

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Keluarga Sakinah

Keluarga sakinah adalah konsep keluarga dalam Islam yang menggambarkan keadaan keluarga yang harmonis, sejahtera, dan berkeadilan. Keluarga sakinah dicapai melalui penerapan nilai-nilai Islam dalam kehidupan keluarga, termasuk menjaga kesehatan mental anggota keluarga. Kata keluarga sakinah terdiri dari dua kalimat yaitu “keluarga” dan “sakinah”. Keluarga dapat didefinisikan sebagai sekelompok orang yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anaknya. Sedangkan kata sakinah adalah istilah dalam Bahasa Arab yang artinya ketenangan, kedamaian dan ketentraman.¹

Oleh karena itu, keluarga sakinah adalah keluarga yang merasakan ketenangan, kedamaian, dan ketentraman di dalam lingkungan keluarga, yang bebas dari kekacauan dan keributan serta dalam keadaan aman.² Setelah memahami dengan jelas arti dari keluarga sakinah, setiap pasangan tentu memahami bagaimana cara menjaga keharmonisan dalam rumah tangga sesuai dengan ajaran Islam, sehingga konflik dalam rumah tangga dapat dihindari. Kebahagiaan keluarga merupakan hasil dari kerja sama antara suami dan istri yang saling memahami dalam pernikahan, dan membentuk fondasi bagi rumah tangga yang kokoh. Tujuan utama

¹ Juang Samadi and Ahmad Faisal, “Keluarga Sakinah Dalam Keluarga Wanita Karir,” *Jurnal Hukum Islam*, IAIN Sultan Amai Gorontalo Vol. 2 No. 2 (Agustus 2021): 22–40.

² Ukhi Khindarsih, “Keluarga Sakinah Menurut Quraish Shihab Dan Relevansinya Dengan Bimbingan Konseling Keluarga Islam” (Semarang, Universitas Negeri Islam Negeri Walisongo, 2023), 18.

pernikahan adalah untuk menciptakan keluarga yang bahagia, sejahtera, damai, serta untuk mendapatkan keturunan yang sah, serta bertanggung jawab terhadap anak-anaknya dan untuk menjauhkan diri dari perbuatan dosa serta menjaga diri dari godaan yang lain.³

Menurut ketetapan yang dikeluarkan oleh Direktur Jenderal Bimbingan Masyarakat Islam dan Urusan Haji Nomor: D/7/1999 tentang Panduan Pelaksanaan Pembinaan Gerakan Keluarga Sakinah Bagian III Pasal 3, dinyatakan bahwa: "Keluarga sakinah adalah keluarga yang dibentuk melalui ikatan pernikahan yang sah, mampu memenuhi kebutuhan spiritual dan materi secara layak dan seimbang, menciptakan hubungan kasih sayang di antara anggota keluarga dan lingkungan mereka dengan harmonis dan serasi, serta memiliki kemampuan untuk mengamalkan, merasakan, dan menginternalisasi nilai-nilai keimanan, ketakwaan, dan akhlak yang mulia."⁴ Upaya pembentukan keluarga yang sakinah dimulai dari pasangan suami istri mengerti akan kewajiban dan hak masing-masing.

Manusia diciptakan berpasang-pasangan agar dapat saling menyayangi, saling menerima dan memberi antara satu dengan yang lainnya, untuk memperoleh ketentraman jiwa dalam rangka menunjang penghambaan kepada Allah. Melaaksanakan pernikahan merupakan perintah agama dan sekaligus mengikuti jejak dan sunnah Rasul Allah, oleh karena itu jika seseorang telah mencukupi syarat untuk menikah maka dia

³ Samudra Samudera and Wing Redy Prayuda, "Keluarga Sakinah, Mawaddah Perspektif Hukum Islam," *Jurnal Pengkajian Penelitian Ekonomi Dan Ilmu Hukum*, UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon Vol. 6, no. 2 (2021), <https://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/inklusif/article/view/9744>.

⁴ Departemen Agama RI, *Petunjuk Pelaksanaan Pembinaan Keluarga Sakinah* (Bandung: Departemen Kantor Wilayah Provinsi Jawa Barat, 2010), 4.

diperintahkan untuk melaksanakannya, karena dengan menikah hidupnya akan lebih sempurna. Apabila pernikahan dilaksanakan dengan tujuan menjalankan perintah agama dan mengikuti sunnah Rasul, maka pasangan suami istri dapat merasakan ketenangan, cinta dan kasih sayang yang Allah anugerahkan kepada manusia. Hal ini didasarkan pada firman Allah dalam Q.S. An-Nur ayat 32 yang berbunyi:

وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ ۚ إِن يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ
مِنْ فَضْلِهِ ۗ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

Terjemahannya: *Dan Nikahkanlah orang-orang yang masih membujang di antara kamu dan juga orang-orang yang layak (menikah) dan hamba-hamba sahayamu, baik laki-laki dan perempuan. Jika mereka miskin, Allah akan memberi kemampuan kepada mereka dengan karunia-Nya. Allah maha luas (pemberian-Nya) lagi Maha Mengetahui.* (QS. An-Nur: 32).⁵

Ayat di atas memberi penjelasan bahwa proses pembentukan keluarga yang harmonis harus dikonsepsikan dari awal yakni sebelum dilangsungkannya sebuah pernikahan. Konsep ini merupakan seleksi calon pasangan dengan bagian utama yaitu orang yang sendiri. Artinya mereka yang tidak memiliki pasangan hidup, baik karena belum menikah maupun janda atau duda baik sebab cerai mati ataupun cerai talak.⁶

Selanjutnya Allah berfirman pada Al-Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21 yang berbunyi:

⁵ Badan Litbang Dan Diklat kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya Edisi Penyempurnaan 2019* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), 503.

⁶ Agus Hermanto, *Problematika Hukum Keluarga Islam Di Indonesia*, Cet. 1 (Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi, 2021), 265.

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

Terjemahannya: *Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu istri-istri dan jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum berfikir. (QS. Ar-Rum: 21)*⁷

Ayat ini menjadi dalil utama dalam perintah untuk membentuk keluarga yang harmonis bagi umat manusia, khususnya umat Islam yang memiliki konsep keluarga sakinah, mawaddah dan rahmah. Setelah memahami dasar visi keluarga sakinah, maka langkah untuk mewujudkannya dapat merujuk pada Q.S. An-Nisa' ayat 19:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَحِلُّ لَكُمْ أَنْ تَرِثُوا النِّسَاءَ كَرِهًا وَلَا تَعْضُلُوهُنَّ لِتَذْهَبُوا بِبَعْضِ
مَا آتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَاحِشَةٍ مُبَيِّنَةٍ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ
فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا

Terjemahannya: *Wahai Orang-orang yang beriman, tidak halal bagi kamu mewarisi perempuan dengan jalan paksa. Janganlah kamu menyusahkan mereka karena hendak mengambil kembali sebagian dari apa yang telah kamu berikan kepadanya, kecuali apabila mereka melakukan perbuatan keji yang nyata. Pergaulilah mereka dengan cara yang patut. Jika kamu tidak menyukai mereka (bersabarlah) karena boleh jadi kamu tidak menyukai sesuatu, padahal Allah menjadikan kebaikan yang banyak di dalamnya. (QS. An-Nisa: 19)*⁸

Perintah yang dianjurkan Allah dalam ayat diatas merupakan berlaku baik atau bergaul dengan pasangan hidup dengan cara yang *ma'ruf*. Kata

⁷ Badan Litbang Dan Diklat kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya Edisi Penyempurnaan 2019* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), 585.

⁸ Badan Litbang Dan Diklat kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya Edisi Penyempurnaan 2019* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), 109.

Ma'ruf diartikan dalam Al-Qur'an yaitu "Yang Patut" maksudnya hubungan yang mampu terjalin dengan penuh kebaikan dan kemanfaatan bersama oleh suami istri.⁹ Suami harus bergaul dengan istri dengan baik, tidak kikir dalam memberi nafkah dan tidak memarahinya dengan berlebihan. Jika suami membenci istri karena cacat tubuh atau sifat yang tidak disenangi, maka suami harus bersabar dan tidak terburu-buru menceraikannya. Karena pada dasarnya kesabaran terhadap kekurangan istri dapat mendatangkan kebaikan dan kebahagiaan di kemudian hari.

Sejalan dengan berbuat kebaikan kepada pasangan hidup, pemenuhan hak dan kewajiban suami istri juga menjadi hal yang tidak kalah penting. Kehidupan rumah tangga yang harmonis hanya dapat terwujud jika masing-masing pihak menjalankan tanggung jawabnya dengan penuh kesadaran. Sehingga dalam hal ini, hak dan kewajiban pasangan suami istri diatur dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 di mana Pasal 30 menyatakan bahwa suami dan istri memiliki tanggung jawab yang mulia untuk menjaga kestabilan rumah tangga, yang menjadi pondasi utama dari struktur masyarakat. Undang-undang ini menetapkan bahwa suami dan istri memiliki hak yang sama, yang berarti keduanya memiliki hak dan kewajiban yang seimbang dalam membangun rumah tangga mereka. Hal ini diatur dalam pasal 31 yaitu:¹⁰

⁹ Agus Hermanto, *Problematika Hukum Keluarga Islam Di Indonesia*, Cet. 1 (Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi, 2021), 266.

¹⁰ Mahkamah Agung, *Himpunan Peraturan Perundang-Undangan Yang Berkaitan Dengan Kompilasi Hukum Islam Serta Pengertiannya Dan Pembahasannya* (Jakarta: Mahkamah Agung RI, 2012).

- a. Hak dan kedudukan suami istri adalah seimbang dengan hak dan kedudukan suami dalam kehidupan rumah tangga dan pergaulan hidup bersama dengan masyarakat.
- b. Masing-masing pihak berhak untuk melakukan perbuatan hukum.
- c. Suami adalah kepala keluarga dan istri ibu rumah tangga.

Kehidupan keluarga sakinah memiliki tujuan yang tinggi di sisi Allah SWT, sehingga membawa kebahagiaan di dunia dan terutama di akhirat. Untuk meraih berkah dan ridho Allah SWT, sebuah rumah tangga harus memenuhi setidaknya lima syarat berikut:¹¹

- a. Anggota keluarga itu taat menjalankan agamanya.
- b. Yang muda menghormati yang tua dan begitu juga sebaliknya.
- c. Menghidupi keluarga harus dari rizki yang halal.
- d. Hemat dalam pembelanjaan dan penggunaan harta.
- e. Segera memohon ampun dan bertaubat apabila ada kesalahan serta kekhilafan dan saling memaafkan antara sesama manusia.

Sebagai manusia, keinginan untuk memiliki pendamping hidup yang ideal merupakan hal yang wajar dan mencerminkan kedewasaan seseorang. Oleh karena itu, Islam memberikan pedoman kepada umatnya agar tidak terjerumus ke dalam perbuatan maksiat dengan cara menikah. Pernikahan mengubah kegelisahan saat hidup sendiri menjadi ketentraman dan ketenangan bersama pasangan dalam rumah tangga. Menikah adalah *Sunatullah* yang dihalalkan untuk seluruh manusia. Dalam ajaran Islam, pernikahan adalah salah satu sunnah Rasulullah SAW yang wajib

¹¹ Ade Irma Imamah, "Konsep Keluarga Sakinah Bagi Perkawinan Poligami" (Skripsi, Jakarta, UIN Syarif Hidayatullah, 2015).

dilaksanakan, memenuhi kebutuhan biologis manusia untuk hidup bersama, saling mencintai, dan menyayangi.¹²

Dalam ajaran Islam, keluarga ideal sering kali disebut sebagai keluarga sakinah. Keluarga sakinah memiliki ciri khas utama, yaitu adanya cinta kasih yang berkelanjutan antara suami dan istri. Keluarga sakinah juga didasarkan pada prinsip saling mendukung dan melengkapi, baik dalam hal Pembagian tugas rumah tangga maupun tanggung jawab sosial, sesuai kesepakatan bersama. Salah satu ciri keluarga sakinah adalah tidak adanya kekerasan dalam rumah tangga.¹³ Berikut adalah beberapa faktor yang mendukung keharmonisan dan kesejahteraan dalam sebuah keluarga:

1. Ketenangan (sakinah)

Keluarga yang sakinah adalah keluarga yang mampu memanfaatkan pernikahan dengan seoptimal mungkin. Dalam konteks ini, sebuah keluarga sakinah ditandai dengan adanya hubungan harmonis dan seimbang antara suami istri. Hal ini mencakup pembentukan anak-anak yang saleh dan shalihah, pemenuhan kebutuhan fisik dan emosional, serta terjalinnya ikatan persaudaraan yang erat antara kedua belah pihak dari keluarga besar suami dan istri. Selain itu, keluarga sakinah juga berkomitmen untuk menjalankan ajaran agama dengan baik, yang memperkuat fondasi spiritual dalam rumah tangga. Keluarga sakinah menjadi model ideal dalam kehidupan

¹² Henderi Kusmidi Kusmidi, "Konsep Sakinah, Mawaddah Dan Rahmah Dalam Pernikahan," *Jurnal Pemikiran KeIslaman Dan Tafsir Hadis*, UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu Vol. 7, no. 2 (2018).

¹³ Musdah Mulia, *Muslimah Reformis For Milenial* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2021), 102.

berumah tangga, karena tidak hanya memfokuskan pada aspek material, tetapi juga pada nilai-nilai spiritual dan sosial. Dengan adanya hubungan yang kuat dan positif dalam keluarga, baik dalam aspek pendidikan maupun nilai-nilai agama, diharapkan dapat menciptakan suasana rumah yang aman dan nyaman bagi semua anggota.¹⁴

2. Kasih Sayang Dan Cinta (Mawaddah dan Rahmah)

Makna cinta dalam kata mawaddah bukan sekadar ungkapan tanpa arti, melainkan kasih sayang yang tulus dari hati terdalam. Cinta dalam mawaddah disertai dengan ketulusan, lapang dada, dan keikhlasan dalam menerima kelebihan serta kekurangan pasangan.¹⁵ Hal ini muncul dari pemahaman bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kelemahan yang tak terpisahkan dari dirinya, sehingga dalam pernikahan cinta yang hadir adalah cinta yang utuh dan penuh penerimaan. Mawaddah dalam keluarga berarti adanya cinta yang mendalam yang membuat pasangan saling menghormati, mengasihi, dan selalu berusaha membahagiakan satu sama lain. Mawaddah mendorong suami istri untuk tidak hanya mencintai, tetapi juga menunjukkan cinta tersebut dalam bentuk perhatian, dukungan, dan pengorbanan.

Rahmah memiliki makna bentuk kasih sayang dan belas kasih sayang. Dalam kehidupan keluarga, warahmah diwujudkan melalui sikap saling peduli, toleran dan empati. Empat hal ini menjadi landasan

¹⁴ Agus Hermanto, *Problematika Hukum Keluarga Islam Di Indonesia*, 264.

¹⁵ Ninawati "Implementasi Konsep Sakinah Mawaddah Dalam Keluarga (Studi Di Gempong Meunasah Pantonlabu Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara)," 15.

penting dalam membangun keharmonisan.¹⁶ Kasih sayang dan belas kasih sayang ini menumbuhkan rasa hormat dan penerimaan satu sama lain, terutama ketika menghadapi tantangan atau perbedaan. Dengan warahmah, diharapkan pasangan mampu menciptakan suasana rumah tangga yang mendukung, saling memahami dan membangun komunikasi yang sehat, sehingga keluarga menjasi tempat yang nyaman dan penuh ketenangan bagi seluruh anggotanya. Warahmah menjadi kekuatan yang menjaga kelanggengan cinta dalam keluarga, memperkuat ikatan di tengah kesulitan, dan memberikan teladan kasih sayang dalam mendidik anak-anak.

3. Komunikasi Yang Baik Dan Terbuka

Komunikasi yang baik dan terbuka berperan penting dalam menciptakan hubungan yang harmonis dan tentram. Sering kali, suami atau istri menyembunyikan sesuatu dengan tujuan untuk menghindari masalah atau mengelakkan perdebatan. Namun, dengan memberi kesempatan kepada pasangan atau anggota keluarga lainnya untuk menyampaikan pendapat dan membahasnya bersama, akan tercapai solusi yang lebih baik.¹⁷ Dengan meningkatkan frekuensi komunikasi, setiap pihak dapat saling memahami perasaan dan pemikiran satu sama lain, sehingga tidak ada hal yang tersimpan atau menjadi hambatan

¹⁶ Mesta Wahyu Nita, "Perspektif Hukum Islam Mengenai Konsep Keluarga Sakinah Dalam Keluarga Karir," *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, IAI Agus Salim Lampung* Vol. 5, no. 2 (2022): 614–620.

¹⁷ Zena Arin Noviani, "Konsep Keluarga Sakinah Mawaddah Warahmah Perspektif Hadits-Hadits Riwayat Sayyidah Aisyah RA" (Skripsi, Jember, Institut Agama Islam Negeri Jember (IAIN Jember), 2021), 51.

tersembunyi. Atau dengan kata lain memupuk budaya bermusyawarah dalam keluarga dalam menyelesaikan sebuah permasalahan.

4. Komitmen Terhadap Nilai Agama

Komitmen terhadap nilai agama dalam sebuah keluarga berarti setiap aspek kehidupan rumah tangga dibentuk dan didasari oleh prinsip-prinsip agama. Hal ini mencakup karakteristik pribadi setiap anggota keluarga serta dinamika yang ada di dalam rumah tangga itu sendiri. Panduan agama berfungsi sebagai landasan utama dalam pengambilan keputusan dan penentuan perilaku, sehingga nilai-nilai spiritual dan etika tercermin dalam keseharian keluarga tersebut. Apabila ketenangan batin telah hadir dalam jiwa setiap anggota keluarga dan mereka menerima limpahan rahmat dari Allah, maka Allah akan melindungi mereka dari berbagai kesulitan dan bencana. Dengan demikian, suasana rumah tangga akan selalu tenteram, damai, dan dipenuhi berkah dari Allah.¹⁸

Secara psikologis visi *sakinah, maawaddah dan rahmah* adalah kerja hati yang diikat terhadap pasangan hidup kita. Untuk menciptakannya, dibutuhkan faktor-faktor berikut:¹⁹

1. Perhatian

Perhatian merupakan tindakan memberikan perhatian penuh kepada seluruh anggota keluarga sebagai dasar utama untuk membangun hubungan yang harmonis antar anggota keluarga. Sikap ini berperan

¹⁸ Sophal Jamilah, "Konsep Keluarga Sakinah (Studi Pemikiran Muhammad Quraish Shihab)" (Skripsi, Jakarta, UIN Syarif Hidayatullah, 2016), 53.

¹⁹ Agus Hermanto, *Problematika Hukum Keluarga Islam Di Indonesia*, 274.

penting dalam perkembangan keluarga dengan cara memperhatikan peristiwa yang terjadi di dalam keluarga dan mencari akar serta dampak dari setiap masalah yang muncul. Selain itu, perhatian juga mencakup pemahaman terhadap perubahan yang dialami oleh masing-masing anggota keluarga.

2. Pengetahuan

Pentingnya meningkatkan pengetahuan dan terus memperluas wawasan sangat diperlukan dalam menjalani kehidupan keluarga. Hal ini dilakukan agar setiap keluarga dapat mengantisipasi kejadian-kejadian yang tidak diinginkan.

3. Pengenalan Terhadap Semua Anggota Keluarga

Pengenalan terhadap seluruh anggota keluarga mencakup pemahaman diri sendiri serta anggota keluarga lainnya, dengan tujuan membangun pemahaman yang lebih mendalam. Ketika pengenalan diri sendiri telah tercapai maka akan lebih mudah memahami semua kejadian dan peristiwa yang terjadi dalam keluarga. Masalah akan lebih mudah diatasi karena latar belakang terungkap dengan lebih cepat dan teratasi serta pengertian yang berkembang dari pengetahuan akan membantu mengurangi konflik dalam keluarga.

4. Sikap Menerima

Sikap menerima disini berarti bahwa setiap anggota keluarga dengan segala kelemahan, kekurangan, dan kelebihanannya harus tetap diterima dan dihargai. Sikap ini akan menciptakan suasana positif dan

membangun kehangatan yang mendukung pertumbuhan potensi dan minat dari anggota keluarga.

5. Peningkatan Usaha

Yaitu pengembangan setiap aspek yang dibutuhkan dalam keluarga secara optimal. Hal ini disesuaikan dengan setiap kemampuan masing-masing agar terciptanya perubahan positif dan menghindari munculnya kebosanan.

6. Penyesuaian harus selalu mengikuti setiap perubahan baik dari pihak orangtua maupun anak

B. Gangguan Kesehatan Mental

Gangguan mental merupakan kondisi kesehatan yang mempengaruhi pikiran, perasaan, perilaku serta interaksi sosial. Gangguan ini dapat terjadi dalam berbagai jenis dan tingkat keparahan yang berbeda-beda, tergantung pada faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan dan ekspresi gejalanya. Salah satu ciri dari gangguan emosional adalah adanya penurunan fungsi dalam sudut pandang kehidupan seseorang, seperti dalam lingkungan keluarga, pekerjaan maupun pendidikan, baik dalam interaksi pribadi ataupun kelompok. Penurunan fungsi ini sering kali disebabkan oleh konflik yang terjadi di bawah sadar yang menimbulkan perasaan khawatir atau cemas terus-menerus.²⁰

Kesehatan mental disebut juga dengan “*Mental Hygiene*” di mana secara etimologis berasal dari kata “mental” dan “*hygiene*”. Kata “mental”

²⁰ Kevin Vitoasmara, “Gangguan Mental (Mental Disorders),” *Student Research Journal*, Universitas Duta Bangsa Surakarta Vol. 2, no. 3 (2024): 57–68 <https://journal-stiayappimakassar.ac.id/index.php/srj/article/view/1230>.

berasal dari kata latin “*mens*” atau “*mentis*” artinya jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat. Sedangkan kata “*hygiene*” dalam Bahasa Yunani berarti ilmu kesehatan. Maka kesehatan mental merupakan bagian dari *hygiene mental* (ilmu kesehatan mental).²¹ Kesehatan mental memiliki arti keadaan di mana perkembangan fisik, intelektual dan emosional pada diri seseorang tumbuh, berkembang dan matang pada kehidupannya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian, memelihara aturan sosial dan tindakan dalam budayanya.²²

Kesehatan mental merupakan komponen integral dan penting dari kesehatan. Konstitusi *World Health Organization* (WHO) menyatakan: "Kesehatan adalah keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap dan bukan hanya sekadar tidak adanya penyakit atau kelemahan." Implikasi penting dari definisi ini adalah bahwa kesehatan mental lebih dari sekadar tidak adanya gangguan atau cacat mental.²³

Menurut Abdul Hamid, kesehatan mental dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi di mana seseorang bebas dari berbagai keluhan atau gangguan mental, baik yang berkaitan dengan neurosis maupun psikosis, serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Individu yang sehat secara mental akan merasa aman dan bahagia dalam berbagai situasi, memiliki

²¹ Eka Sri Handayani, “Kesehatan Mental (Mental Hygiene)” (Padang, Universitas Islam Kalimantan Arsyad al-Banjari, 2022), 15.

²² Sandy Ardiansyah, *Kesehatan Mental*, Cet. 1 (Banjarmasin: PT. Global Eksekutif Teknologi, 2023), 1.

²³ World Health Organization, “*Health and Well-Being*,” n.d., <https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being>, diakses pada 26 September 2024.

kemampuan untuk melakukan introspeksi terhadap tindakannya, serta mampu mengontrol dan mengendalikan dirinya dengan baik.²⁴

Sementara itu, Agung Rai menyatakan bahwa individu yang memiliki kesehatan mental yang baik adalah mereka yang terbebas dari gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dan mampu menghadapi berbagai masalah serta kegoncangan dalam hidup. Kesehatan mental juga tercermin dari adanya keharmonisan dalam fungsi jiwa, perasaan bahwa diri mereka berharga, berguna, dan bahagia, serta kemampuan untuk mengoptimalkan potensi diri yang dimiliki.²⁵

Prof. Dr. Mustafa Fahmi memberikan penafsiran kesehatan jiwa (mental) menjadi dua, yaitu:²⁶

1. Kesehatan jiwa adalah bebas dari gejala-gejala penyakit jiwa dan gangguan kejiwaan.
2. Kesehatan jiwa adalah dengan cara aktif, luas, lengkap, tidak terbatas, ia berhubungan dengan kemampuan orang yang menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dan dengan masyarakat lingkungannya, hal itu membawanya kepada kehidupan yang sunyi dari kegoncangan, penuh vitalitas.

Kesehatan mental merupakan hal mendasar bagi kemampuan kolektif dan individual kita sebagai manusia untuk berpikir, mengekspresikan

²⁴ Abdul Hamid, "Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama," *Dosen Agama Islam FKIP Universitas Tadulako, Jurnal Kesehatan Tadulako* Vol. 3, no. 1 (January 2017): 1–84.

²⁵ Anak Agung Rai Tirtawati, "Kesehatan Mental Sumber Daya Manusia Para Guru (Implikasinya Terhadap Penyelenggaraan Diklat/Pelatihan)," *Jurnal Kajian Pendidikan Widya Accarya FKIP Universitas Dwijendra* Vol. 5, no. 1 (2016): ISSN No. 2085-0018.

²⁶ Eka Sri Handayani, "Kesehatan Mental (Mental Hygiene)," 42.

emosi, berinteraksi satu sama lain, mencari nafkah, dan menikmati hidup. Kesehatan mental seseorang sangat dipengaruhi oleh kultur atau budaya tempat ia tinggal. Tindakan atau perilaku yang dianggap wajar dan dapat diterima dalam satu budaya bisa jadi dianggap aneh atau tidak normal dalam budaya lainnya, dan demikian pula sebaliknya. Oleh karena itu, pemahaman tentang kesehatan mental harus mempertimbangkan latar belakang budaya yang memengaruhi individu.²⁷

Dari pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kesehatan mental adalah keadaan kesejahteraan di mana seorang individu menyadari kemampuannya sendiri, terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi bagi komunitasnya. Secara umum, kesehatan mental dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan di mana individu tidak merasakan perasaan bersalah terhadap diri sendiri, memiliki penilaian yang realistis mengenai diri mereka, dan mampu menerima kekurangan atau kelemahan yang dimiliki.

Pengembangan kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting, tetapi tidak semua orang dengan mudah mencapai kondisi mental yang sehat. Terdapat orang-orang dalam kondisi kesehatan mental yang sehat, yang perlu melakukan langkah pencegahan terhadap potensi gangguan mental. Namun, di sisi lain, beberapa orang mengalami hambatan dalam proses perkembangan kesehatan mental mereka. Oleh karena itu, setiap individu memiliki perbedaan dalam penerapan fungsi kesehatan mental.

²⁷ Eka Sri Handayani, "Kesehatan Mental (Mental Hygiene)," 44.

Seseorang yang memiliki kesehatan mental yang sehat menunjukkan sejumlah ciri yang mencerminkan kesejahteraan psikologis dan sosialnya. Pada tahun 1959, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 1959) memberikan batasan mental yang sehat yaitu:²⁸

1. Dapat menyesuaikan diri secara konstruktif pada kenyataan meskipun itu buruk baginya.
2. Memeroleh kepuasan dari hasil jerih payah usahanya.
3. Merasa lebih puas memberi daripada menerima.
4. Secara relative beba dari rasa tegang dan cemas.
5. Berhubungan dengan orang lain secara tolong menolong dan saling memuaskan.
6. Menerima kekecewaan untuk dipakainya sebagai pelajaran dikemudian hari.
7. Menjuruskan rasa permusushan kepada penyelesaian yang kreatif dan konstruktif.
8. Mempunyai rasa kasih sayang besar.

Sedangkan menurut Zakiyah Daradjat ciri-ciri orang dengan kesehatan mental yang sehat dikelompokkan dalam enam kategori yaitu:²⁹

1. Memiliki sikap batin yang positif terhadap diri sendiri.
2. Aktualisasi diri.
3. Mampu mengadakan integrasi dengan fungsi-fungsi psikis yang ada.
4. Mampu berotonom terhadap diri sendiri.
5. Memiliki persepsi yang obyektif terhadap realitas yang ada.

²⁸ Eka Sri Handayani, "Kesehatan Mental (*Mental Hygiene*)", 48.

²⁹ Eka Sri Handayani, "Kesehatan Mental (*Mental Hygiene*)", 51.

6. Mampu menyalurkan kondisi lingkungan dengan diri sendiri.

Sehingga seseorang yang memiliki kesehatan mental yang sehat dapat mencerminkan kesejahteraan psikologis dan sosialnya. Seseorang yang sehat mental biasanya memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi, menunjukkan sikap optimis, serta memiliki tingkat empati dan toleransi yang tinggi terhadap orang lain. Mereka juga mampu beradaptasi dengan berbagai situasi stress dan tekanan dalam kehidupannya, serta memiliki penilaian diri yang realistis sehingga bisa menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Ketidakmampuan untuk mencapai kondisi kesehatan mental yang optimal dapat mengakibatkan perkembangan individu dengan masalah kesehatan mental atau *mental illness*. Menurut Thorpe (dalam Schneiders, 1964), terdapat beberapa ciri yang dapat mengidentifikasi individu yang mengalami gangguan kesehatan mental, yaitu:³⁰

1. Bahagia dalam kehidupan dan hubungan sosial.
2. Merasa dalam keadaan tidak aman, dicekam dengan rasa takut dan khawatir yang mendalam.
3. Tidak percaya akan kemampuan diri.
4. Tidak memiliki kematangan emosional.
5. Kepribadian yang kurang mantap.
6. Mengalami gangguan dalam system syarafnya.
7. Tidak dapat memahami kondisi dirinya sendiri.

Selain itu, kondisi *mental illness* ditandai dengan:³¹

³⁰ Eka Sri Handayani, "Kesehatan Mental (*Mental Hygiene*)", 27.

³¹ Eka Sri Handayani, "Kesehatan Mental (*Mental Hygiene*)", 28.

1. Kecemasan/kegelisahan) dalam kehidupan individu.
2. Mudah tersinggung/marah.
3. Agresif dan destruktif (merusak).
4. Pemarah yang berlebih.
5. Tidak mampu menghadapi kenyataan secara realistis.
6. Memiliki gejala *psikosomatis* (sakit fisik yang diakibatkan oleh gangguan psikis, seperti stres)

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya, ciri-ciri seseorang dengan gangguan kesehatan mental atau *mental illness* dapat menjadi indikator penting dalam mengenali adanya gangguan dalam kondisi mental individu tersebut. Ciri-ciri ini menunjukkan bahwa individu tersebut menghadapi masalah kesehatan mental yang memerlukan perhatian khusus. Gangguan mental sendiri memiliki jangkauan yang luas, mulai dari gangguan kecemasan, depresi, bipolar, hingga skizofrenia. *World Health Organization* (WHO) mengategorikan gangguan mental secara umum yaitu:³²

1. Depresi

Merupakan kondisi terganggunya fungsi emosional seseorang yang ditandai oleh perasaan sedih mendalam serta berbagai gejala yang menyertainya. Depresi ini ditandai dengan perasaan sedih yang berkepanjangan, kehilangan minat dan perubahan nafsu makan serta tidur.

2. Gangguan kecemasan (*Anxiety Disorder*)

³² World Health Organization, "Mental Disorder," n.d., https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mentaldisorders/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQiA_qG5BhDTARIsAA0UHSIIksfu4ShX1SQWdiTJ01KYQB88MQEQ2LqSVKFJ5zGjSLAPJaQWPtEaAmY2EALw_wcB, diakses pada 04 Oktober 2024.

Kecemasan termasuk gangguan panik, gangguan kecemasan sosial dan gangguan kecemasan umum. Gangguan ini ditandai dengan rasa takut dan khawatir yang berlebihan dan gangguan perilaku terkait.

3. Skizofrenia

Skizofrenia ditandai dengan gangguan yang signifikan dalam persepsi dan perubahan perilaku. Gejalanya dapat berupa delusi terus-menerus, halusinasi, pikiran tidak teratur atau agitasi ekstrem.

4. Gangguan Bipolar

Orang dengan gangguan bipolar mengalami episode depresif bergantian dengan periode manik. Selama episode depresif, orang tersebut mengalami suasana hati tertekan (merasa sedih, mudah tersinggung, hampa) atau kehilangan kesenangan atau minat dalam beraktivitas, hampir setiap hari. Gangguan ini juga biasanya ditandai dengan perubahan suasana hati ekstrem.

5. Gangguan Makan

Pola makan yang tidak normal dan keasyikan dengan makanan menyebabkan gangguan seperti anoreksia nervosa dan bulimia nervosa. Gejala dan perilaku dalam gangguan makan dapat menyebabkan risiko kesehatan yang serius, tekanan psikologis berat, serta gangguan signifikan dalam fungsi sehari-hari. Anoreksia nervosa, yang sering muncul pada remaja atau usia dewasa awal, dikaitkan dengan risiko kematian dini akibat komplikasi medis atau kecenderungan bunuh diri. Sementara itu, individu dengan bulimia nervosa cenderung memiliki risiko lebih tinggi terhadap penggunaan zat, pemikiran bunuh diri, dan

komplikasi kesehatan lainnya. Saat ini, tersedia berbagai metode pengobatan efektif, seperti terapi berbasis keluarga dan terapi kognitif, yang berfokus pada pemulihan dan pengelolaan gejala secara holistik.

6. Gangguan Stres Pasca-Trauma (PTSD)

PTSD dapat berkembang setelah terpapar pada peristiwa atau rangkaian peristiwa yang sangat mengancam atau mengerikan. PTSD ditandai oleh beberapa hal yaitu mengalami kembali peristiwa traumatis atau peristiwa-peristiwa di masa sekarang (ingatan yang mengganggu, kilas balik, atau mimpi buruk), penghindaran pikiran dan ingatan tentang peristiwa, atau penghindaran aktivitas, situasi, atau orang yang mengingatkan pada peristiwa, dan persepsi terus-menerus tentang ancaman saat ini yang meningkat. Gejala-gejala ini bertahan setidaknya selama beberapa minggu dan menyebabkan gangguan signifikan dalam fungsi.

7. Perilaku mengganggu dan Gangguan Disosialisasi

Gangguan ini, yang juga dikenal sebagai gangguan perilaku, adalah salah satu dari dua gangguan perilaku disruptif dan disosial, yang lainnya adalah gangguan pembangkangan oposisional. Perilaku disruptif dan gangguan disosial ditandai dengan masalah perilaku yang terus-menerus seperti pembangkangan atau ketidakpatuhan yang terus-menerus.

Adapun faktor-faktor penyebab dalam gangguan kesehatan mental menurut Pratiwi dan Rusinani yaitu:³³

³³ Kevin Vitoasmara, "Gangguan Mental (Mental Disorders)." *Student Research Journal*, Universitas Duta Bangsa Surakarta Vol. 2, no. 3 (2024): 57–68.

- a. Genetik, yaitu faktor keturunan dapat meningkatkan risiko gangguan mental.
- b. Biologis, yaitu ketidakseimbangan kimia di otak, infeksi atau kerusakan otak.
- c. Psikologis, yaitu trauma masa kecil, pelecehan dan kehilangan.
- d. Lingkungan sebagai stress kronis, lingkungan sosial yang buruk dan pengalaman hidup yang menantang.

Penyebab gangguan jiwa sangat beragam dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama yang berkaitan dengan interaksi sosial yang kurang memuaskan atau pengalaman hidup yang menyakitkan. Hubungan yang tidak harmonis atau situasi di mana seseorang merasa diperlakukan secara tidak adil dan semena-mena sering kali menjadi pemicu munculnya gangguan mental. Selain itu, peristiwa kehilangan, seperti ditinggalkan oleh orang yang dicintai atau kehilangan pekerjaan yang penting, dapat menyebabkan perasaan kesedihan dan ketidakpastian yang mendalam, yang bila berkepanjangan, bisa berkembang menjadi gangguan jiwa. Stres yang diakibatkan oleh pengalaman-pengalaman ini dapat menekan kesehatan mental individu, memperburuk perasaan cemas atau depresi, dan akhirnya mengganggu keseimbangan emosional serta kemampuan beradaptasi.

Dalam sebuah keluarga sakinah, yaitu keluarga yang ideal dan harmonis berdasarkan nilai-nilai Islam, anggota keluarga yang memiliki kondisi kesehatan mental yang baik mampu melaksanakan peran serta tanggung jawab mereka dengan optimal. Kesehatan mental yang baik memungkinkan setiap individu dalam keluarga, baik sebagai pasangan

maupun sebagai orang tua, untuk berfungsi secara efektif dalam memenuhi kebutuhan emosional dan psikologis keluarga. Mereka dapat menghadapi berbagai tantangan rumah tangga dengan kesabaran dan bijaksana, menjaga komunikasi yang sehat, serta memberikan dukungan yang penuh kasih terhadap pasangan dan anak-anak. Orang dengan kesehatan mental yang stabil juga dapat membantu menciptakan suasana yang nyaman dan harmonis di dalam keluarga, di mana setiap anggota merasa dihargai, dicintai, dan didengarkan. Lingkungan keluarga yang demikian tidak hanya mendukung kesejahteraan seluruh anggota keluarga, tetapi juga memperkuat ikatan emosional dan membangun kepercayaan yang saling menguntungkan, yang merupakan esensi dari konsep keluarga sakinah.

Kesehatan mental yang baik merupakan salah satu pilar utama dalam mewujudkan keluarga sakinah. Gangguan kesehatan mental pada salah satu anggota keluarga dapat mengganggu keharmonisan dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Menurut penelitian, gangguan kesehatan mental dapat menyebabkan stres, konflik, dan beban ekonomi bagi keluarga, yang pada akhirnya dapat mengancam stabilitas dan kebahagiaan keluarga.³⁴

Hubungan antara kesehatan mental dan keluarga sakinah dapat dijelaskan melalui interaksi dinamis antara faktor-faktor psikologis, emosional, dan sosial yang terjadi dalam kehidupan keluarga. Keluarga sakinah, yang ditandai dengan keharmonisan, ketenteraman, dan kasih

³⁴ Asriyanti Rosmalina, "Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Kesejahteraan Keluarga," *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, IAIN Syekh Nurjati Cirebon Vol. 5, no. 2 (2022): 171–82.

sayang antaranggota keluarga, memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental setiap individu di dalamnya.

Dalam keluarga sakinah, suasana yang penuh kasih, dukungan emosional, serta komunikasi yang baik dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental. Anggota keluarga yang merasa didukung, dihargai, dan dimengerti akan lebih cenderung memiliki stabilitas emosional dan kesejahteraan psikologis. Hal ini sejalan dengan konsep psikologi keluarga yang menyatakan bahwa relasi interpersonal yang positif dalam keluarga mampu mengurangi tingkat stres, kecemasan, dan depresi. Orang yang tidak merasa tenang, aman serta tentram dalam hatinya adalah orang yang sakit rohaninya atau mentalnya.³⁵

Di sisi lain, kesehatan mental yang baik juga menjadi pondasi dalam mewujudkan keluarga sakinah. Anggota keluarga yang memiliki kesehatan mental yang stabil mampu berperan lebih efektif dalam menjaga keharmonisan keluarga. Mereka lebih mampu mengelola konflik, berkomunikasi secara sehat, serta memberikan dukungan emosional yang diperlukan oleh anggota keluarga lainnya.

Sebaliknya, gangguan kesehatan mental dalam keluarga, seperti depresi, kecemasan, atau gangguan lainnya, dapat mengganggu dinamika keluarga sakinah. Ketidakseimbangan emosional dan psikologis pada salah satu atau beberapa anggota keluarga dapat menciptakan tekanan tambahan yang memengaruhi kualitas hubungan dan harmoni keluarga.

³⁵ *Ibid.*,

Oleh karena itu, hubungan antara kesehatan mental dan keluarga sakinah bersifat timbal balik: keluarga sakinah mendukung kesehatan mental, sementara kesehatan mental yang baik berkontribusi dalam mempertahankan dan mewujudkan keluarga yang sakinah. Dengan demikian, upaya untuk menjaga kesehatan mental secara langsung berhubungan dengan upaya mewujudkan keluarga yang harmonis, damai, dan sejahtera.

Hubungan antara kesehatan mental dan keluarga sakinah memiliki kaitan yang erat, karena kondisi mental yang sehat sangat berperan dalam menciptakan keharmonisan dalam keluarga. Keluarga sakinah, yang diartikan sebagai keluarga yang damai, sejahtera, dan penuh kasih sayang, dapat terbentuk apabila setiap anggota keluarganya memiliki keseimbangan mental dan emosi. Dalam keluarga sakinah, komunikasi yang baik, saling menghargai, dan dukungan emosional menjadi pondasi utama yang membantu mengurangi risiko stres dan gangguan mental. Kesehatan mental yang baik di antara anggota keluarga menciptakan lingkungan yang kondusif, di mana setiap individu merasa aman, didengarkan, dan didukung dalam menghadapi tantangan hidup.

Sebaliknya, apabila terdapat gangguan mental dalam keluarga, seperti kecemasan, depresi, atau konflik emosional yang berkelanjutan, maka keharmonisan keluarga sakinah dapat terganggu. Ketidakseimbangan ini dapat memicu konflik, perasaan terisolasi, atau ketidakpuasan yang pada akhirnya berpengaruh negatif terhadap stabilitas emosional dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting bagi

setiap anggota keluarga untuk menjaga kesehatan mental melalui pendekatan preventif dan rehabilitatif, serta saling mendukung dalam menciptakan suasana keluarga yang positif.³⁶

C. Maqashid Syariah

Secara etimologi, istilah *Maqashid Al-Syari'ah* terdiri dari dua kata, yaitu *maqashid* dan *syariah*. Kata *maqashid* adalah bentuk jamak dari kata *maqshad*, *qashd*, *maqshid*, atau *qushud*, yang berasal dari kata kerja *qashada yaqshidu*. Kata ini memiliki berbagai makna, seperti menuju suatu tujuan, arah tertentu, sikap yang adil, tidak berlebihan, jalan lurus, serta keseimbangan antara berlebihan dan kekurangan. Makna-makna ini dapat ditemukan dalam penggunaan kata *qashada* dan turunannya di dalam Al-Quran. Sedangkan *syariah* secara etimologis berarti jalan menuju sumber air, dan dalam terminologi fiqh, *syariah* merujuk pada hukum-hukum yang ditetapkan oleh Allah untuk hamba-hamba-Nya, baik yang disampaikan melalui Al-Quran maupun Sunnah Nabi Muhammad, yang mencakup perkataan, perbuatan, atau ketetapan Nabi. Dalam definisi yang lebih ringkas, Al-Raisuni menjelaskan bahwa *syariah* adalah sekumpulan hukum amaliyah yang diatur oleh agama Islam, baik yang berhubungan dengan konsep aqidah maupun legislasi hukumnya.³⁷

Maqashid Syariah secara terminologis mengacu pada tujuan yang ingin dicapai melalui pensyariaan hukum-hukum Islam, yaitu untuk

³⁶ Bakhshani, N. M and Naderi M., "The Relationship Between Mental Health and Family Functioning: A Systematic Review," *Jurnal Of Family Studies* Vol. 5, no. 1 (2020).

³⁷ Muhammad Fuad Mubarak and Agus Hermanto, "Hak Dan Kewajiban Suami Istri Dalam Konsep Kesetaraan Gender Perspektif Maqashid Syariah," *The Indonesian Journal of Islamic Law and Civil Law*, UIN Raden Intan Lampung Vol. 4, no. 1 (2023): 94.

menjaga dan memelihara kemaslahatan umat manusia, baik di dunia maupun di akhirat. Tujuan ini mencakup upaya untuk mendatangkan manfaat dan kebaikan serta menghindarkan manusia dari mudharat atau bahaya. Dengan demikian, setiap hukum dalam Islam dirancang tidak hanya untuk mengatur kehidupan individual, tetapi juga untuk memastikan kesejahteraan dan keadilan bagi seluruh umat manusia, dengan memperhatikan aspek spiritual dan material yang berkelanjutan di kehidupan dunia dan akhirat.

Dalam sejarah pemikiran Islam, Imam al-Haramain al-Juwaini dianggap sebagai salah satu ahli ushul pertama yang menekankan pentingnya memahami Maqashid al-Syariah dalam menetapkan hukum Islam. Ia secara tegas menyatakan bahwa seseorang tidak dapat dianggap mampu menetapkan hukum dalam Islam sebelum benar-benar memahami tujuan Allah dalam memberikan perintah dan larangan. Al-Juwaini membagi tujuan tasyri' atau pensyariaan hukum menjadi tiga kategori utama: *dharuriyat* (kebutuhan pokok), *hajiyyat* (kebutuhan pelengkap), dan *mukramat/Tahsiniyat* (kebutuhan tambahan). Pemikiran ini kemudian dikembangkan oleh muridnya, al-Ghazali, yang mengaitkan maksud syariah dengan konsep *al-munasabat al-maslahiyat* dalam qiyas.³⁸

Menurut al-Ghazali, maslahat atau kemaslahatan dicapai dengan menjaga lima kebutuhan pokok manusia dalam kehidupan, yaitu agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta. Al-Ghazali juga menegaskan bahwa tujuan-tujuan syariah adalah untuk mencapai dan merealisasikan manfaat serta

³⁸ Abdurrahman Misno, *Panorama Maqashid Syariah* (Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2021), 14.

kepentingan umat manusia, yang dirumuskan dalam Al-Qur'an dan hadith. Manfaat tersebut, menurut al-Ghazali, harus selaras dan konsisten dengan maqashid untuk melindungi manusia dari hal-hal yang tidak diinginkan. Kelima tujuan ini, yang sering disebut sebagai *al-kulliyat al-khamsah*, meliputi perlindungan terhadap agama (*hifdh al-din*), jiwa (*hifdh al-nafs*), akal (*hifdh al-'aql*), keturunan (*hifdh al-nasl*), dan harta (*hifdh al-mal*).³⁹ Para ulama sepakat bahwa kelima maqashid ini harus dijaga eksistensinya dengan memperkuat berbagai aspek kehidupan manusia, serta memerlukan upaya-upaya preventif dan responsif untuk memastikan maqashid tersebut tetap terpelihara. Jika maqashid ini hilang, maka kesejahteraan hidup manusia akan terancam.

Sedangkan dalam pemikiran maqashid Syariah Ibnu Asyur membaginya menjadi dua bagian yaitu, *maqashid al-ammah* (umum) dan *maqashid al-khassah* (khusus). Ibnu Asyur mendefinisikan *maqashid al-ammah* dengan hikmah dan makna-makna yang tersembunyi pada seluruh mayoritas hukum serta rahasia dan tujuan diturunkannya syariat secara umum dengan tanpa mengkhususkan diri pada satu bidang tertentu.⁴⁰ Atau lebih singkatnya syariat dari seluruh hukum adalah tujuan yang tidak hanya dikhususkan pada satu hukum. Seperti halnya tujuan ibadah secara umum adalah untuk memuliakan Allah Ta'ala dan takut kepada-Nya serta tawakkal dan menyerahkan segala urusan kepada-Nya. Setiap hukum baik berupa perintah maupun larangan bertujuan untuk beribadah dan beragama kepada

³⁹ Hj Nur Asiah, "Masalah Menurut Konsep Imam Al-Ghazali," *Jurnal Syariah Dan Hukum, Universitas Hasanuddin* Vol. 18, no. 1 (2020): 123, <https://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/diktum/article/download/663/750/>.

⁴⁰ Abdurrahman Misno, *Panorama Maqashid Syariah*, 120.

Allah, mendatangkan kemaslahatan dan mencegah bahaya, mempermudah urusan dan menghilangkan kesulitan. Sedangkan *maqashid al-khusus* yaitu metode yang dibentuk oleh syariat untuk mencapai manfaat bagi manusia atau melindungi kemaslahatan umum dalam alam perbuatan yang khusus.⁴¹ Sehingga maqashid Syariah dapat diartikan sebagai tujuan-tujuan akhir yang harus terealisasi dengan diaplikasikannya syariat.

Selanjutnya Ibnu Ashur membatasi *maqashid al-ammah* dengan empat syarat yaitu bersifat tetap (*al-thubut*) yaitu bersifat pasti dan tidak mengada-ada, jelas (*al-duhur*) yaitu bersifat jelas tidak menimbulkan perselisihan dalam menjelaskan arti seperti menjaga keturunan sebagai tujuan dari disyariatkannya nikah, terukur (*indibat*) yaitu suatu arti mempunyai Batasan yang rinci seperti menjaga akal sebagai tujuan disyariatkannya hukuman cambuk ketika mabuk, dan otentik (*itrad*) yaitu jika suatu tujuan shara' tidak diperdebatkan karena perbedaan daerah, etnis dan waktu seperti tujuan kesepadan dalam pergaulan suami istri.⁴²

Kemaslahatan manusia di dunia dan akhirat merupakan tujuan setiap syariat. Maslahat sendiri menurut Ibnu Ashur merupakan karakteristik suatu perbuatan yang bisa mendatangkan kebaikan atau manfaat selamanya atau secara umum bagi orang banyak maupun individu (pribadi). Ibnu Ashur membagi maslahat yang menjadi tujuan dalam syariat ke dalam tiga tingkatan yaitu:⁴³

⁴¹ *Ibid.*, 124.

⁴² Moh. Toriquddin, "Teori Maqashid Syariah Perspektif Ibnu Ashur," *Ulul Albab, Jurnal Studi Islam*, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Vol. 14, no. 2 (2013): 197, <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/ululalbab/article/view/2657/4587>.

⁴³ Tgk. Safriadi, *Maqashid Al-Syari'ah & Maslahah (Kajian Terhadap Pemikiran Ibnu 'Asyur Dan Sa'id Ramadhan Al-Buthi)* (Lhokseumawe, Aceh Utara: Sewa Bumi Persada, 2021), 211–212.

1. Berdasarkan pengaruhnya terhadap urusan umat, masalah tersebut dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu:
 - a. *Maslahah Daruriyat*, yaitu kemaslahatan yang bersifat harus dipenuhi dan apabila tidak terpenuhi, akan berakibat pada kerusakan tatanan kehidupan manusia di mana keadaan umat tidak jauh berbeda dengan keadaan hewan. Sebagai contoh pada masalah ini adalah pada *Kulliyat al-Khamsah* yang tergambar dalam penjagaan agama, jiwa, akal, harta dan nasab.
 - b. *Maslahah al-Hajiyyat*, yaitu kebutuhan umat untuk memenuhi kemaslahatannya dan menjaga tatanan hidupnya, hanya saja jika tidak terpenuhi kebutuhannya tidak sampai menimbulkan rusaknya tatanan yang ada. Sebagai contoh yaitu sebagian besar pada bab mubah dalam mu'amalah termasuk pada tingkatan ini.
 - c. *Maslahat Tahsiniyyat*, yaitu masalah pelengkap bagi tatanan kehidupan umat agar hidup aman dan tentram. Secara umum, hal ini sering ditemukan dalam aspek yang berkaitan dengan akhlak mulia (*makarim al-akhlak*) dan perilaku etika (*suluk*). Contohnya adalah berbagai kebiasaan baik yang berlaku secara umum maupun khusus.
2. Berdasarkan hubungannya dengan keumuman umat baik secara kolektif atau personal, terbagi menjadi dua, yaitu pertama, *masalahat al kulliyah* yang mengacu pada kemaslahatan yang berdampak kepada umat secara umum dan kelompok besar dari suatu umat seperti penduduk suatu daerah. Contoh masalahat ini seperti menjaga kelompok dalam masyarakat dari perpecahan, dengan *daruriyat*, *hajiyyat* dan *tahsiniyat*.

Kedua, *maslahat juz'iyat* yaitu kemaslahatan bagi individu (pribadi) atau beberapa individu, yang harus dijaga dalam hukum-hukum muamalah.

3. Berdasarkan kebutuhan manusia untuk meraihnya atau tercegahnya kerusakan, maslahat ini terbagi menjadi tiga yaitu:
 - a. *Qath'iyah* yaitu maslahat yang ditunjukkan oleh nash-nash yang jelas dan tidak membutuhkan takwil.
 - b. *Zhanniyyah* yaitu kemaslahatan yang dihasilkan oleh penilaian akal.
 - c. *Wahmiyyah* yaitu kemaslahatan yang menurut perkiraan tampak bermanfaat namun setelah diteliti lebih jauh mengandung kemudharatan.

Ibnu Ashur menegaskan bahwa fitrah merupakan pedoman penting dalam menentukan hukum syariat, karena dapat digunakan untuk menilai perbuatan para mukallaf. Perbuatan yang menyimpang jauh dari fitrah dianggap haram, sementara yang menjaga fitrah diwajibkan dan yang tidak berkaitan langsung dengan fitrah diperbolehkan. Jika ada konflik antara dua sifat fitrah dalam satu perbuatan, maka diutamakan yang lebih menjaga fitrah. Semua perbuatan yang sesuai dengan akal sehat termasuk dalam fitrah, seperti kejujuran, keadilan dan kebaikan. Sebaliknya perbuatan seperti kebohongan, penghianatan dan kebencian dianggap bertentangan dengan fitrah.

Ibnu Ashur mendefinisikan *maslahah* sebagai karakteristik suatu perbuatan yang mampu mendatangkan kebaikan dan manfaat yang bersifat abadi, baik untuk kelompok besar maupun individu. Dalam konteks

muamalah modern, *masalah* dapat bersifat umum maupun khusus. *Maslahah khusus* dirasakan manfaatnya oleh individu melalui tindakan yang dilakukan untuk kepentingan masyarakat. Sementara itu, *masalah umum* muncul sebagai akibat atau dampak logis dari *masalah khusus*, seperti menjaga harta dari sikap boros (*israf*).⁴⁴

Menurut Mustafa Zaid, *masalah* dilihat dari tingkat kebutuhannya terbagi menjadi tiga: *masalah daruriyah* (kebutuhan mendesak), *masalah hajiyyah* (kebutuhan sekunder), dan *masalah tahsiniyah* (kebutuhan pelengkap). Prinsip mendatangkan *masalah* dan menolak *mafsadah* ini sejalan dengan kaidah Shatibi, yang menyatakan bahwa hukum syariat ditetapkan untuk kemaslahatan manusia, baik dalam waktu dekat maupun jangka panjang.⁴⁵ Dasar *masalah* dalam muamalah menurut Ibnu Ashur terbagi menjadi dua: hak Allah sebagai *masalah ‘ammah* (umum) dan hak hamba sebagai *masalah khasah* (khusus). *Maslahah ‘ammah* mencakup manfaat yang dirasakan oleh banyak orang atau melindungi hak mereka yang tidak mampu melindungi haknya sendiri, sehingga diwajibkan secara individu (*wajib ‘ain*) atau kolektif (*wajib kifayah*), seperti kewajiban menjaga kehidupan atau menyelamatkan orang yang tenggelam. Sementara itu, *masalah khasah* lebih bersifat pribadi, seperti transaksi yang bermanfaat bagi diri sendiri. Jika terjadi konflik antara dua *masalah*, maka dilakukan *tarjih* (prioritisasi), seperti mengutamakan *masalah iman* daripada *masalah amal*.

⁴⁴ Moh. Toriquddin, "Teori Maqashid Syariah Perspektif Ibnu Ashur." Ulul Albab, *Jurnal Studi Islam*, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Vol. 14, no. 2 (2013): 197.

⁴⁵ *Ibid.*,

Seperti yang kita ketahui bahwa para ahli hukum telah merumuskan lima unsur atau *usul al-khamsah* merupakan kebutuhan dari pada *al-daruriyah*, yang menjai tujuan syariat, sehingga menjaga kelima unsur ini adalah harus dilakukan. Lima unsur utama atau *usul al-khamsah* yaitu:⁴⁶

a. Pemeliharaan Agama (*Hifz Ad-Din*)

Pemeliharaan agama mencakup ajaran-ajaran tentang keyakinan, ibadah serta aturan-aturan yang ditetapkan Allah untuk manusia. Semua itu terangkum dalam rukun iman dan rukun Islam. Dengan menjalankan ketentuan-ketentuan ini, seseorang dianggap mengikuti kehendak Allah sang Pembuat Agama dan menjaga agama. Salah satu contoh dalam pemeliharaan agama adalah shalat. Di mana shalat merupakan kewajiban bagi setiap umat Islam, sehingga shalat disini termasuk pada kebutuhan *ad-daruriyah* (primer). Adapun kebutuhan *al-hajiyah* (sekunder) termasuk pada tempat untuk melaksakan shalat seperti masjid, namun tanpa masjid pun shalat bisa dilaksanakan dengan syarat tempat tersebut suci. Sedangkan pada kebutuhan *al-Tahsiniyah* (tersier) yaitu masjid yang difasilitasi berbagai hal seperti tempat wudhu yang memadai, ruangan yang luas, kipas angin dan lain sebagainya.

b. Pemeliharaan Jiwa (*Hifz An-Nafs*)

Islam mengajarkan pentingnya menjaga kehidupan dan keberlangsungan hidup manusia, sehingga agama Islam mengupayakan untuk memelihara jiwa (diri) dan berlangsungnya kehidupan manusia dengan memenuhi kebutuhan dasar seperti makanan pokok, minuman,

⁴⁶ Abdul Helim, *Maqasid Al-Shari'ah versus Usul Al-Fiqh (Konsep Dan Posisinya Dalam Metodologi Hukum Islam)*, 24–28.

pakaian dan tempat tinggal. Selain itu, Islam juga menetapkan hukum-hukum seperti *al-qisas* (hukuman setimpal), *al-diyah* (denda), dan *al-kafarah* (tebusan) terhadap orang yang menganiaya jiwa. Dalam agama Islam melarang siapapun yang merusak jiwa ataupun mengarahkan kepada kerusakan terhadap jiwa seseorang dan mengharamkan tindakan tersebut. Sehingga setiap orang mempunyai kewajiban terhadap dirinya sendiri untuk menjaga dan melindungi dirinya dari segala bentuk bahaya atau kerusakan. Salah satu contoh tentang pemeliharaan jiwa adalah makan. Makan sangat penting oleh tubuh dan untuk hidup manusia, sehingga makan pun termasuk kebutuhan *ad-daruriyah* (primer). Adapun pada tingkat kebutuhan *al-hajiyah* (sekunder) yaitu makan sebanyak dua atau tiga kali sehari. Sedangkan untuk pemenuhan kebutuhan *al-Tahsiyah* (tersier) dalam bidang ini seperti memasak makanan menggunakan peralatan memasak dan menu yang dimakan pun memenuhi gizi yang seimbang yang dibutuhkan.

c. Pemeliharaan Akal (*Hifz al-Aql*)

Akal merupakan bagian penting dari tubuh manusia yang memungkinkan seseorang untuk berpikir, memahami, membedakan berbagai hal yang baik dan buruk bagi dirinya serta mengetahui segala sesuatu yang dapat diraihinya baik sesuatu pada dirinya atau pun di luar dirinya. Akal bukan hanya sekadar bagian tubuh, tetapi juga memiliki peran aktif sebagai penggerak. Gerakan akal inilah yang memungkinkan manusia menggunakan anggota tubuh lainnya untuk melakukan berbagai tindakan. Sebagai contoh yaitu kewajiban belajar bagi setiap manusia,

kewajiban belajar disini merupakan pemenuhan kebutuhan *ad-daruriyah* (primer). Adapun untuk pemenuhan kebutuhan *al-hajiyah* (sekunder) yaitu adanya tempat belajar. Sedangkan pada pemenuhan kebutuhan *al-tahsiniyah* (tersier) yaitu lengkapnya fasilitas ruang belajar.

d. Pemeliharaan Keturunan (*Hifz al-Nasl*)

Keturunan merupakan penerus bagi setiap orang. Maka dari itu memiliki keturunan merupakan suatu kehormatan bagi setiap manusia dan kedudukan inilah Islam sangat memperhatikan agar keturunan yang dilahirkan berasal dari hubungan yang jelas dan sah menurut agama dan negara. Dalam Islam, menjaga keturunan adalah kewajiban, sehingga hubungan seksual hanya dapat dilakukan melalui akad nikah yang sah. Akad nikah ini termasuk dalam kebutuhan *al-daruriyah* (primer). Untuk memperkuat pengakuan atas keabsahan akad nikah dan memberikan perlindungan di masa depan, Islam menganjurkan agar akad nikah dicatat secara resmi oleh pihak berwenang, yang termasuk dalam kebutuhan *al-hajiyah* (sekunder). Meskipun tanpa pencatatan resmi akad nikah tetap sah secara agama, ketiadaan catatan dapat menimbulkan berbagai kesulitan hukum bagi suami, istri, maupun anak di kemudian hari. Sementara itu, dalam kebutuhan *al-tahsiniyah* (tersier), akad nikah diselenggarakan dengan meriah sebagai momen untuk mengumpulkan keluarga besar dan kerabat.

e. Pemeliharaan Harta (*Hifz al-Mal*)

Harta di dunia ini hakikatnya milik Allah, sedangkan harta yang di tangan manusia hanya berupa pinjaman yang akan

dipertanggungjawabkan di hari perhitungan kelak. Agar harta ini dapat dipertanggungjawabkan maka penggunaannya pun harus sesuai dengan yang ditentukan dalam Islam. Sehingga dalam hal pemenuhan kebutuhan *ad-daruriyah* (primer), setiap individu diwajibkan bekerja secara halal untuk mencukupi kebutuhan hidupnya, dan seorang suami bertanggung jawab memenuhi kebutuhan keluarganya. Untuk mendukung kelancaran pekerjaan, diperlukan alat atau perlengkapan yang sesuai dengan jenis pekerjaan. Alat-alat ini termasuk dalam kebutuhan *al-hajiyah* (sekunder). Sementara itu, kebutuhan *al-tahsiniyah* (tersier) meliputi kelengkapan fasilitas kerja yang memungkinkan pencapaian target-target secara optimal.