan mental
2.	Kesehatan mental lebih terjaga	Konflik peran dalam keluarga
3.	Kerja sama suami istri meningkat	Menurunnya kualitas komunikasi pasangan

4.	Kematangan spritual dan komunikasi pasangan	Peran domestik tidak optimal
5.	Kualiatas kebersamaan keluarga meningkat	-

### Upaya atau Strategi Perempuan dalam Menghadapi Tantangan Multiperan

Agar rumah tangga perempuan multiperan tetap harmonis dan utuh, diperlukan strategi yang tepat. Berdasarkan hasil penelitian, komunikasi yang aktif dan terbuka menjadi kunci utama dalam menjaga ketahanan rumah tangga. Melalui komunikasi yang intens, pasangan dapat saling memahami peran, tanggung jawab dan dinamika kesibukan masing-masing sehingga mengurangi potensi konflik. Mayoritas informan menerapkan teknik komunikasi ini dengan saling membuka informasi terkait pekerjaan yang sedang mereka jalankan, sehingga tercipta pemahaman dalam relasi suami istri. Dalam perspektif Islam, praktik ini mencerminkan prinsip musyawarah dalam menjaga keharmonisan rumah tangga, karena dialog yang terbuka dapat meminimalkan adanya potensi konflik (Syarifudin, 2024).

Selain komunikasi, manajemen waktu yang efektif menjadi strategi penting dalam menyeimbangkan peran domestik dan publik. Perencanaan waktu yang matang, penetapan skala prioritas, serta pembagian tugas yang proporsional membantu perempuan mengurangi tekanan emosional dan kelelahan fisik, serta tetap memiliki waktu berkualitas bersama keluarga. Menurut Wolfman (1989) menjelaskan bahwa salah satu cara mengurangi terjadinya konflik peran ganda adalah kemampuan seorang wanita dalam mengatur waktu dengan bijaksana (Maharani, 2019). Manajemen waktu yang baik menjadi salah satu upaya dalam mewujudkan keluarga sakinah.

Strategi lainnya adalah membangun hubungan yang suportif dan penuh kasih sayang dengan pasangan. Dukungan emosional pasangan dapat membantu mengurangi beban psikologis dan memperkuat ikatan keluarga. Hubungan yang dibangun atas dasar saling mendukung dan memahami mencerminkan nilai mawaddah dan rahmah, di mana suami dan istri saling memberikan kasih sayang untuk menjaga ikatan emosional dan kedekatan antara pasangan (Firdaus, 2026).

Di tengah berbagai aktivitas yang dijalankan, perempuan multiperan juga berupaya meluangkan waktu yang berkualitas bersama keluarga sebagai bentuk penguatan emosional. SB menyatakan bahwa ia rutin melakukan kebiasaan *deep talk* dengan suaminya untuk menjaga keterbukaan dan saling memahami, Ia menambahkan bahwa adanya *support system* yang kuat membuat beban psikologis terasa lebih ringan. Hal ini dapat terwujud karena perempuan memahami strategi yang tepat serta adanya kerja sama dan dukungan dari suami, sehingga tanggung jawab perempuan di ranah domestik dan publik dapat terlaksana secara seimbang dan optimal. Dalam perspektif

Islam, strategi yang dijalankan perempuan multiperan tersebut mencerminkan nilai musyawarah melalui komunikasi terbuka dan pembagian tugas yang seimbang. Upaya ini juga mendukung terwujudnya keluarga sakinah, mawaddah, dan rahmah, di mana hubungan suami istri dibangun atas ketenangan, cinta, dan kasih sayang.

Dengan demikian, ketahanan keluarga tetap dapat terwujud meskipun perempuan menjalankan multiperan. Keberhasilan tersebut sangat ditentukan oleh penerapan strategi yang tepat dalam pengelolaan peran. Dalam perspektif hukum Islam, strategi tersebut mencerminkan prinsip musyawarah, keadilan, serta upaya menjaga kemaslahatan keluarga.

### **Pandangan Hukum Islam terhadap Perempuan Multiperan**

Nabi Muhammad ﷺ membawa ajaran Islam dan membarui kebudayaan masyarakat jahiliyyah dengan memuliakan dan mengangkat harkat dan martabat perempuan (Adinugraha, 2018). Pada masa jahiliyyah, kedudukan perempuan dipandang rendah dan dianggap sebagai beban sosial serta ekonomi (Hidayat, S. M., & Nazwa, 2023). Begitu Islam datang, perempuan menempati posisi yang sangat terhormat (Hidayat, S. M., & Nazwa, 2023). Sebagaimana dalil dalam Al-Quran dan Hadis yang memposisikan perempuan pada kedudukan yang mulia, diantaranya Q.S An-Nahl: 97:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ  
“Barangsiapa mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka pasti akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.” Ayat ini menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki hak dan tanggung jawab yang seimbang sesuai fitrah dan ketentuan syariat. Pemahaman ini dikuatkan oleh penafsiran terhadap Surat Al-Ahzab ayat 33, yang menegaskan bahwa Islam tidak melarang perempuan keluar rumah, melainkan isyarat yang halus bahwa perempuan juga makhluk sosial yang juga memiliki hak untuk keluar dengan alasan-alasan tertentu (Silimia Adawiya, n.d.).

Dalam konteks masyarakat modern, perempuan dituntut untuk memiliki peran yang multi-dimensi, tidak hanya sebagai ibu rumah tangga, tetapi juga sebagai individu yang berpendidikan tinggi, berwawasan luas, beretika dan berperan penting dalam membentuk generasi yang berkualitas (Nurliana, 2010). Keterlibatan mereka di ranah publik juga menjadi bekal dalam menjalankan perannya sebagai istri dan ibu, dalam membangun keluarga yang berkualitas dan harmonis tanpa mengabaikan urusan rumah tangga ((Yunita et al., 2024). Pada masa Nabi Muhammad, perempuan memiliki peran di berbagai sektor, seperti peran Ummu Sulaim dalam membantu pasukan muslim dan beberapa wanita Anshor yang membantu membawakan air serta mengobati yang terluka. Selain itu, Sejarah juga mencatat peran istri-istri Nabi sebagai perempuan karir, antara

lain, seperti Siti Khadijah yang sukses dalam bisnis dan mendukung dakwah Nabi, serta Siti Aisyah yang aktif mengajar sahabat bahkan turut serta dalam Perang Jamal (Yunita et al., 2024).

Pandangan ulama madzhab menunjukkan adanya variasi dalam interpretasi hukum Islam dalam memahami peran perempuan. Mazhab Hanafi dan Maliki cenderung lebih fleksibel dan menerima perempuan berperan ganda asalkan sesuai dengan ketentuan syari'at. Sementara itu, Mazhab Syafi'i dan Hanbali lebih menekankan peran utama perempuan dalam pengelolaan rumah tangga. Namun, seiring perubahan sosial dan ekonomi di masyarakat modern, fatwa kontemporer memandang bahwa perempuan memiliki hak berkarir selama tetap mampu memenuhi tanggung jawab keluarga serta tidak merusak nilai-nilai Islam (Norhilma, 2024). Sementara ulama kontemporer Yusuf al-Qaradawi menyatakan bahwa perempuan diperbolehkan beraktivitas di luar rumah selama membawa maslahat dan tidak menimbulkan kemudharatan (Alfi & Nabila, n.d.). Hal ini menunjukkan hukum Islam bersifat fleksibel dalam merespon perubahan sosial serta dapat menyesuaikan dengan kebutuhan masyarakat modern.

Dalam pendekatan fiqh kontekstual, hukum perempuan beraktivitas di luar rumah dipahami dengan mempertimbangkan perubahan ekonomi dan sosial masyarakat. Meningkatnya status sosial serta peluang kerja bagi perempuan menuntut reinterpretasi terhadap peran perempuan dalam masyarakat (Rizka et al., 2025). Selain itu, kebutuhan pribadi maupun tuntutan ekonomi keluarga menjadi faktor penting, sehingga pelarangan mutlak terhadap aktivitas di luar rumah tidak relevan dengan dinamika sosial saat ini. Pendekatan maqasid al-syari'ah, menunjukkan tujuan utama syari'at adalah menjaga agama (hifz ad-din), jiwa (hifz an-nafs), akal (hifz al-aql), keturunan (hifz an-nasb), dan harta (hifz al-mal). Keterlibatan perempuan di sektor publik yang didasari niat yang baik dan diiringi keseimbangan tanggung jawab domestik dapat membawa kemaslahatan bagi keluarga dan masyarakat (Siregar & Hasanah, 2025). Sementara itu, fiqh al-awlawiyyat mendahulukan hal-hal yang lebih penting dan mendesak (Ezha et al., 2025). Dalam perempuan multiperan, prioritas utama tetap pada ranah domestik. Namun, ketika kebutuhan pribadi dan keluarga menuntut perempuan berperan di ranah publik, aktivitas tersebut dapat menjadi prioritas yang dapat dijalankan selama tidak menimbulkan kemudharatan dalam kehidupan rumah tangga.

Dengan demikian, dalam perspektif fiqh, hukum perempuan multiperan bersifat dinamis dan bergantung pada kemaslahatan. Perempuan diperbolehkan beraktivitas di luar rumah selama memenuhi ketentuan syariat, seperti izin suami, menjaga adab, kehormatan, tanggung jawab keluarga, serta kewajiban kepada Allah (Nurliana, 2010) atau karena keadaan mendesak (Syariah et al., 2019). Namun, harus dipahami bahwa kebutuhan mendesak ini harus ditentukan dengan kadar yang sesuai dengan kaidah

(Syariah et al., 2019). Apabila aktivitas tersebut menimbulkan kemudharatan atau menyebabkan kelalaian terhadap kewajiban rumah tangga, maka hendaknya ditinggalkan (Supriyono, 2019). Hukum tersebut dapat berubah menjadi haram apabila perempuan melanggar prinsip-prinsip syariat Islam (Nurliana, 2010) ataupun hukum itu dapat menjadi wajib apabila perempuan memiliki kebutuhan yang mendesak bagi dirinya maupun keluarga.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa multiperan perempuan sebagai istri, ibu, individu berpendidikan, dan pelaku aktivitas publik merupakan pilihan yang membawa dampak positif maupun negatif bagi kehidupan rumah tangga. Peran ganda tersebut dapat dijalankan secara lebih seimbang apabila perempuan mampu menerapkan strategi pengelolaan peran dan manajemen waktu secara efektif.

Dalam perspektif hukum Islam, perempuan memiliki peran utama sebagai pengelola rumah tangga, namun aktivitas di luar rumah tetap diperbolehkan selama memenuhi ketentuan syariat serta tidak mengabaikan kewajiban rumah tangga. Temuan ini memperlihatkan bahwa hukum Islam memiliki fleksibilitas dalam merespon perubahan sosial masyarakat, termasuk meningkatnya keterlibatan perempuan di ranah publik. Karena itu, kerja sama antar suami dan istri serta adanya pembagian peran yang seimbang menjadi faktor utama agar multiperan perempuan tidak memicu konflik, melainkan justru memperkuat kesejahteraan keluarga.

Penelitian ini berkontribusi memperkaya kajian fiqh keluarga kontemporer melalui penyajian data empiris mengenai praktik multiperan perempuan modern dalam mempertahankan keutuhan keluarga. Oleh sebab itu, program pendidikan pranikah dan program pembinaan keluarga perlu memberikan perhatian pada kesiapan pasangan dalam menjalani dinamika peran ganda, pengelolaan konflik serta pembagian peran dalam rumah tangga. Berdasarkan temuan tersebut, penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk mengkaji multiperan laki-laki atau keluarga lain untuk melihat dinamika multiperan secara dua arah.

## DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an al-karim

(Yunita et al., 2023). (2024). Perempuan karir menurut pandangan islam. *Jurnal Administrasi dan Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 78–87.

Adi W. Gunawan. (2007). *The Secret of Mindset*.

Adinugraha, H. H. (2018). *Kewenangan dan Kedudukan Perempuan dalam Kedudukan Perempuan dalam Perspektif Gender: Suatu Analisis Tinjauan Historis*. 17(1), 42–62.

Alfi, Z., & Nabila, Z. (n.d.). *Fiqh perempuan kontemporer (wanita karier)*. 38–52.

- Daharis, A., Pradana, S. Y., Hasibuan, K., Fadjriani, L., & Mardiansyah, H. (2025). *Relevansi Konsep Mubadalah Dalam Relasi Suami-Istri Menurut Hukum Keluarga Islam The Relevance of the Concept of Mubadalah in Husband-Wife Relations According to Islamic Family Law*. 8(3), 1557–1563. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i3.7201>
- Djunaedi. (2018). *peran ganda perempuan dalam keharmonisan rumahtangga*.
- Ezha, I., Rizhal, N., & Nafis, A. (2025). *Menimbang Skala Prioritas dalam Kaidah Fikih : Antara Darurat dan Kebutuhan*.
- Firdaus, M. R. (2026). *Integrasi Prinsip Sakinah-Mawaddah-Rahmah dalam Pembinaan Keluarga Muslim Kontemporer : Kajian Tematik Al-Qur ' an terhadap Fondasi Ketahanan Keluarga*. 3(1), 98–108.
- Harahap, K. F., Adly, A., & Marpaung, W. (2021). Perhitungan Weton sebagai Penentu Hari Pernikahan dalam Tradisi Masyarakat Jawa Kabupaten Deli Serdang (Ditinjau dalam Perspektif 'Urf dan Sosiologi Hukum). *Al-Mashlahah: Jurnal Hukum Islam dan Pranata Sosial Islam*, 9(02), 308–309. <https://doi.org/10.30868/am.v9i0>
- Hidayat, S. M., & Nazwa, I. L. (2023). *Peran Wanita dalam Rumah Tangga Menurut Agama Islam : Tinjauan Al-Quran dan Hadist (Vol. 1)*.
- Hisyam et al. (2025). *Peran Perempuan dalam Rumah Tangga dan Komunitas*. 2(2), 279–292.
- Kurniati.A. (2017). *Strategi Petugas Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) dalam Pelayanan Konseling KB pada Balai Penyuluhan KB di Kecamatan Somba Opu Kabupaten Gowa*. [http://repositori.uin-alauddin.ac.id/5114/1/kurniati\\_amos.pdf](http://repositori.uin-alauddin.ac.id/5114/1/kurniati_amos.pdf)
- Liputan6. (2024). *Konflik Peran Adalah: Memahami Dilema Peran Ganda dalam Kehidupan*. <https://www.liputan6.com/feeds/read/5775183/konflik-peran-adalah-memahami-dilema-peran-ganda-dalam-kehidupan?page=2>
- Maharani, E. P. (2019). *konflik peran ganda wanita karier*. universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang.
- Mangnguluang, S. R., Firdaus, F., & Kusuma, P. (2023). *Hubungan Konflik Peran Ganda dengan Keharmonisan Keluarga pada Wanita Karir di Kota Makassar*. 1(11), 26–34.
- Norhilma. (2024). *Pandangan empat mazhab tentang wanita karier dalam perspektif hukum islam*. 17(2), 73–82.
- Norma, A., Jazuli, M., Halimah, S., Niswah, H., & Efendy, N. (2024). *Wanita Karir dan Dampaknya terhadap Rumah Tangga*. 5, 1691–1700.
- Nurliana. (2010). *Wanita Karir Menurut Hukum Islam*. 9.
- Qomariyah, S. (2020). *Peran Ibu dalam Mendidik Anak pada Surah Al-Ahqaf (46) Ayat 15 dalam Tafsir Ibnu Katsir*. UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN.
- Rizka, H., Shuhufi, M., & Iqbal, N. A. (2025). *Transformasi Peran Ganda Perempuan Perspektif Fikih Gender*. 2(1), 1–8.
- Royhan, M. (2023). *Kemitraan Suami Istri Perspektif Hukum Keluarga Islam dan Implementasinya pada Anggota Jama ' ah Tabligh Medan Amplas*. 6(1), 2250–2262.

- Sari et al. (2025). *Analysis of Stress Coastal Women Patterns in*. 10. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v10i2.1904>
- Silmia Adawiya. (n.d.). *Tafsir Surat Al-Ahzab Ayat 33; Domestikasi Perempuan, Syariat atau Belenggu Kultural?* <https://bincangmuslimah.com/kajian/tafsir-qs-al-ahzab-ayat-33-domestikasi-perempuan-syariat-atau-belenggu-kultural-28309/>
- Siregar, N., & Hasanah, U. (2025). *Peran Ganda Istri dalam Budaya Patriarki : Analisis Kesetaraan Gender dan Perspektif Maqasid Syariah*. November.
- Supriyono, B. (2019). *Peran perempuan dalam keluarga menurut hukum keluarga Islam (studi perempuan pedagang di Pasar Tejo Agung Kecamatan Metro Timur Kota Metro)*.
- Syariah, H. F., Uin, H., & Fatah, R. (2019). *Konflik peran ganda wanita terhadap ketahanan ekonomi keluarga*. 12(1), 56–64.
- Syarifudin, M. (2024). *El-Hikmah : Jurnal Ilmu Dakwah dan RUMAH TANGGA*. 21(12), 144–151.
- Yunita, R. D. (2017). *Dilema Ibu Bekerja*. *jurnal ilmiah psikologi*, 3, 7.