

## 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 dalam perspektif hukum keluarga 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 perempuan dalam perspektif hukum keluarga 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 pada aspek ekonomi, tetapi juga upaya pengembangan diri, menjaga kesehatan mental serta mengisi waktu luang dengan aktivitas yang bermakna. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh B dan S menyatakan bahwa mereka ingin melakukan aktivitas yang bermanfaat di luar rumah dan memanfaatkan waktu luang secara lebih produktif dan bermakna.

Dalam perspektif Islam, laki-laki dan perempuan memiliki kedudukan yang setara dalam aspek kemanusiaan, kehormatan, dan tanggung jawab. Namun, kesetaraan tersebut tidak dipahami secara mutlak dan tidak berlaku dalam seluruh aspek kehidupan,

melainkan dibatasi oleh kondisi-kondisi tertentu (Ibnu Asyur, 2004). Sejalan dengan itu, Mustafa al-Siba'i menjelaskan bahwa Islam menetapkan perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam beberapa bidang, namun perbedaan tersebut tidak bertentangan dengan kesetaraan kemanusiaan, melainkan didasarkan pada pertimbangan sosial, ekonomi, dan psikologis yang menuntut pembagian peran secara proporsional (Al-Siba'i, 1999). Hal ini menunjukkan bahwa prinsip yang digunakan dalam relasi laki-laki dan perempuan dalam Islam bukanlah kesetaraan absolut, melainkan pada prinsip keadilan yang mempertimbangkan kemaslahatan dan kondisi masing-masing.

Kehidupan keluarga dalam Islam dibangun pada prinsip pembagian tanggung jawab yang adil antara suami dan istri dalam pemenuhan hak dan kewajiban dengan tetap menjaga perbedaan peran yang saling melengkapi, bukan keseragaman peran, guna mewujudkan keharmonisan rumah tangga (Mursi, 2008). Dalam konteks tersebut, peran utama perempuan dalam keluarga tetap berorientasi pada ranah domestik (*ciek julyati hisyam*, n.d.). Namun demikian, dalam kondisi tertentu perempuan dapat terlibat dalam aktivitas di luar rumah sebagai peran tambahan yang tidak menghilangkan tanggung jawab utamanya dalam keluarga. Dalam perspektif maqasid al-syari'ah, keterlibatan tersebut dibolehkan selama terdapat kebutuhan atau kemaslahatan, baik bagi keluarga maupun masyarakat, serta tidak menimbulkan mafsadah (Siregar & Hasanah, 2025). Dengan demikian, keterlibatan perempuan di ranah publik tidak dimaksudkan untuk mengubah peran utamanya, melainkan sebagai bentuk peran tambahan sesuai kebutuhan dan kemaslahatan.

### **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 refreshing 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). Dengan demikian, multiperan dapat memperkuat ketahanan keluarga apabila disertai komunikasi yang efektif dan pembagian peran yang proporsional sesuai kondisi dan kesepakatan.

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. Dalam hal ini, Islam menekankan prinsip keadilan yang mengarah pada pembagian tugas secara proporsional sesuai kesepakatan dan kondisi masing-masing, tanpa mengurangi hak dan kewajiban yang melekat pada keduanya. Prinsip *ta'awun* juga menjadi pondasi penting dalam membangun kerja sama antara suami dan istri guna menciptakan hubungan yang seimbang dan harmonis (Zuhdan et al., 2025).

Konflik peran juga kerap muncul ketika individu dihadapkan pada tuntutan yang saling bertentangan dalam waktu bersamaan. Dalam konteks sosial tertentu perempuan lebih rentan mengalami kondisi ini, akibat adanya 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). Dalam perspektif hukum Islam, menekankan adanya komunikasi yang terbuka dan pengaturan peran yang proporsional sesuai kondisi dan kesepakatan bersama 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 itu, turunnya 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 mereka merasa belum sepenuhnya mampu memenuhi tanggung jawab rumah tangga secara optimal 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 merupakan salah satu aspek dalam dinamika rumah tangga yang dapat memengaruhi ketahanan keluarga. Dampaknya berkaitan dengan bagaimana pengelolaan peran, pengaturan waktu, serta komitmen bersama dalam menjaga kemaslahatan keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa dalam perspektif hukum Islam, pengelolaan rumah tangga didasarkan pada prinsip kemaslahatan, keadilan (*'adl*), dan kerja sama antara suami dan istri.

**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 upaya kedekatan 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 menunjukkan adanya praktik musyawarah, yang tercermin dalam 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 dalam konteks perempuan yang menjalankan multiperan dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya komunikasi yang efektif, pengelolaan waktu, serta dukungan pasangan dalam menjalankan peran. Dalam perspektif hukum Islam, hal ini berkaitan dengan prinsip musyawarah, keadilan (*‘adl*), 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). Dengan datangnya Islam, kedudukan perempuan ditempatkan secara terhormat sesuai dengan fitrah dan ketentuan syariat (Hidayat, S. M., & Nazwa, 2023).

Dalam perspektif fikih, para ulama menjelaskan bahwa hukum asal bagi perempuan adalah menetap di rumahnya dan dilarang untuk keluar kecuali ada kebutuhan yang mendesak. Hal ini sebagaimana firman Allah:

(وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ)

“Dan hendaklah kamu tetap di rumahmu” (QS. al-Aḥzab: 33).

Penafsiran terhadap ayat ini, sebagaimana dijelaskan oleh Al-Qurthubi menunjukkan bahwa perempuan dianjurkan untuk menetap di rumah sebagai bentuk penjagaan terhadap kehormatan dan stabilitas keluarga (Kuwait), n.d.). Dengan demikian, peran domestik berkontribusi penting dalam menjaga ketahanan keluarga.

Namun, larangan disini tidak bersifat mutlak, perempuan diperbolehkan untuk beraktivitas diluar rumah dalam kondisi tertentu selama memenuhi ketentuan syariat. Sebagaimana hadis Nabi ﷺ yang melarang para sahabat untuk mencegah istrinya pergi ke masjid:

“Janganlah kalian melarang istri-istri kalian (untuk pergi) ke masjid, namun rumah-rumah mereka lebih baik bagi mereka.” (HR. al-Bukhari dan Muslim).

Dalam riwayat lain disebutkan bahwa perempuan boleh beraktivitas di luar rumah untuk memenuhi kebutuhan mereka, sebagaimana hadis yang diriwayatkan oleh Aisyah binti Abi Bakr bahwa Nabi ﷺ bersabda:

“Sungguh telah diizinkan bagi kalian untuk keluar memenuhi kebutuhan kalian.” (HR. al-Bukhari dan Muslim (Mansur, n.d.).

Para fuqaha menegaskan bahwa kebolehan tersebut dibatasi oleh sejumlah aturan yang harus diperhatikan. Ketentuan ini sejalan dengan kaidah fiqh “*al-darurat tubih al-mahzurat*” (keadaan darurat membolehkan hal yang terlarang, sebagaimana yang dijelaskan oleh ‘Abd Al-karim Zaydan bahwa keadaan darurat membuka ruang kelonggaran bagi perempuan untuk beraktivitas di luar rumah dalam batas kebutuhan (Zaydan, 1993).

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). .Dalam kerangka ini, keterlibatan perempuan di sektor publik dapat dipandang sebagai upaya mewujudkan kemaslahatan (Siregar & Hasanah, 2025), khususnya dalam aspek pemeliharaan harta melalui kontribusi ekonomi, serta pemeliharaan jiwa dan keturunan melalui peningkatan kualitas keluarga. Namun demikian, hal tersebut dapat terwujud apabila aktivitas tersebut tidak mengabaikan tanggung jawab dalam rumah tangga dan tetap berada dalam koridor syariat.

Dalam realitas masyarakat modern, sebagian perempuan menjalankan berbagai peran, tidak hanya sebagai ibu rumah tangga, tetapi juga mencakup bidang pendidikan dan aktivitas sosial (Nurliana, 2010). Kondisi ini dipengaruhi oleh perkembangan sosial dan ekonomi yang semakin kompleks. Keterlibatan perempuan di ranah publik dalam batas tertentu dapat memberikan kontribusi terhadap kehidupan keluarga, selama tetap memperhatikan tanggung jawab rumah tangga (Yunita et al., 2024). Praktik tersebut dapat ditemukan pada masa Nabi Muhammad ﷺ di mana sebagian perempuan terlibat dalam aktivitas pelayanan sosial. Hal ini sebagaimana disebutkan dalam hadis yang

diriwayatkan oleh Anas bin Malik bahwa Ummu Sulaim dan beberapa perempuan Anshar membawakan air dan merawat orang-orang yang terluka (HR.Muslim) (Al-isybal, n.d.). Demikian pula, dua perempuan dalam kisah Nabi Musa bekerja memberi minum ternak karena ayah mereka telah lanjut usia sebagaimana dijelaskan oleh Ibnu Katsir dalam QS. Al-Qashash: 23 (Ad-Dimasyqi, n.d.). Namun demikian, keterlibatan tersebut bersifat situasional dan tidak dapat dipahami sebagai ketentuan umum, melainkan sebagai bentuk kebolehan dalam batasan syariat.

Para ulama' menjelaskan bahwa aktivitas perempuan di luar rumah dapat dipertimbangkan berdasarkan kondisi tertentu, khususnya ketika terdapat kebutuhan mendesak (Al-Qurthubi, 1964). Dalam konteks masyarakat modern, perubahan kondisi ekonomi dan sosial masyarakat turut memengaruhi kebutuhan hidup (Rizka et al., 2025). Perubahan tersebut menunjukkan adanya kebutuhan yang dalam batas tertentu memerlukan keterlibatan perempuan di luar rumah. Keterlibatan tersebut dapat dipertimbangkan selama tetap memenuhi ketentuan syariat dan tidak mengabaikan tanggung jawab utamanya.

Hal ini sejalan dengan pandangan ulama kontemporer seperti Yusuf Al-Qaradhawi (2009) dalam *Fiqh al-mar'ah al-muslimah* menegaskan bahwa perempuan boleh bekerja di luar rumah selama pekerjaan tersebut halal, tidak melanggar batas syariat, dan tidak mengganggu kewajiban utama terhadap keluarganya (Zuhdan et al., 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa hukum perempuan beraktivitas di luar rumah dalam perspektif fikih bersifat kontekstual, bergantung situasi dan kondisi yang melingkupinya. Perempuan diperbolehkan beraktivitas di luar rumah selama memenuhi ketentuan syariat, seperti terjaganya dari fitnah, tidak terjadi campur baur yang menimbulkan mudarat, tetap menjaga adab dan kehormatan, serta izin dari suami (Al-Kuwaytiyyah, 1993) atau karena keperluan mendesak (Al-Qurthubi, 1964). Namun, apabila tidak terdapat kebutuhan yang mendesak, maka tetap berada di rumah dan menjalankan peran domestik dipandang lebih utama.

## **KESIMPULAN**

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

Dalam perspektif hukum Islam, perempuan memiliki peran utama dalam pengelolaan 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 memberikan ruang dalam menghadapi dinamika sosial, termasuk meningkatnya keterlibatan perempuan di ranah publik. Oleh karena itu, kerja sama antar suami dan istri serta adanya pembagian peran yang proporsional menjadi faktor penting agar kondisi tersebut tidak memicu konflik, melainkan dapat berkontribusi terhadap 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

- (Kuwait), M. of A. and I. A. (n.d.). *Al-Mawsu'ah al-Fiqhiyyah al-Kuwaitiyyah*.
- (Yunita et al., 2023). (2024). Perempuan karir menurut pandangan islam. *Jurnal Administrasi dan Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 78–87.
- Ad-Dimasyqi, I. A. al-F. I. bin U. bin K. (n.d.). *kitab tafsir ibnu katsir*.
- 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.
- Al-isybal, H. A. (n.d.). *kitab syarh shahih muslim*.
- Al-Kuwaytiyyah, al-M. al-F. (1993). *al-Mawsu'ah al-Fiqhiyyah al-Kuwaytiyyah*. <https://shamela.ws/book/11430>
- Al-Qurthubi, A. A. M. bin A. al-A. (1964). *Al-jaami' liahkam al-qur'an*.
- Al-Siba'i, M. bin H. (1999). *Al-mar'ah baina al-fiqh wa al-qanuun*.  
*ciek julyati hisyam*. (n.d.).
- Djunaedi. (2018). *peran ganda perempuan dalam keharmonisan rumahtangga*.
- 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.

- Ibnu Asyur, M. al-T. (2004). *Maqāṣid al-Sharī'ah al-Islāmiyyah*.
- 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*. univesitas islam negeri maulaa 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.
- Mansur, U. Z. giffari. (n.d.). *Hadis pertama: Boleh keluar rumah, tapi lebih baik menetap di rumah*. <https://markazsunnah.com/hadis-pertama-boleh-keluar-tapi-lebih-baik-menetap-di-rumah/>
- Mursi, K. I. (2008). *al-'Alāqah az-Zaujiyyah wa aṣ-Ṣiḥḥah an-Nafsiyyah fī al-Islām wa 'Ilm an-Nafs*.
- 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>
- Siregar, N., & Hasanah, U. (2025). *Peran Ganda Istri dalam Budaya Patriarki : Analisis Kesetaraan Gender dan Perspektif Maqasid Syariah*. November.
- 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.
- Zaydan, A. al-K. (1993). *al-Mufassal fī Ahkam al-Mar'ah wal-Bayt al-Muslim*.
- Zuhdan, M., Ihsan, A., & Kumaini, R. (2025). *Praktik Ta'awun dalam Rumah Tangga: Perempuan sebagai Penanggung Jawab Ekonomi Keluarga di Desa Sumberjambe*. 6, 92–110.