



Al-Usariyah: Jurnal Hukum Keluarga Islam
Volume 3 Nomor 3 November 2025
Email Jurnal : al.usariyah.ejurnal@gmail.com
Website Jurnal : ejournal.stdiis.ac.id/index.php/Al-Usariyah



**Analisis Gaya Hidup Istri dalam Membentuk Keluarga *Sakinah, Mawaddah, Warahmah*
(Studi Kasus di Desa Setia Marga Lubuklinggau)**

Unzila Munawaroh

Hukum Keluarga Islam
Sekolah Tinggi Dirosat Islamiyah Imam Syafi'i Jember
unzilamunawaroh@gmail.com

Irsan

Hukum Keluarga Islam
Sekolah Tinggi Dirosat Islamiyah Imam Syafi'i Jember
irsandsn@ac.id

Khairunnas Jamal

Hukum Keluarga Islam
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
irunjamal@gmail.com

Adipa Firyal

International Open University
firyal.markazaw1@gmail.com

ABSTRACT

This research is motivated by the significant role of wives in building a harmonious, loving, and compassionate (Sakinah, Mawaddah, Warahmah) family, especially in Muslim communities. A wife's lifestyle which includes education, social involvement, and spiritual practices has a major influence on household harmony. This study aims to analyze the lifestyle of wives in Setia Marga Village, Lubuklinggau City, in shaping a samawa family. The main focus of the research is on how the wives' lifestyle contributes to family harmony, while additional focuses include the impact of social participation, spirituality, and personal development on family dynamics. The study uses a qualitative approach with a descriptive-analytical method. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and documentation involving the wives in Setia Marga Village. The findings show that the wives' lifestyle encompasses formal and non-formal education, social engagement, spirituality, household management, and health awareness. They actively participate in religious gatherings, women's community organizations (PKK), and parenting activities, while also maintaining their religious practices and mental well-being. These roles are carried out with love and a strong sense of responsibility in preserving family unity. From an Islamic perspective, such a lifestyle is not merely routine, but a path toward achieving a Sakinah, Mawaddah, Warahmah family. Wives are not merely complements, but the main pillars of the

family who deserve recognition. Amid modern challenges, they remain steadfast in upholding values of faith, affection, and peace.

Keywords: *wives' lifestyle, women's role, Setia Marga Village, qualitative approach.*

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya peran istri dalam membentuk keluarga yang *sakinah, mawaddah, dan warahmah*, terutama dalam masyarakat Muslim. Gaya hidup istri yang mencakup pendidikan, keterlibatan sosial, dan praktik spiritual memiliki pengaruh besar terhadap keharmonisan rumah tangga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gaya hidup istri di Desa Setia Marga, Kota Lubuklinggau, dalam membentuk keluarga samawa. Fokus utama penelitian ini adalah pada bagaimana pola hidup istri berkontribusi terhadap keharmonisan keluarga, sementara fokus tambahan mencakup pengaruh partisipasi sosial, spiritualitas, dan pengembangan diri terhadap dinamika keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif-analitis. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi terhadap para istri di Desa Setia Marga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup istri di Desa Setia Marga mencakup pendidikan formal dan nonformal, keterlibatan sosial, spiritualitas, pengelolaan rumah tangga, serta kepedulian kesehatan. Mereka aktif dalam pengajian, PKK, dan parenting, serta menjaga ibadah dan kesehatan mental. Peran ini dijalani dengan penuh cinta dan kesadaran akan tanggung jawab dalam menjaga keutuhan keluarga. Dalam perspektif Islam, gaya hidup tersebut bukan hanya rutinitas, melainkan jalan menuju keluarga *sakinah, mawaddah, dan warahmah*. Istri bukan sekadar pelengkap, melainkan pilar utama keluarga yang pantas diakui. Di tengah tantangan zaman, mereka tetap setia pada nilai keimanan, kasih sayang, dan kedamaian.

Kata Kunci: gaya hidup istri, peran perempuan, desa setia marga, pendekatan kualitatif

A. PENDAHULUAN

Keluarga adalah institusi sosial yang paling mendasar dalam kehidupan manusia dan memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk karakter individu. Dalam konteks masyarakat muslim, keluarga ideal diharapkan dapat menciptakan suasana *sakinah, mawaddah, dan rahmah*. Istilah *sakinah* merujuk pada ketenangan dan kedamaian, *mawaddah* mencerminkan cinta dan kasih sayang, sedangkan *rahmah* berarti kasih sayang yang mendalam.³⁰⁸ Ketiga konsep ini menjadi landasan bagi terbentuknya hubungan yang harmonis antara suami, istri, dan anak-anak dalam sebuah keluarga. Dalam Al-Qur'an, Allah Ta'ala berfirman;

³⁰⁸ Sari Anthika Muthmainnah and Nurul Hidayah, "Konsep Sakinah Sebagai Landasan Pendidikan Anak Dalam Keluarga," *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin* 4, no. 2 (April 30, 2024): 125–136.

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَمِرُونَ

*Dan di antara tanda-tanda-Nya adalah Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tentram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antaramu rasa kasih dan sayang.*³⁰⁹

Ayat ini menjelaskan bahwa di antara tanda-tanda kebesaran Allah adalah penciptaan manusia dengan pasangan dari jenisnya sendiri, yaitu laki-laki dan perempuan, agar mereka saling mencintai dan merasa tenang satu sama lain.³¹⁰

Hubungan yang saling mendukung sangatlah penting dalam menciptakan keluarga yang sejahtera. Kehidupan yang berlangsung secara dinamis ini tidak akan pernah terlepas dari peran seorang istri. Dalam berbagai aspek, istri selalu memiliki andil, bahkan jika hanya sebagai pendukung setia dari balik layar. Dalam keluarga, istri juga berperan aktif menciptakan keharmonisan, baik secara fisik maupun emosional, yang sering disebut sebagai keluarga *sakinah*.³¹¹

Gaya hidup yang dipilih oleh seorang istri menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi dinamika keluarga, baik dalam hal hubungan suami-istri, pendidikan anak, hingga pengelolaan ekonomi keluarga. Di kehidupan sehari-hari, istri sering kali bertanggung jawab atas berbagai aspek domestik dan spiritual, yang jika dikelola dengan baik dapat memperkuat ikatan keluarga dan mencapai harmoni dalam rumah tangga. Gaya hidup ini mencakup berbagai aspek, termasuk pendidikan, keterlibatan dalam kegiatan sosial, dan praktik spiritual. Desa Setia Marga yang terletak di kecamatan Karangdapo, kota Lubuklinggau, menjadi lokasi observasi yang menarik karena kehidupan sosial dan budaya setempat memberikan konteks unik untuk menganalisis bagaimana istri menjalani peran mereka dalam keluarga dan masyarakat.

Berdasarkan pengamatan awal, terdapat indikasi bahwa istri-istri di Desa Setia Marga aktif terlibat dalam berbagai kegiatan sehari-hari yang mencerminkan nilai-nilai keagamaan dan sosial. Diantara mereka ada yang melanjutkan pendidikan formal dan nonformal, serta berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat, seperti *rewangan* dan arisan. Partisipasi dalam

³⁰⁹ Qs. Ar- Rum/30:21.

³¹⁰ Markaz Ta'dzhim al-Qur'an, *Tafsir Al-Madinah Al-Munawwarah*, Di Bawah Pengawasan Syaikh Prof. Dr. Imad Zuhair Hafidz (Madinah: Universitas Islam Madinah.) juz 2, hlm. 35.

³¹¹ Alfa Mardiyana, "PERAN ISTRI DALAM PEMBENTUKAN KELUARGA SAKINAH MENURUT AL-QUR'AN (PERSPEKTIF TAFSIR AL-MISBAH DAN TAFSIR AL-AZHAR)," *Kontemplasi: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin* 5, no. 1 (June 9, 2017).

kegiatan-kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tetapi juga memperkuat ikatan sosial dan komunitas.³¹²

Namun, meskipun banyak istri yang menjalani gaya hidup yang proaktif, penting untuk mengeksplorasi bagaimana pandangan Islam memengaruhi perilaku dan pilihan hidup mereka. Dalam Islam, wanita memiliki hak dan tanggung jawab yang setara dengan pria dalam berbagai aspek, termasuk pendidikan dan pengelolaan rumah tangga. Oleh karena itu, analisis terhadap gaya hidup istri di Desa Setia Marga perlu dilakukan dengan mempertimbangkan perspektif Islam yang lebih luas.

Desa Setia Marga menjadi salah satu objek penelitian yang menarik karena dinamika sosial dan religius di desa tersebut masih kental dengan nilai-nilai tradisional dan ajaran agama Islam. Gaya hidup para istri di desa ini mencerminkan bagaimana mereka menyeimbangkan peran tradisional dengan kebutuhan zaman modern dalam membentuk keluarga yang ideal sesuai prinsip keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*.³¹³

Dari hasil penelusuran terhadap penelitian terdahulu, sejauh ini belum ditemukan penelitian mengenai gaya hidup atau *life style*. Adapun hasil penelusuran penelitian terdahulu adalah sebagai berikut:

Pertama, Afika Duri, Irhamudin dan Hasyim As'ari yang meneliti tentang "Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Membentuk Keluarga *Sakinah Mawaddah Warahmah*" yang dilakukan pada tahun 2024.³¹⁴ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa peran wanita atau istri dan gaya hidup seorang istri memiliki andil yang besar dalam membentuk keluarga harmonis ataupun tidak harmonis. Sisi persamaannya adalah membahas tentang peran gaya hidup istri dalam pembentukan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Sedangkan sisi perbedaannya adalah penelitian ini mengkaji tentang gaya hidup atau *life style* istri dalam mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah* di Desa Setia Marga.

Kedua, Elva Imeldatur Rahmah dan Alif Jamaluddin Malik yang meneliti tentang, "Peran Wanita Untuk Mewujudkan Keluarga *sakinah* dalam Pemikiran Islam Klasik dan

³¹² Observasi, (Setia Marga, 22 April 2024).

³¹³ Observasi, 24 Mei 2024.

³¹⁴ Afika Duri, Hasyim As'ari, and Irhamudin, "Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Membentuk Keluarga *Sakinah Mawaddah Warohmah* Di Desa Gedung Jaya Negara Batin Way Kanan," *Attractive : Innovative Education Journal* 6, no. 1 (2024): 339–348.

Kontemporer” yang dilakukan pada tahun 2022.³¹⁵ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah kualitatif. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa peran wanita atau istri dan gaya hidup seorang istri memiliki andil besar dalam membentuk keluarga harmonis ataupun tidak harmonis. Sisi persamaannya adalah membahas tentang peran gaya hidup istri dalam pembentukan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Sedangkan sisi perbedaannya adalah penelitian ini mengkaji tentang gaya hidup atau *life style* istri dalam mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah* di Desa Setia Marga.

Ketiga, Sajaruddin yang meneliti tentang “Upaya Upaya dalam Membentuk Keluarga *sakinah*” yang dilakukan pada tahun 2020.³¹⁶ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah jenis kualitatif dengan penelitian pustaka. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa suami ataupun istri memiliki peran dalam pembentukan keluarga *sakinah*. Sisi persamaannya adalah membahas tentang peran gaya hidup istri memiliki andil dalam pembentukan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Sedangkan sisi perbedaannya adalah penelitian ini mengkaji tentang gaya hidup atau *life style* istri dalam mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah* di Desa Setia Marga.

Keempat, Putri Ayu Kirana Bhakti yang menulis tentang “Keluarga *Sakinah* Menurut Prespektif Al-Qur’an” yang dilakukan pada tahun 2020.³¹⁷ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah kualitatif dengan jenis penelitian studi pustaka. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa gaya hidup seorang istri memiliki andil besar dalam membentuk keluarga harmonis. Sisi persamaannya adalah membahas tentang peran istri dalam pembentukan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Sedangkan sisi perbedaannya adalah penelitian ini mengkaji tentang gaya hidup atau *life style* istri dalam mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah* di Desa Setia Marga.

Kelima, Alfa Mardiyana yang menulis tentang “Peran Istri Dalam Pembentukan Keluarga *Sakinah* 9 Menurut Al-Quran” yang dilakukan pada tahun 2017.³¹⁸ Pendekatan yang

³¹⁵ Elva Imeldatur Rohmah and Arif Jamaluddin Malik, “Peran Wanita Untuk Mewujudkan Keluarga Sakinah Dalam Pemikiran Islam Klasik Dan Kontemporer,” *AL-HUKAMA*’ 12, no. 2 (December 18, 2022): 96–112.

³¹⁶ H. K. Suhendri, “Relevansi Perjanjian Pranikah Antara Hukum Negara Dan Hukum Agama.,” *Muhammadiyah Law Review* 4, no. 1 (2020): 45–54.

³¹⁷ P. A. K. Bhakti, M. Taqiyuddin, and H. Saputra, “Keluarga Sakinah Menurut Perspektif Al-Qur’an.,” *Al Tadabbur: Jurnal Ilmu Alquran dan Tafsir* 5, no. 2 (2020): 229–250.

³¹⁸ Mardiyana, “PERAN ISTRI DALAM PEMBENTUKAN KELUARGA SAKINAH MENURUT AL-QUR’AN (PERSPEKTIF TAFSIR AL-MISBAH DAN TAFSIR AL-AZHAR).”

digunakan dalam penelitian tersebut adalah kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa gaya hidup seorang istri memiliki andil besar dalam membentuk keluarga harmonis. Sisi persamaannya adalah membahas tentang peran gaya hidup istri dalam pembentukan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Sedangkan sisi perbedaannya adalah penelitian ini mengkaji tentang gaya hidup atau *life style* istri dalam mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah* di Desa Setia Marga.

Rumusan masalah dari penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana bentuk gaya hidup *life style* istri yang berkembang di Desa Setia Marga?
2. Bagaimana pandangan Islam terhadap gaya hidup istri di Desa Setia Marga dalam membentuk keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*?

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: menganalisis dan menemukan gaya hidup para istri yang terbentuk di Desa Setia Marga; menganalisis dan menemukan bentuk gaya hidup yang sesuai syariat dan yang bertentangan dengan syariat.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif analitis untuk memperoleh pemahaman mendalam³¹⁹ mengenai gaya hidup istri dalam membentuk keluarga *sakinah, mawaddah, dan warahmah* di Desa Setia Marga. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif beberapa kegiatan, dan studi dokumentasi. Wawancara dilakukan terhadap 9 informan utama yang merupakan istri dengan latar belakang ibu rumah tangga dan sebagian berprofesi sebagai guru. Pemilihan informan dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu, yaitu telah menjadi istri lebih dari dua tahun, memiliki anak, sebagian memiliki pekerjaan sampingan, serta menunjukkan semangat dalam mempelajari ilmu agama. Setiap wawancara berlangsung minimal 1,5 jam, dengan tindak lanjut melalui panggilan *video call* apabila diperlukan untuk memperdalam informasi.

Observasi partisipatif dilakukan dengan keterlibatan langsung peneliti dalam kegiatan sosial informan, seperti pengajian, arisan, serta aktivitas keseharian, dengan intensitas 1-2 kali dalam seminggu selama periode penelitian. Studi dokumentasi dilakukan melalui dokumentasi aktivitas sosial maupun keagamaan. Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Validitas

³¹⁹ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif. Makassar* (Makassar: CV Syakir Media Press, 2021); Moh. Nadzir, *Metode Penelitian Cet. Ke-6* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2005).

data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik, member check kepada informan, serta audit trail pada setiap proses penelitian, sehingga kredibilitas hasil penelitian dapat terjamin.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Bentuk- Bentuk Gaya Hidup atau *Life Style* Istri

Gaya hidup merupakan cara individu atau kelompok dalam menjalani rutinitas harian mereka. Gaya hidup dapat membawa dampak positif maupun negatif tergantung pada pola yang diterapkan, Kebiasaan yang dilakukan secara berulang akan membentuk karakter yang melekat dan berpengaruh terhadap kehidupan seseorang.³²⁰

Penerapan pola hidup yang baik dapat menciptakan aura positif bagi diri sendiri, keluarga, dan lingkungan.³²¹ Perubahan kebiasaan buruk menjadi positif (*good habits*) akan membawa dampak baik dalam berbagai aspek kehidupan, seperti ekonomi, pendidikan, dan sosial.³²² Berikut beberapa aspek dan bentuk-bentuk gaya hidup istri Desa Setia Marga.

a) Pendidikan dan Pengembangan Diri

Tingkat pendidikan yang lebih tinggi berpengaruh terhadap cara berpikir, sikap, dan perilaku seseorang. Semakin baik pendidikan dan keterampilan yang dimiliki, semakin besar pula peluang untuk menghadapi kesulitan dan meraih keberhasilan.³²³

Oleh karena itu, keterlibatan istri dalam pendidikan, baik formal maupun nonformal, sangat penting dalam menciptakan keluarga yang harmonis dan sejahtera. Pendidikan formal, seperti sekolah atau kuliah, memberikan dasar pengetahuan akademik. Contohnya, ND (42 tahun), seorang IRT, sebelumnya kuliah di jurusan pendidikan anak,³²⁴ dan IS (32 tahun), seorang guru, mengikuti kelas bahasa Inggris.³²⁵ Sementara itu, pendidikan nonformal seperti seminar parenting, atau membaca *parenting* literatur mendukung peningkatan kompetensi

³²⁰ Nurul Mustofiyah, "Pengaruh Gaya Hidup Harga Dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Smartphone Iphone Pada Generasi Z Di Kota Jakarta Timur" (Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi GICI, 2024), accessed July 16, 2025, <https://repository.stiegici.ac.id/document/2377/pengaruh-gaya-hidup-harga-dan-kualitas-produk-terhadap-keputusan-pembelian-smartphone-iphone-pada-generasi-z-di-kota-jakarta-timur>.

³²¹ Mahfudh Fauzi, "Diktat Matakuliah Psikologi Keluarga," last modified 2018, accessed June 9, 2025, <http://stisnutangerang.ac.id/wp-content/uploads/2018/09/FULL-Diktat-Matakuliah-Psikologi-Keluarga-Mahfudh-Fauzi.pdf>.

³²² Shopify Staff, "Simple Habits of Successful People: 10 Habits To Cultivate," last modified 2025, accessed June 9, 2025, <https://www.shopify.com/id/blog/habits-of-successful-people>.

³²³ Rekan Akmal. Aditama, "Pengaruh Tingkat Pendidikan Suami Istri Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga" (Institut Agama Islam Negeri Metro, 2020); Abu Hamadi, *Sosiologi Pendidikan* (Jakarta: Rhineka Cipta, 2004).

³²⁴ ND, Wawancara (Setia Marga, 26 September 2024).

³²⁵ IS, Wawancara (Setia Marga, 1 Februari 2025).

seorang istri sebagaimana diungkapkan oleh ND, “Dalam keseharian saya mempelajari sistem *parenting* yang baik untuk saya terapkan kepada anak.”³²⁶

Di Desa Setia Marga, banyak istri yang aktif dalam pendidikan. Beberapa di antaranya berprofesi sebagai guru dan terlibat dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah maupun les privat. Pendidikan nonformal seperti halaqah mengaji juga menjadi bagian dari kehidupan mereka. Contohnya, FI, seorang guru, mengatakan, “Setelah selesai mengajar murid dan pulang sekitar jam 12, ibu langsung mengajar les privat.”³²⁷

Semangat para istri untuk terus belajar mencerminkan gaya hidup positif yang berorientasi pada peningkatan kualitas diri dan keluarga secara emosional, spiritual, maupun finansial, baik yang merasakan pendidikan tinggi seperti FI, EN, IN, dan IS, maupun tamatan SMA seperti ND. ND juga mengatakan, “Mempelajari Al-Qur'an dan Sunnah lebih memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap cara saya mendidik anak-anak di rumah sesuai yang diajarkan salafussholih.”³²⁸ Hal ini menegaskan bahwa keterlibatan dalam pendidikan merupakan langkah strategis untuk membangun rumah tangga yang harmonis dan sejahtera.

b) Kegiatan Sosial dan Komunitas

Penelitian menyebutkan bahwa faktor sosial budaya memberikan pengaruh pada keharmonisan keluarga,³²⁹ Para istri di Desa Setia Marga aktif dalam berbagai kegiatan sosial seperti pengajian, rawangan, arisan, dan Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK), yang tidak hanya mempererat solidaritas antarwarga tetapi juga memperkuat peran mereka dalam kehidupan bermasyarakat. Pengajian menjadi salah satu kegiatan utama, karena selain menambah wawasan keagamaan, juga meningkatkan kesadaran spiritual dan membangun hubungan sosial yang harmonis. Sebagaimana yang dikatakan oleh MH;

*Pengajian adalah salah satu hal yang menjadi prioritas saya. Setiap ada pengajian sunnah yang diadakan di sekitar desa selalu saya ikuti dengan mengajak anak dan suami. Terkadang saya juga mendengar kajian di TV Rodja, mendengar ceramah ustaz salafi.*³³⁰

³²⁶ ND, Wawancara (Setia Marga, 26 September 2024).

³²⁷ FI, Wawancara (Setia Marga, 25 Mei 2024).

³²⁸ ND, Wawancara (Setia Marga, 26 September 2024).

³²⁹ Rahmat Aziz and Retno Mangestuti, “MEMBANGUN KELUARGA HARMONIS MELALUI CINTA DAN SPIRITUALITAS PADA PASANGAN SUAMI ISTRI DI PROVINSI JAWA TIMUR,” *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen* 14, no. 2 (June 28, 2021): 129–139.

³³⁰ MH, Wawancara (25 Januari 2024).

Pernyataan ini mencerminkan bagaimana pengajian menjadi bagian dari gaya hidup istri untuk memperdalam pemahaman agama, yang pada akhirnya berkontribusi dalam membentuk keluarga *sakinah* yang berlandaskan nilai-nilai Islam.

Selain pengajian, kegiatan sosial seperti *rewangan* juga memiliki peran penting dalam mempererat kebersamaan dan menjaga tradisi gotong royong. Sebagaimana disampaikan oleh IN, "Ketika ada kegiatan *rewangan* di desa, saya ikut berpartisipasi dengan masyarakat sekitar agar tetap terjalin silaturahmi dan saling gotong royong."³³¹ Dengan terlibat dalam *rewangan*, para istri tidak hanya menjalin hubungan yang lebih erat dengan masyarakat sekitar tetapi juga menjaga nilai-nilai tradisi yang diwariskan secara turun-temurun.

Di sisi lain, arisan menjadi salah satu bentuk kegiatan sosial yang diminati oleh para istri di desa. MH menuturkan, "Ikut arisan juga menambah kegiatan sosial agar menambah relasi kepada masyarakat sekitar."³³² Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat ekonomi bagi peserta tetapi juga memperkuat hubungan sosial dalam komunitas, menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan suportif.

Sementara untuk kegiatan PKK IS, salah satu informan, mengungkapkan, "Saya mengikuti kegiatan PKK untuk menambah pengalaman dan sebagai ajang silaturahmi antarwarga."³³³ Keterlibatan dalam PKK tidak hanya memberi manfaat bagi individu tetapi juga mendukung pembangunan sosial di desa, terutama dalam bidang kesejahteraan keluarga dan pemberdayaan perempuan.

Melalui berbagai aktivitas sosial, para istri di Desa Setia Marga tidak hanya mempererat hubungan dengan masyarakat, tetapi juga menunjukkan bahwa gaya hidup mereka mampu menyeimbangkan peran domestik dan sosial. Partisipasi aktif dalam komunitas membantu mereka membangun jejaring sosial, meningkatkan keterampilan komunikasi, dan memperkaya nilai-nilai kehidupan bermasyarakat. Keterlibatan ini juga menjadi sarana untuk memperoleh pengakuan sosial, termasuk bagi mereka yang telah mengenal manhaj salafi seperti ND dan MH, yang sebelumnya aktif dalam kegiatan berbasis Muhammadiyah namun kini memilih tidak ikut karena menganggap banyak kegiatan tersebut tidak memiliki dasar dari Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wasallam* dan para sahabat.³³⁴ Sikap ini turut mengurangi prasangka negatif

³³¹ IN, Wawancara (24 Desember 2024).

³³² MH, Wawancara (25 Januari 2024).

³³³ IS, Wawancara (25 Januari 2025).

³³⁴ Observasi (24 April 2024).

serta menciptakan lingkungan sosial yang lebih inklusif dan harmonis, sehingga gaya hidup sosial para istri di desa ini memberikan manfaat pribadi sekaligus memperkuat solidaritas dan keharmonisan masyarakat.

c) Praktik Spiritual dan Religius

Praktik spiritual dan religius memiliki peran penting dalam menciptakan keluarga harmonis yang berlandaskan prinsip sakinah, mawaddah, warahmah.³³⁵ Di Desa Setia Marga, para istri menunjukkan komitmen dalam menjaga kedekatan dengan Allah Ta'ala melalui ibadah harian. Sebagian besar informan mengungkapkan bahwa mereka berusaha merutinkan ibadah wajib dan sunnah sebagai bagian dari gaya hidup spiritual. Seperti yang disampaikan MH, "Alhamdulillah saya sudah merutinkan setiap hari tidak lupa untuk membaca dzikir pagi dan petang, dan untuk sholat malam, puasa sunnah, dan baca Al-Qur'an saya juga melakukannya, cuma belum rutin saja. Semoga Allah mudahkan."³³⁶ Komitmen seperti ini mencerminkan upaya para istri untuk menjaga hubungan yang kuat dengan Sang Pencipta, dan dapat berdampak positif pada ketenangan jiwa dan keharmonisan keluarga.

Spiritualitas juga tercermin dalam peran para istri sebagai teladan bagi anak-anak mereka. ND membagikan pengalamannya, "Jika saya salat atau sedang membaca Al-Qur'an, anak saya yang masih balita tiba-tiba ikut salat dan membaca Al-Qur'an juga."³³⁷ Hal ini menunjukkan bagaimana praktik ibadah yang konsisten oleh orang tua dapat memberikan contoh yang baik bagi anak-anak dan menanamkan nilai-nilai keislaman sejak dini.

Selain memperkuat hubungan pribadi dengan Allah, praktik spiritual juga membawa dampak positif pada dinamika rumah tangga. IS mengatakan, "Keluarga yang dilandasi dengan spiritual atau agama yang dijaga, maka kehidupan dalam berkeluarga akan lebih tenang dan tentram karena didalamnya selalu ada rasa syukur, saling menerima kekurangan dan kelebihan dari pasangannya."³³⁸ Dengan landasan spiritual yang kuat, para istri di Desa Setia Marga mampu menciptakan suasana keluarga yang harmonis, penuh syukur, dan siap menghadapi tantangan hidup dengan sabar dan optimisme.

³³⁵ Aziz and Mangestuti, "MEMBANGUN KELUARGA HARMONIS MELALUI CINTA DAN SPIRITUALITAS PADA PASANGAN SUAMI ISTRI DI PROVINSI JAWA TIMUR."

³³⁶ MH, Wawancara (Setia Marga, 26 Januari 2025).

³³⁷ ND, Wawancara (Setia Marga, 24 Januari 2025).

³³⁸ IS, Wawancara (Setia Marga, 1 Februari 2025).

d) Peran Istri dalam Pengelolaan Rumah Tangga

Pengelolaan rumah tangga merupakan peran penting istri yang memengaruhi keharmonisan keluarga, mencakup pengaturan rumah, pelayanan kepada suami, pengasuhan anak, manajemen waktu, serta pengelolaan sumber daya dan keuangan keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa pengelolaan keuangan yang baik dapat meningkatkan keharmonisan rumah tangga,³³⁹ dan hasil wawancara mengungkapkan bahwa setiap istri memiliki strategi berbeda dalam menjalankan peran ini sesuai dengan kondisi dan kebutuhan keluarga masing-masing.

MH, misalnya, mengungkapkan bahwa ia mengelola rumah tangga dengan santai tetapi tetap bertanggung jawab apalagi melayani suami adalah prioritasnya. Ia berkata,

*Saya santai saja kalau mengurus rumah tangga, kalau lelah saya berhenti dulu tapi jika untuk keperluan suami maka saya utamakan, alhamdulillah anak yang paling besar mudah disuruh membantu ibunya beres-beres. Kalau tidak mau mengerjakan, maka saya terkadang menasihati, terkadang langsung marah.*³⁴⁰

Sikap fleksibel ini menunjukkan bagaimana ia menyeimbangkan antara tanggung jawab dan kebutuhan istirahat, sekaligus melibatkan anak-anak dalam pekerjaan rumah untuk melatih mereka menjadi lebih mandiri.

Sebaliknya, FI yang berprofesi sebagai guru memiliki pendekatan yang lebih terstruktur dalam memanfaatkan waktu. Ia menjelaskan,

*Waktu benar-benar saya pergunakan dengan sebaik mungkin. Saya bangun sekitar jam 4 subuh, itu sudah selesai sholat langsung menyiapkan kebutuhan anak dan suami. Masakan sudah tersedia, setidaknya ada nasi yang sudah matang sebelum saya berangkat kerja, sehingga semuanya tidak ada yang terlalaikan.*³⁴¹

Pendekatan ini menunjukkan bagaimana manajemen waktu yang baik dapat membantu istri memenuhi tanggung jawab rumah tangga dan memprioritaskan kebutuhan suami sambil tetap menjalankan profesinya. Selain itu, beberapa informan, seperti HT³⁴² dan ND, mengungkapkan bahwa suami mereka turut membantu pekerjaan rumah tangga, terutama ketika mereka sedang sibuk. Hal ini, menurut mereka, menjadi faktor penting dalam

³³⁹ Jumiati Jumiati et al., "The Lifestyle of Wives and the Harmony of Samawa Families in Bilalangge Village: A Review from the Perspective of Islamic Law," *Jurnal Marital: Kajian Hukum Keluarga Islam* 2, no. 2 (May 28, 2024): 92–104.

³⁴⁰ MH, Wawancara (Setia Marga, 16 November 2024).

³⁴¹ FI, Wawancara (Setia Marga, 14 April 2024).

³⁴² HT Observasi (Setia Marga, 25 Mei 2024).

meningkatkan keharmonisan keluarga. Kerjasama antara suami dan istri tidak hanya meringankan beban tanggung jawab, tetapi juga mempererat hubungan emosional antara pasangan.

Kemudian terkait pengelolaan keuangan, informan EN menyatakan, “saya ketika membeli sesuatu yang sangat saya inginkan maka saya akan berfikir lagi jika hal itu benar-benar dibutuhkan maka saya beli, jika tidak maka saya tahan untuk kebutuhan lain yang lebih penting.”³⁴³ FI memiliki pandangan serupa, sedangkan IS lebih senang membuat perencanaan dengan mencatat pemasukan dan pengeluaran agar semua terkontrol.³⁴⁴ Para istri ini memprioritaskan kebutuhan pokok dibanding keinginan pribadi, yang mencerminkan kedewasaan dalam mengelola keuangan rumah tangga. Kesimpulannya, keberhasilan dalam pengelolaan rumah tangga bergantung pada fleksibilitas istri dalam menyesuaikan gaya hidup dengan kondisi keluarga, serta dukungan dari suami yang memperkuat keharmonisan rumah tangga.

e) Kepedulian Terhadap Kesehatan

Gaya hidup istri di Desa Setia Marga mencerminkan kepedulian terhadap kesehatan fisik, mental, dan emosional keluarga melalui pola makan sehat, aktivitas fisik, dan menjaga kesehatan mental secara sederhana sesuai kondisi mereka. Penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup sehat berperan penting dalam menciptakan keharmonisan keluarga.³⁴⁵

Dalam hal menjaga pola makan sehat, para istri berusaha menyajikan makanan yang bergizi dan aman bagi keluarga. Sebagaimana yang disampaikan oleh ND,

*Saya sudah mengganti bumbu dapur dengan yang organik, seperti gula diganti ke gula merah dan garam dapur saya ganti ke garam Himalaya. Alhamdulillah atas izin Allah, sakit saya nggak pernah kambuh lagi sehingga saya bisa merawat keluarga dengan baik dan bersemangat dalam beribadah, insya Allah.*³⁴⁶

Langkah ini menunjukkan kesadaran para istri terhadap pentingnya bahan makanan alami yang tidak hanya mendukung kesehatan fisik tetapi juga membantu menjaga kondisi emosional mereka agar tetap stabil dalam menjalankan tugas rumah tangga.

³⁴³ EN, Wawancara (Setia Marga, 17 November 2024).

³⁴⁴ IS, Wawancara (Setia Marga, 1 Februari 2025).

³⁴⁵ Jumiati et al., “The Lifestyle of Wives and the Harmony of Samawa Families in Bilalangge Village: A Review from the Perspective of Islamic Law.”

³⁴⁶ ND, Wawancara (Setia Marga, 25 Mei 2024).

Selain itu, aktivitas fisik dan olahraga juga menjadi bagian penting dari gaya hidup mereka, meskipun tidak semua istri memiliki waktu khusus untuk berolahraga. MH seorang ibu rumah tangga yang sering menemani suaminya bekerja, misalnya, menyatakan bahwa aktivitas sehari-hari yang dilakukannya sudah cukup untuk menjaga kebugaran tubuh;

Sudah pasti makanan bergizi saya siapkan, tapi kalau olahraga saya jarang. Paling olahraga itu mengerjakan aktivitas di rumah atau membantu suami di ladang, itu sudah berkeringat banyak. Alhamdulillah, ketika anak-anak semuanya sehat, saya bisa andalkan mereka untuk membantu pekerjaan rumah.³⁴⁷

Pernyataan ini mencerminkan bahwa aktivitas rumah tangga dan membantu pekerjaan suami dianggap sebagai bentuk olahraga alami yang mendukung kesehatan mereka.

Tidak hanya itu, beberapa istri juga mengandalkan pengobatan herbal untuk menjaga kesehatan keluarga. Sebagaimana yang dikatakan oleh ND seorang ibu rumah tangga yang berumur 42 tahun, "Saya biasanya menyiapkan obat-obatan herbal untuk kesehatan keluarga agar terhindar dari penyakit."³⁴⁸ Penggunaan herbal ini tidak hanya dianggap lebih aman tetapi juga mencerminkan pola hidup sehat yang berakar pada kearifan lokal dan tradisi yang diwariskan di desa tersebut.

Selain pola makan dan aktivitas fisik, kepedulian terhadap kesehatan mental dan emosional juga menjadi perhatian penting. Para istri menyadari bahwa makanan yang dikonsumsi memengaruhi hormon dan suasana hati, sehingga pola makan sehat dianggap sebagai salah satu cara untuk menjaga kesehatan mental keluarga. Dengan memastikan bahwa makanan yang disajikan bergizi, para istri tidak hanya menjaga kesehatan fisik keluarga tetapi juga menciptakan suasana rumah tangga yang harmonis dan mendukung

Dengan kombinasi perhatian terhadap pola makan sehat, aktivitas fisik, penggunaan herbal, serta kesehatan mental, para istri di Desa Setia Marga membuktikan bahwa kepedulian terhadap kesehatan merupakan bagian integral dari gaya hidup yang mereka terapkan. Hal ini tidak hanya mendukung terciptanya keluarga yang sehat secara fisik, tetapi juga membangun harmoni dan kebahagiaan dalam rumah tangga.

2. Pandangan Islam Terhadap *Life Style* Istri

Dalam Islam, peran gaya hidup istri sangatlah penting dalam membangun dan menjaga keharmonisan rumah tangga. Gaya hidup atau *life style* yang dijalani oleh seorang istri tidak

³⁴⁷ MH, Wawancara (Setia Marga, 26 Januari 2025).

³⁴⁸ ND, Wawancara (Setia Marga, 26 Januari 2025).

hanya berdampak pada dirinya sendiri, tetapi juga berpengaruh terhadap suami, anak-anak, serta lingkungan keluarganya secara keseluruhan sebagaimana perkataan informan sebelumnya. Islam telah memberikan pedoman yang jelas mengenai bagaimana seorang istri seharusnya menjalani kehidupannya agar dapat menciptakan keluarga yang *sakinah* (tenang), *mawaddah* (penuh cinta), dan *warahmah* (dipenuhi kasih sayang).

a) Kewajiban Pendidikan dalam Islam dan Penekanan Pada Pentingnya Menuntut Ilmu Bagi Perempuan

Wanita merupakan bagian penting dalam masyarakat, sehingga mereka juga memiliki peran dan tanggung jawab dalam membangun serta memperbaiki kehidupan sosial. Untuk menjalankan tugas ini, ilmu pengetahuan menjadi kebutuhan mutlak. Oleh karena itu, kaum wanita harus memiliki wawasan yang cukup agar dapat melaksanakan tanggung jawabnya dengan baik.³⁴⁹

Tanpa ilmu, seorang wanita akan kesulitan dalam membina dirinya sendiri, keluarganya, dan masyarakat di sekitarnya. Oleh karena itu, Islam menekankan pentingnya pendidikan bagi perempuan, karena mereka memiliki andil besar dalam menciptakan generasi yang berilmu dan berakhlak mulia. Allah *Ta'ala* berfirman dalam Al-Qur'an;

قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ۚ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ

*Katakanlah, 'Adakah sama orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang yang tidak mengetahui.' Sesungguhnya orang yang berakallah yang dapat menerima pelajaran.*³⁵⁰

Seorang perempuan yang berilmu akan lebih mampu menjalankan kewajiban-kewajibannya dalam beribadah, serta dalam menjaga kemurnian aqidah dan aktif dalam amar ma'ruf nahi munkar. Dengan ilmu, perempuan juga dapat berkontribusi dalam berbagai aspek kehidupan, tidak hanya dalam lingkup keluarga tetapi juga dalam kemajuan masyarakat dan bangsa.³⁵¹ Perempuan atau seorang ibu merupakan madrasah pertama bagi anak dan mereka memegang peranan penting terhadap keberlangsungan pendidikan anak yang tidak bisa diabaikan.³⁵²

³⁴⁹ Abu Ziyad Agus Santoso, "Makalah Prof. Dr. Sholih as-Sadlan," *Majalah Al-Sadlan*, Edisi 29 Tahun V, 15 Sya'ban 1421 H, 2000.

³⁵⁰ Qs. Az-zumar/39:9.

³⁵¹ Deri Yansyah et al., "Pengaruh Pendidikan Bagi Perempuan Untuk Mendapat Kesempatan Kerja Guna Meningkatkan Perekonomian Keluarga," *Jurnal Pendidikan Non formal* 1, no. 3 (April 29, 2024): 13.

³⁵² N. Aeni, "Peran Perempuan Dalam Pendidikan Anak Dimasa Pandemi Covid-19," *QAWWAM: Journal for gender mainstreaming* 15, no. 2 (2021): 1–20.

Berdasarkan gaya hidup informan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa mereka sangat mementingkan pendidikan sebagai bekal utama dalam membentuk keluarga yang harmonis dan sesuai dengan prinsip *sakinah, mawaddah, warahmah*.

b) Keterlibatan dalam Kegiatan Sosial dan Komunitas menurut Islam

Persatuan adalah kunci kekuatan, sementara perpecahan hanya akan melemahkan suatu komunitas. Dalam Islam, kehidupan sosial dibangun di atas prinsip ukhuwah Islamiyah (persaudaraan dalam Islam), yang menjadi pondasi bagi terwujudnya solidaritas dan kebersamaan di tengah masyarakat.³⁵³ Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

الْمُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِ كَالْبُنْيَانِ يَشُدُّ بَعْضُهُ بَعْضًا

*Orang mukmin dengan orang mukmin yang lain seperti sebuah bangunan, sebagian menguatkan sebagian yang lain.*³⁵⁴

Hadis ini mengajarkan bahwa setiap individu memiliki peran untuk saling mendukung, karena sesama muslim diibaratkan seperti satu tubuh yang ikut merasakan sakit bila salah satu bagiannya terluka. Hal ini menegaskan pentingnya menjalin interaksi sosial yang dilandasi kasih sayang, kepedulian, dan perhatian terhadap sesama.

Ukhuwah Islamiyah merupakan salah satu nilai utama yang ingin diwujudkan dalam ajaran Islam. Ikatan ini bukan hanya sebatas hubungan sosial biasa, tetapi juga merupakan bagian dari keimanan yang kuat. Sebagaimana sabda Nabi *shallallahu ‘alaihi wasallam*,

أَوْثَقُ عُرَى الْإِيمَانِ أَلْمَوَالَةُ فِي اللَّهِ وَالْمَعَادَةُ فِي اللَّهِ وَالْحُبُّ فِي اللَّهِ وَالْبُغْضُ فِي اللَّهِ

*Tali iman yang paling kuat adalah saling berkasih-sayang karena Allah, memusuhi karena Allah, mencintai karena Allah dan membenci karena Allah.*³⁵⁵

Dengan ukhuwah Islamiyah, kaum muslimin dapat membangun kebersamaan yang harmonis, penuh cinta dan kasih sayang, sehingga kebahagiaan dalam kehidupan bermasyarakat dapat terwujud.

³⁵³ Zainal Abidin, “Menggalang Solidaritas Dan Ukhuwah Sejati,” last modified 2025, accessed February 11, 2025, <https://almanhaj.or.id/39097-menggalang-solidaritas-dan-ukhuwah-sejati-2.html>.

³⁵⁴ Muslim bin al-Hajjaj Al-Naisaburi, “Rahmat Dan Lemah Lembut Terhadap Sesama Mukmin, Hadis No. 4684,” in *Shahih Muslim, Kitab Al-Birr Wa Al-Silah Wa Al-Adab*, n.d.

³⁵⁵ HR. Imam Ath Thabrani, *Mu'jamul Kabir, Juz 11, Hlm. 215 Dan Al Baghawhi Dalam Syarah Sunnah, Juz 3, Hlm. 429; Majmauz Awa'id, Juz 1, Hlm. 90, Serta Silsilah Hadis Shahihah, Juz 2, Hadis No. 998*, n.d.

Islam juga menekankan pentingnya adab dalam berinteraksi, baik dengan sesama muslim maupun dengan masyarakat umum, termasuk non-muslim. Seorang muslim bebas bergaul selama tidak bertentangan dengan syariat.³⁵⁶ Bagi seorang istri, keterlibatan dalam kehidupan sosial harus tetap menjaga kehormatan dan mematuhi batasan agama, seperti menundukkan pandangan, menutup aurat, tidak melembutkan suara di depan non-mahram, serta menghindari berduaan (*khalwat*) dan tidak memakai parfum saat keluar rumah.³⁵⁷

Dalam konteks keterlibatan sosial, hasil wawancara dengan para informan menunjukkan bahwa mereka aktif dalam berbagai kegiatan komunitas seperti arisan, pengajian, dan PKK. Kegiatan-kegiatan ini mayoritas diikuti oleh kaum perempuan, sehingga tidak bertentangan dengan adab pergaulan dalam Islam. Sebaliknya, aktivitas ini justru memperkuat relasi sosial, mempererat ukhuwah, dan meningkatkan kebersamaan dalam membangun masyarakat yang harmonis. Oleh karena itu, Islam tidak melarang keterlibatan wanita dalam kehidupan sosial, selama hal tersebut dilakukan dengan niat yang baik dan tetap mematuhi batasan-batasan syariat.

c) Prioritas Istri dalam Mengurus Suami serta Tanggungjawab Istri dalam Pengelolaan Rumah Tangga dan Mendidik Anak

Seorang istri memiliki peran yang sangat penting dalam membangun keluarga yang *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Ia memiliki tanggung jawab dalam mengelola rumah tangga serta mendidik anak-anaknya agar tumbuh menjadi generasi yang beriman dan bertakwa. Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى أَهْلِ بَيْتِ زَوْجِهَا وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ

*Seorang istri bertanggung jawab terhadap rumah suaminya, ia akan ditanya di akhirat tentang semua itu.*³⁵⁸

Hadis ini menegaskan bahwa seorang istri memiliki peran yang krusial dalam menjaga keharmonisan rumah tangga dan bertanggung jawab atas kesejahteraan keluarga. Seorang istri yang salihah akan berusaha membantu suaminya dalam berbagai aspek kehidupan, baik dalam

³⁵⁶ S. Handriani, “Adab Muslimah Dalam Menggunakan Media Sosial Berdasarkan Qs. Al-Ahzab Perspektif Tafsir Al-Misbah ” (Institut Agama Islam Negeri Curup, 2021).

³⁵⁷ Ahsanul Muttaqien, “Etika Bergaul Kaum Wanita,” last modified 2016, accessed July 16, 2025, iainmadura.ac.id.

³⁵⁸ Abu Abdillah Muhammad Ibn Ismail Ibn Ibrahim Al-Bukhari, *Sahihul Bukhari (Jilid 5, No.893)* , vol. 5 (Riyadh: Dar Thibah, n.d.).

hal pengelolaan rumah tangga, pengasuhan anak, maupun dalam memberikan dukungan moral dan spiritual.

Hal ini telah dicontohkan oleh istri-istri salihah dari kalangan shahabiyah seperti yang dilakukan Asma' bintu Abi Bakar Ash-Shiddiq *radhiyallahu 'anhuma* yang berkhidmat kepada suaminya, Az-Zubair ibnul 'Awwam *radhiyallahu 'anhu*. Ia mengurus hewan tunggangan suaminya, memberi makan dan minum kudanya, menjahit dan menambal embernnya, serta mengadon tepung untuk membuat kue.”³⁵⁹

Selain itu, tanggung jawab terbesar seorang istri adalah dalam mendidik anak-anaknya. Seorang ibu adalah madrasah pertama bagi anak-anaknya, dan pendidikan yang diberikan sejak dini akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan akhlak serta keimanan mereka. Oleh karena itu, seorang ibu harus membimbing anak-anaknya agar mengenal dan mencintai Allah, memahami ajaran Islam, serta menjauhi segala bentuk kesyirikan. Hal ini sebagaimana nasihat Luqman kepada anaknya yang diabadikan dalam Al-Qur'an;

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ

*Dan ingatlah ketika Luqman berkata kepada anaknya, ketika ia memberi pelajaran kepadanya, 'Wahai anakku! Janganlah engkau memperskutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan Allah adalah benar-benar kezhaliman yang besar.'*³⁶⁰

Dari ayat ini, dapat diambil pelajaran bahwa seorang ibu harus mendidik anak-anaknya dengan nilai-nilai tauhid,³⁶¹ menanamkan kecintaan kepada Allah dan Rasul-Nya, serta membimbing mereka agar berakhlak mulia. Pendidikan yang baik akan menjadi fondasi utama dalam membangun keluarga yang harmonis dan diridhai oleh Allah.

Hal ini sejalan dengan apa yang sudah dilakukan informan sebelumnya dimana para informan tidak abai dalam mendidik anak mereka dan menjalankan kegiatan sosial yang tidak bertentangan dengan nilai-nilai *syariat*.

³⁵⁹ Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim bin Warad al-Qushayri Al-Naysaburi, “Kitab Al-Birr Wa Al-Shilah Wa Al-Adab, Bab Faḍl Al-Mu‘āna ‘ala Al-Masālih, No. 2182,” in *Ṣaḥīḥ Muslim*, 2nd ed. (Beirut: Dar Ihya Al-Turath Al-Arabi, 2000).

³⁶⁰ Qs. Luqman/31:13.

³⁶¹ Wahbah Az-Zuhaili, “Surat Luqman Ayat 13 ,” accessed June 10, 2025, <https://tafsirweb.com/7497-surat-luqman-ayat-13.html>.

d) Nilai-Nilai Spiritual dalam Kehidupan Istri dan Pandangan Islam Mengenai Praktik Ibadah Istri serta Keseimbangan antara Kehidupan Duniawi dan Spiritual.

Dalam rumah tangga, nilai spiritual berperan penting membentuk keluarga *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Istri bukan hanya sebagai pendamping suami, tetapi juga sebagai fondasi pembentukan karakter anak dan penanam nilai keimanan sejak dini. Karena itu, keseimbangan antara kehidupan duniawi dan spiritual menjadi sangat penting agar istri dapat menjalankan perannya secara optimal dalam keluarga dan masyarakat.³⁶²

Dalam Islam, keteladanan menjadi kunci pendidikan, dan *Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam* adalah teladan terbaik dalam membentuk kepribadian muslim. Beliau selalu berakhlak luhur, menahan diri dalam suka dan duka, serta bersikap bijak, sebagaimana riwayat Jabir bin Samurah yang menyebut Rasulullah hanya tersenyum tanpa berlebihan. Sikap beliau menjadi pelajaran berharga, terutama bagi istri dan ibu, dalam mendidik anak melalui keteladanan sehari-hari.³⁶³

Selain itu, dalam menjalankan fungsi religiusnya, seorang istri juga memiliki tanggung jawab untuk menjaga keluarganya dari perbuatan yang bertentangan dengan ajaran Islam, sebagaimana firman Allah 'Azza wa Jalla;

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ يُؤْمَرُونَ

*Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu. Penjaganya adalah malaikat-malaikat yang kasar dan keras. Mereka tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepadanya dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.*³⁶⁴

Ayat ini menegaskan bahwa tanggung jawab seorang muslim bukan hanya terbatas pada dirinya sendiri, tetapi juga pada keluarganya. Oleh karena itu, seorang istri harus memastikan

³⁶² Muhammad Muslih, "Peran Ibu Dalam Melatih Pengamalan Beragama Pada Anak Di Lingkungan Keluarga," *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan* 2, no. 1 (January 1, 2021): 162–170.

³⁶³ Supardi Ritonga, "Penanaman Nilai Dan Pembentukan Sikap Pada Anak Melalui Metode Keteladanan Dan Pembiasaan Dalam Keluarga," *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 1, no. 2 (2021): 131–141.

³⁶⁴ Qs. At-Tahrim/66:6.

bahwa keluarganya menjalankan ajaran Islam dengan benar, tidak hanya dalam aspek ibadah tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.³⁶⁵

Dari penelitian yang dilakukan terhadap para informan di Desa Setia Marga, ditemukan bahwa sebagian masyarakat masih melakukan beberapa amalan yang tidak sesuai dengan tuntunan Rasulullah, seperti tradisi sholawatan dan yasinan.³⁶⁶ Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat praktik ibadah yang perlu disesuaikan dengan ajaran Islam yang murni. Oleh karena itu, penting bagi seorang istri untuk memiliki pemahaman yang benar tentang ibadah yang sesuai dengan sunnah, sehingga ia dapat membimbing keluarganya menuju jalan yang diridai Allah *Ta'ala*.

e) Kepedulian terhadap Kesehatan dalam Islam

Dengan menjaga keseimbangan antara kehidupan duniawi dan spiritual, seorang istri dapat menjadi teladan bagi keluarganya. Ia tak hanya mengurus rumah tangga, tetapi juga mendidik anak dan membimbing keluarganya dalam ibadah sesuai tuntunan Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam, sehingga tercipta keluarga yang harmonis, penuh berkah, serta berlandaskan nilai-nilai Islam menuju keluarga sakinah, mawaddah, dan rahmah.

Kesehatan merupakan nikmat yang sangat berharga dalam kehidupan seorang muslim. Islam mendorong umatnya untuk menjaga kesehatan, karena tubuh yang sehat akan lebih optimal dalam menjalankan ibadah dan aktivitas sehari-hari. Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda;

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ

*Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada Mukmin yang lemah.*³⁶⁷

Hadis ini menunjukkan bahwa kekuatan mukmin terletak pada iman dan kesehatan fisik. Tubuh yang sehat mendukung ibadah dan aktivitas kebaikan, sehingga menjaga kesehatan

³⁶⁵ Markaz Tafsir Riyadh, "Tafsir Al-Mukhtashar, Tafsir Surah At-Tahrim: 6, Di Bawah Pengawasan Syaikh Dr. Shalih Bin Abdullah Bin Humaid," accessed June 4, 2025, <https://tafsirweb.com>.

³⁶⁶ Observasi (Setia Marga, 25 April 2024).

³⁶⁷ Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim bin Warad al-Qushayri Al-Naysaburi, "Kitab Al-Birr Wa Al-Ṣilah Wa Al-Adab, Bab Faḍl Al-Dhikr Wa Al-Du'ā' Wa Al-Taḳarrub Ilā Allāh, No. 2664," in *Ṣaḥīḥ Muslim*, 2nd ed., vol. 2 (Beirut: Dār Ihyā' al-Turāth al-'Arabī, 1991), 2062.

menjadi ikhtiar muslim untuk hidup produktif dan bermanfaat bagi keluarga serta masyarakat.³⁶⁸

Hasil wawancara menunjukkan bahwa menjaga kesehatan membantu istri lebih semangat beribadah dan optimal dalam mengurus keluarga. Tubuh yang sehat mendukung tanggung jawab rumah tangga dan aktivitas sosial. Hal ini sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan keseimbangan fisik, mental, dan spiritual sebagai bagian dari mewujudkan keluarga sakinah, mawaddah, dan rahmah.

D. KESIMPULAN

1. Gaya hidup (life style) istri yang berkembang di Desa Setia Marga mencakup pendidikan dan pengembangan diri, kegiatan sosial dan komunitas, praktik sosial dan religius, pengelolaan dalam rumah tangga, dan kepedulian terhadap kesehatan. Dalam pendidikan dan pengembangan diri mencakup pendidikan formal maupun non-formal. Pendidikan formal, seperti sekolah atau kuliah, pendidikan nonformal mencakup berbagai pelatihan keterampilan, seminar parenting daring, atau membaca tentang permasalahan parenting. Kegiatan sosial dan komunitas meliputi pengajian, rawan, arisan, dan Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). Praktik sosial dan religius tercermin pada pelaksanaan ibadah wajib dan sunnah dengan rutin sebagai bagian dari gaya hidup spiritual mereka. Pengelolaan dalam rumah tangga terapkan dalam kemampuan istri untuk menyesuaikan gaya hidupnya dengan kondisi dan kebutuhan keluarga. Sedangkan kepedulian terhadap kesehatan tercermin pada pola makan sehat, aktivitas fisik, penggunaan herbal, serta kesehatan mental.
2. Dari perspektif Islam, gaya hidup istri yang selaras dengan ajaran agama menjadi landasan penting dalam mewujudkan keluarga yang ideal. Keberadaan istri sebagai pilar utama dalam keluarga seharusnya mendapat perhatian dan pengakuan yang lebih besar dalam masyarakat. Oleh karenanya, dapat diketahui bahwa gaya hidup istri yang selaras dengan nilai-nilai Islam memiliki peran sentral dalam membentuk keluarga yang sakinah, mawaddah, dan warahmah.

³⁶⁸ Ahmad bin Ali Ibnu Hajar Al-Asqalani, *Fath Al-Bari Syarh Shahih Al-Bukhari*, vol. 10 (Beirut: Dar Al-Ma'arif, 2001) 451.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan lebih dalam mengenai pentingnya peran istri dalam membangun kehidupan keluarga yang harmonis, membuka jalan untuk penelitian lebih lanjut di bidang keluarga dan gender serta dapat menjadi rujukan bagi kebijakan dan program pemberdayaan perempuan dalam konteks keluarga dan masyarakat.

E. DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an Al-Karim

- Abdussamad, Zuchri. *Metode Penelitian Kualitatif. Makassar* . Makassar: CV Syakir Media Press, 2021.
- Abidin, Zainal. "Menggalang Solidaritas Dan Ukhuwah Sejati." Last modified 2025. Accessed February 11, 2025. <https://almanhaj.or.id/39097-menggalang-solidaritas-dan-ukhuwah-sejati-2.html>.
- Aditama, Rekan Akmal. "Pengaruh Tingkat Pendidikan Suami Istri Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga." Institut Agama Islam Negeri Metro, 2020.
- Aeni, N. "Peran Perempuan Dalam Pendidikan Anak Dimasa Pandemi Covid-19." *QAWWAM: Journal for gender mainstreaming* 15, no. 2 (2021): 1–20.
- Al-Asqalani, Ahmad bin Ali Ibnu Hajar. *Fath Al-Bari Syarh Shahih Al-Bukhari*. Vol. 10. Beirut: Dar Al-Ma'arif, 2001.
- Al-Bukhari, Abu Abdillah Muhammad Ibn Ismail Ibn Ibrahim. *Sahihul Bukhari (Jilid 5, No.893)* . Vol. 5. Riyadh: Dar Thibah, n.d.
- Al-Naisaburi, Muslim bin al-Hajjaj. "Rahmat Dan Lemah Lembut Terhadap Sesama Mukmin, Hadis No. 4684." In *Shahih Muslim, Kitab Al-Birr Wa Al-Silah Wa Al-Adab*, n.d.
- Al-Naysaburi, Abu al-Husain Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim bin Warad al-Qushayri. "Kitab Al-Birr Wa Al-Shilah Wa Al-Adab, Bab Faḍl Al-Mu'âna 'ala Al-Masâlih, No. 2182." In *Ṣaḥīḥ Muslim*. 2nd ed. Beirut: Dar Ihya Al-Turath Al-Arabi, 2000.
- . "Kitab Al-Birr Wa Al-Silah Wa Al-Adab, Bab Faḍl Al-Dhikr Wa Al-Du'â' Wa Al-Taḡarrub Ila Allâh, No. 2664 ." In *Ṣaḥīḥ Muslim*, 2:2062. 2nd ed. Beirut: Dâr Ihyâ' al-Turâth al-'Arabî, 1991.
- Az-Zuhaili, Wahbah. "Surat Luqman Ayat 13 ." Accessed June 10, 2025. <https://tafsirweb.com/7497-surat-luqman-ayat-13.html>.
- Aziz, Rahmat, and Retno Mangestuti. "MEMBANGUN KELUARGA HARMONIS MELALUI CINTA DAN SPIRITUALITAS PADA PASANGAN SUAMI ISTRI DI PROVINSI JAWA TIMUR." *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen* 14, no. 2 (June 28, 2021): 129–139.
- Bhakti, P. A. K., M. Taqiyuddin, and H. Saputra. "Keluarga Sakinah Menurut Perspektif Al-Qur'an. ." *Al Tadabbur: Jurnal Ilmu Alquran dan Tafsir* 5, no. 2 (2020): 229–250.
- Duri, Afika, Hasyim As'ari, and Irhamudin. "Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Membentuk Keluarga Sakinah Mawaddah Warrohman Di Desa Gedung Jaya Negara Batin Way Kanan." *Attractive : Innovative Education Journal* 6, no. 1 (2024): 339–348.

- Fauzi, Mahfudh. "Diktat Matakuliah Psikologi Keluarga ." Last modified 2018. Accessed June 9, 2025. <http://stisnutangerang.ac.id/wp-content/uploads/2018/09/FULL-Diktat-Matakuliah-Psikologi-Keluarga-Mahfudh-Fauzi.pdf>.
- Hamadi, Abu. *Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: Rhineka Cipta, 2004.
- Handriani, S. "Adab Muslimah Dalam Menggunakan Media Sosial Berdasarkan Qs. Al-Ahzab Perspektif Tafsir Al-Misbah ." Institut Agama Islam Negeri Curup, 2021.
- HR. Imam Ath Thabrani. *Mu'jamul Kabir, Juz 11, Hlm. 215 Dan Al Baghawi Dalam Syarah Sunnah, Juz 3, Hlm. 429; Majmauz Awaid, Juz 1, Hlm. 90, Serta Silsilah Hadis Shahihah, Juz 2, Hadis No. 998*, n.d.
- Jumiati, Jumiati, Rusdaya Basri, Moh. Yasin Soemena, and Naharuddin SR. "The Lifestyle of Wives and the Harmony of Samawa Families in Bilalangge Village: A Review from the Perspective of Islamic Law." *Jurnal Marital: Kajian Hukum Keluarga Islam* 2, no. 2 (May 28, 2024): 92–104.
- Mardiyana, Alfa. "PERAN ISTRI DALAM PEMBENTUKAN KELUARGA SAKINAH MENURUT AL-QUR'AN (PERSPEKTIF TAFSIR AL-MISBAH DAN TAFSIR AL-AZHAR)." *Kontemplasi: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin* 5, no. 1 (June 9, 2017).
- Markaz Ta'dzhim al-Qur'an. *Tafsir Al-Madinah Al-Munawwarah, Di Bawah Pengawasan Syaikh Prof. Dr. Imad Zuhair Hafidz*. Madinah: Universitas Islam Madinah, n.d.
- Markaz Tafsir Riyadh. "Tafsir Al-Mukhtashar, Tafsir Surah At-Tahrim: 6, Di Bawah Pengawasan Syaikh Dr. Shalih Bin Abdullah Bin Humaid." Accessed June 4, 2025. <https://tafsirweb.com>.
- Muslih, Muhammad. "Peran Ibu Dalam Melatih Pengamalan Beragama Pada Anak Di Lingkungan Keluarga." *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan* 2, no. 1 (January 1, 2021): 162–170.
- Mustofiyah, Nurul. "Pengaruh Gaya Hidup Harga Dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Smartphone Iphone Pada Generasi Z Di Kota Jakarta Timur." Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi GICI, 2024. Accessed July 16, 2025. <https://repository.stiegici.ac.id/document/2377/pengaruh-gaya-hidup-harga-dan-kualitas-produk-terhadap-keputusan-pembelian-smartphone-iphone-pada-generasi-z-di-kota-jakarta-timur>.
- Muthmainnah, Sari Anthika, and Nurul Hidayah. "Konsep Sakinah Sebagai Landasan Pendidikan Anak Dalam Keluarga." *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin* 4, no. 2 (April 30, 2024): 125–136.
- Muttaqien, Ahsanul. "Etika Bergaul Kaum Wanita." Last modified 2016. Accessed July 16, 2025. iainmadura.ac.id.
- Nadzir, Moh. *Metode Penelitian Cet. Ke-6* . Jakarta: Ghalia Indonesia, 2005.
- Ritonga, Supardi. "Penanaman Nilai Dan Pembentukan Sikap Pada Anak Melalui Metode Keteladanan Dan Pembiasaan Dalam Keluarga." *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 1, no. 2 (2021): 131–141.
- Rohmah, Elva Imeldatur, and Arif Jamaluddin Malik. "Peran Wanita Untuk Mewujudkan Keluarga Sakinah Dalam Pemikiran Islam Klasik Dan Kontemporer." *AL-HUKAMA* ' 12, no. 2 (December 18, 2022): 96–112.
- Santoso, Abu Ziyad Agus. "Makalah Prof. Dr. Sholih as-Sadlan." *Majalah Al-Sadlan, Edisi 29 Tahun V, 15 Sya'ban 1421 H*, 2000.
- Staff, Shopify. "Simple Habits of Successful People: 10 Habits To Cultivate ." Last modified 2025. Accessed June 9, 2025. <https://www.shopify.com/id/blog/habits-of-successful-people>.

- Suhendri, H. K. "Relevansi Perjanjian Pranikah Antara Hukum Negara Dan Hukum Agama. ." *Muhammadiyah Law Review* 4, no. 1 (2020): 45–54.
- Yansyah, Deri, Evy Ratna Kartika Wati, Mega Nurrizalia, M. Ilham Kurniawan, Amira Batrisya, and Riska Wulandari. "Pengaruh Pendidikan Bagi Perempuan Untuk Mendapat Kesempatan Kerja Guna Meningkatkan Perekonomian Keluarga." *Jurnal Pendidikan Non formal* 1, no. 3 (April 29, 2024): 13.