

Pernikahan dalam Islam Antara Ibadah dan Kesehatan Menuju Keselamatan

Nurliana

STAI Diniyah Pekanbaru

Jl. Kuau No.01 Sukajadi-Pekanbaru

nurliana@diniyah.ac.id

DOI: 10.46781/al-mutharahah.v19i1.397

Received : 02/02/2022

Revised : 15/02/2022

Accepted : 06/03/2022

Published : 07/03/2022

Abstract

Marriage is a way to worship Allah SWT and worth the reward when carried out in accordance with Islamic provisions and have a good effect on physical and mental health, marriage can change an ordinary life towards salvation in this world and the hereafter. Islam positions marriage through solid principles and principles so that the goal of having a good family can be realized, it can be seen that there is peace, family happiness, and a good life. Protecting families from household rifts nurtures and guides children's growth with loving values through nuances of tenderness and affection. In the era of the modernization of digital information, there are many things that challenge and hinder family life through information technology and information. The research method used in this paper is through triangulation, namely through data selection, data presentation, and drawing conclusions then analyzed through content analysis (content analysis). Marriage can save one's life from adultery, keep one's eyes, maintain a good attitude, and keep one's life more honorable, save one from some bad deeds. From the spiritual aspect that marriage can save worship and good deeds through the happiness that is felt in a family and even charity is realized by educating children through the presentation of religious knowledge and noble character, basically marriage can save a person's life..

Keywords: Marriage, Islam, Worship, Health, Safety.

Abstrak

Pernikahan merupakan jalan menuju ibadah kepada Allah SWT dan bernilai pahala ketika dijalankan sesuai dengan ketentuan Islam dan berpengaruh baik terhadap kesehatan fisik dan mental, pernikahan bisa merubah kehidupan yang biasa menuju keselamatan dunia dan akhirat. Islam memosisikan pernikahan melalui azaz dan prinsip yang kokoh supaya terwujud tujuan berkeluarga secara baik, terlihat adanya ketenangan, kebahagiaan keluarga, kehidupan yang baik. Menjaga keluarga dari keretakan rumah tangga memelihara dan membimbing pertumbuhan anak-anak dengan penuh nilai kasih sayang melalui nuansa kelembutan dan kasih sayang. Era modernisasi informasi digital saat ini berbagai hal yang menantang dan dan menghadang kehidupan keluarga melalui informasi teknologi dan informasi. Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini melalui tri anggulasi yaitu melalui penseleksian data, pensajian data, dan menarik kesimpulan kemudian dianalisis melalui konten analisis (conten alayisis). Pernikahan bisa menyelamatkan kehidupan seseorang dari perbuatan zina, menjaga pandangan, menjaga sikap yang baik, serta menjaga kehidupan lebih terhormat, menyelamatkan seseorang dari beberapa perbuatan yang tidak baik. Dari aspek bathiniyah bahwa dengan pernikahan bisa menyelamatkan ibadah dan amal soleh melalui kebahagiaan yang dirasakan

dalam berkeluarga bahkan terwujud amal jariah dengan mendidik anak-anak melalui sajian ilmu-ilmu agama dan berakhlak mulia, pada dasarnya pernikahan bisa menyelamatkan kehidupan seseorang.

Kata kunci: Pernikahan, Islam, Ibadah, Kesehatan, Keselamatan

A. Pendahuluan

Hukum asal pernikahan sunnah merupakan suatu anjuran dan merupakan bagian dari sunnah Nabi Muhammad SAW Dalam bentuk anjuran bagi yang sudah mampu menanggung nafkah keluarga dan punya keinginan untuk menikah. Menikah bagian dari sarana ibadah kepada Allah SWT dan bernilai pahala jika dijalankan sesuai dengan tuntunan Islam dan berpengaruh baik terhadap kesehatan fisik dan mental, mampu merubah kehidupan yang biasa menuju keselamatan dunia dan akhirat. Pernikahan dalam Islam didasarkan atas azaz yang kuat dan kokoh bertujuan untuk mewujudkan kehidupan yang tenang, keluarga harmonis dan bahagia lahir bathin bahkan selamat dari kehidupan dunia sampai pada kehidupan akhirat.¹

Dambaan hidup bahagia melalui pernikahan bagi semua orang, mewujudkan keluarga harmonis dan menjadikan wadah dan peluang beribadah, banyak juga yang tidak bahagia dan sulit untuk mewujudkan pernikahan dengan berbagai problematika kehidupan sehingga pernikahan tidak berpengaruh baik terhadap kehidupan keluarga dan keselamatan bahkan tidak bernilai ibadah bagi yang tidak memahami tujuan pernikahan, dan kelemahan dalam memahami peran dan fungsi dalam keluarga setelah menikah. Bahkan pernikahan merupakan beban fikiran dan beban materi semata ketika tidak ikhlas dalam menjalani lika liku kehidupan berkeluarga, bahkan menimbulkan konflik dalam keluarga. Hal ini merupakan diantara gambaran corak kehidupan keluarga bagi mereka yang tidak memahami tujuan dari pernikahan.²

Problematika kehidupan keluarga umat Islam kontemporer ialah menghadapi penyakit "kehidupan modern". Di era modernisasi seperti sekarang ini berbagai godaan yang menantang menyusup kedalam kehidupan keluarga melalui informasi teknologi yang demikian canggih. Tulisan dengan judul pernikahan dalam Islam antara ibadah dan kesehatan menuju keselamatan merupakan sesuatu yang baru dan urgen untuk dipahami seiring perkembangan informasi dan teknologi yang lebih mementingkan kesenangan yang bersifat duniawi, kurang memahami peran dan tujuan berkeluarga. Inilah tawaran pembahasan dalam tulisan ini yang diformulasikan dalam bentuk deskriptif analisis untuk mendekatkan pemahaman.³

¹ Muhammad Yunus Shamad and Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Parepare, "Jurnal Hukum Pernikahan Dalam Islam," *Istiqlah: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 5, no. 1 (2017), accessed January 19, 2022, <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqlah/article/view/487>.

² Nurliana Nurliana, "Konstruksi Pernikahan Samara Perspektif Buya Hamka," *Jurnal Al Himayah* 3, no. 1 (March 1, 2019): 53-66, accessed July 19, 2021, <https://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ah/article/view/882>.

³ Nurliana Nurliana, "KONSTRKSIPERNIKAHANSAKINAHMAWADDAAHWARAHMAHPERSPEKTIFBUYAHAMKADALAMTAFSIRAL-AZHAR," n.d., https://www.researchgate.net/publication/356775758_KONSTRKSI_PERNIKAHAN_SAKINAH_MAWADDAAH_WARAHMAH_PERSPEKTIF_BUYA_HAMKA_DALAM_TAFSIR_AL-AZHAR.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian dalam tulisan ini menggunakan pendekatan penelitian perpustakaan. Analisis data yang digunakan adalah Teknik tri angkulasi yaitu melalui seleksi data, pensajian data, dan membuat kesimpulan dan dianalisis melalui konten analisis (*conten alayisis*).⁴

C. Hasil Dan Pembahasan

1. Pernikahan Dalam Islam

Pernikahan dalam Islam menggunakan lafaz pernikahan, berasal dari bahasa Arab lafaznya yaitu *Az-zawaaj* mengandung makna bersatu dua insan, makna pernikahan bisa juga dipahami "*Al-Aqd*, yaitu mempersatukan laki-laki dengan perempuan. Pernikahan ialah terjadinya akad antara seorang wanita dengan seorang laki-laki berdasarkan keridhoan serta dilakukan oleh wali mengikuti rukun dan syarat pernikahan secara Islam.⁵

Firman Allah SWT. Q. S. An-nisa' [4]: 1

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

Terjemah Kemenag 2002

1. Wahai manusia! Bertakwalah kepada Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu (Adam), dan (Allah) menciptakan pasangannya (Hawa) dari (diri)-nya; dan dari keduanya Allah memperkembangbiakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Bertakwalah kepada Allah yang dengan nama-Nya kamu saling meminta, dan (peliharalah) hubungan kekeluargaan. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasimu.

Pelaksanaan pernikahan diatur sesuai syari'at yang harus memenuhi rukun serta syarat pernikahan secara Islam. Menikah bagian dari sarana menuju keamanan diri dari gejala fisik dan berorientasi pada pemeliharaan keturunan atau *nasab* dan menjaga kehormatan diri wanita. Berdasarkan Undang-undang Nomor 1 Tahun 1974 pernikahan adalah suatu ikatan yang sakral baik lahir maupun batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai pasangan suami dan isteri yang bertujuan untuk membina kebahagiaan keluarga yang berkekalan berlandaskan Ketuhanan Yang Maha Esa. Akad nikah dianggap sah apabila dilakukan sesuai dengan perundang-undangan dan hukum pernikah di Indonesia sesuai dengan agama dan kepercayaan dan dicatat oleh lembaga yang berwenang berdasarkan perundang-undangan yang berlaku.⁶ Rukun Serta Syarat Pernikahan:

a. Rukun pernikahan yaitu:

- 1) Ada Calon suami,
- 2) Ada Calon isteri,
- 3) Wali Nikah

⁴ Febri Giantara, *Analisis Data (Kualitatif, Kuantitatif, Metode Campuran, Dan Penelitian Tindakan)*, ed. Novi Yanti (Pekanbaru: LPPM STAI Diniyah Pekanbaru, 2020).

⁵ Wahyu Wibisana, "PERNIKAHAN DALAM ISLAM" 14, no. 2 (2016).

⁶ Ali Mustofa, "PERNIKAHAN DALAM ISLAM-Wahyu" (n.d.).

- 4) Saksi
 - 5) Akad (Ijab- kabul)
 - 6) Mahar
- b. Syarat calon suami:
- 1) Islam Agamanya
 - 2) Pria.
 - 3) Diketahui secara jelas.
 - 4) Bisa memberikan persetujuan.
 - 5) Tidak terhalang melakukan pernikahan.
- c. Syarat calon Istri:
- 1) Islam agamanya
 - 2) Perempuan.
 - 3) Jelas orangnya.
 - 4) Ada persetujuan.
 - 5) Tidak ada penghalang untuk menikah.
- d. Syarat wali dalam pernikahan:
- 1) Pria.
 - 2) Sudah dewasa.
 - 3) Memiliki hak menjadi wali.
 - 4) Tidak ada penghalang menjadi wali.
- e. Syarat saksi pernikahan:
- 1) Sekurang-kurangnya dua orang pria.
 - 2) Hadir dalam akad.
 - 3) Memahami maksud dari akad.
 - 4) Beragama Islam.
 - 5) Sudah dewasa.
- f. Syarat Ijab dan qabul:
- 1) Aqad ijab menikahkan dari wali.
 - 2) *Qabul* / menerima penerimaan dari calon suami.
 - 3) Memahami ucapan nikah, ataupun terjemahannya.
 - 4) Ucapan *ijab -qabul* secara berkesinambungan.
 - 5) Memahami maksud *ijab* dan *qabul* secara jelas.
 - 6) Tidak sedang Ihram, umrah atau haji.
 - 7) Saat akad harus dihadiri; minimal calon suami, calon isteri, wali dari perempuan, serta 2 orang saksi.⁷

Persyaratan pernikahan telah di atur dalam Pasal 6 hingga Pasal 11 Undang-undang Pernikahan. Menguraikan beberapa hal berikut:

- a. Persetujuan dari calon suami-isteri.
- b. Usia minimal bagi laki-laki 21 tahun, untuk perempuan minimal 19 tahun, jika belum berumur 21 tahun mesti mendapat izin dari orang tua atau wali.
- c. Tidak ada sebab penghalang untuk melakukan pernikahan. Seperti nasab, hubungan kerabat semenda, hubungan karena susuan, hubungan persaudaraan (misalnya; isteri sebelumnya bersaudara

- dengan calon isteri yang akan dinikahi) ataupun beberapa yang menjadi sebab penghalang secara syar'i.
- d. Tidak terikat oleh pernikahan lain bagi perempuan.
 - e. Tidak dalam masa *iddah* bagi perempuan.
 - f. Bagi laki-laki yang berkeinginan poligami beberapa persyaratan khusus, berdasar Pasal 4, Pasal 5 UUP, yaitu:
 - a) Mendapat izin dari Pengadilan Agama
 - b) Mendapat izin dari isteri.
 - c) Peroleh kepastian dari suami sanggup memenuhi kebutuhan hidup isteri dan anak-anaknya.
 - d) Adanya jaminan dari suami mampu berlaku adil terhadap istri dan anaknya.

2. Pernikahan Bernilai Ibadah

Pernikahan yang diperintahkan dalam Islam bernilai ibadah sembari menjaga kesucian diri dari perbuatan yang dilarang dalam Islam. Tujuan pernikahan membentuk keluarga bahagia dengan prinsip untuk selamanya. Pernikahan membutuhkan kematangan fisik dan emosional, tersebut pernikahan bagian dari sesuatu yang sakral dan dapat membimbing jalan hidup seseorang dan semua aktivitas yang baik dalam pernikahan bernilai ibadah. Beberapa bentuk ibadah yang terdapat dalam pernikahan, yaitu:

1. Pernikahan Bernilai Ibadah Karena Perintah Allah SWT.

وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ ۚ إِنَّ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِيهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۗ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

Dan nikahkanlah orang-orang yang masih sendirian di antara kalian, dan orang-orang yang pantas (menikah) dari hamba sahaya dari laki-laki dan perempuan. Jika mereka miskin, Allah akan melimpahkan karunia-Nya. Dan Allah Maha luas (pemberian-Nya) lagi Maha Mengetahui.

Perintah untuk menikah bagian dari cara memelihara kesucian nasab. Perintah untuk membantu para remaja yang masih membujang untuk mencarikan pasangan hidup dan menikahkannya. Bertujuan supaya hidupnya sesuai dengan perintah Islam menuju kehidupan bahagia dunia dan akhirat serta peroleh keturunan yang soleh-solehah. Pernikahan yang disyariatkan untuk menjaga umat manusia agar konsisten di jalan Allah swt. melalui penataan kehidupan, menguatkan dan meningkatkan dalam beribadah, hingga melahirkan anak yang saleh, mendidik dan membimbing anak-anak menjadi manusia yang senantiasa beribadah kepada Allah SWT.

Pernikahan yang disyariatkan, bahwa kondisi ekonomi yang kurang mampu justru dengan menikah Allah yang akan mencukupi rezekinya melalui pernikahan. Allah Maha luas sebagai pemberi rezeki dan kelapangan hidup bagi hambanya yang senantiasa bersyukur dan berusaha. Dengan usaha mencari rezeki dan karunia Allah di muka bumi, menafkahi

keluarga dan mewujudkan cita-cita yang mulia ialah bernilai ibadah jariah.⁸

2. Menikah Bagian Mengikuti Sunnah Rasulullah saw.

Menikah dalam Islam bagian dari mengikuti sunnah Rasulullah SAW. Dan bernilai ibadah bagi pasangan yang menikah. Hadis Rasulullah SAW.

النكاح من سنتي فمن لم يعمل بسنتي فليس مني (رواه ابن ماجه)

Nikah ialah sunnahku, barangsiapa yang tidak melaksanakan sunnahku maka tiadalah bagian dariku” H.R. Ibnu Majah.

3. Menikah Sebagai Penguat Ibadah dan Benteng Akhlak

Pernikahan sebagai penguat ibadah dan membentengi diri dari akhlak yang tidak baik. Menghindarkan diri dari perbuatan zina, menundukkan pandangan dan menjaga kehormatan diri. Berdasar pada hadis Nabi saw.

يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنِ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ وَأَحْصَنُ
لِلْفَرْجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ

“Wahai para pemuda! Siapa saja diantara kamu yang sudah sanggup untuk menikah, maka menikahlah, sebab dengan pernikahan mampu menundukkan pandangan, dan membentengi farji (kehormatan), bagi yang belum sanggup, maka hendaklah berpuasa (shaum), Sesungguhnya puasa mampu membentengi dirinya”.

Hadis di atas dipahami bahwa pernikahan bertujuan guna memelihara kehormatan diri dari perbuatan zina, menundukkan pandangan dan membimbing seseorang untuk beribadah kepada Allah SWT dianjurkan menikah bagi yang sudah mampu dari segi fisik dan finansial. Namun bagi yang belum mampu dari segi finansial dan belum berpengaruh buruk ketika tidak menikah maka dalam hal ini dianjurkan untuk berpuasa guna sebagai benteng dari gejolak hawa nafsu. Para ulama menjelaskan tentang hikmah disyariatkan puasa, diantaranya pemeliharaan akhlak mulia, menumbuhkan rasa kasih sayang, pemeliharaan orang lemah yang tidak mampu memenuhi kebutuhan hidupnya, melatih jiwa dan jasmani, menjaga kesehatan, mendatangkan ketenteraman hidup.

4. Dengan Menikah Sudah Menyempurnakan Separoh Agama

Berdasar pada Hadis Rasulullah SAW.

إِذَا تَزَوَّجَ الْعَبْدُ فَقَدْ اسْتَكْمَلَ نِصْفَ الدِّينِ فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي النِّصْفِ الْبَاقِي

"Ketika seorang hamba menikah, berarti dia telah menyempurnakan setengah agamanya. Maka bertaqwalah kepada Allah pada setengah sisanya."

Melalui pernikahan dengan ketenangan hati dan seta kenyamanan hidup, berdasarkan hadis di atas bahwa dengan menikah berarti seseorang sudah menyempurnakan separoh dari agamanya. Karena menikah itu juga bagian dari sunnah yang disyariatkan.

⁸ Nurliana Nurliana, "Transformasi Masyarakat Islam Era Revolusi Industri 4.0," *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* 9, no. 2 (December 28, 2019): 107–121, accessed August 19, 2021, <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/madania/article/view/8389>.

5. Menikah Memenuhi Tuntutan Naluri Manusia.

Pernikahan mampu memenuhi tuntutan naluri manusia, semua manusia mempunyai insting seks, hanya kadar dan intensitasnya yang berbeda. Dengan pernikahan dapat menundukkan pandangan, menjaga kesucian diri dan mengarahkan kehidupan menjadi lebih baik.⁹

Firman Allah SWT. Q.S. Ali Imran : [3] : 14

زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ
وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ۗ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۗ وَاللَّهُ عِنْدَهُ
حُسْنُ الْمَآبِ

Terjemah Kemenag 2002

14. Dijadikan terasa indah dalam pandangan manusia cinta terhadap apa yang diinginkan, berupa perempuan-perempuan, anak-anak, harta benda yang bertumpuk dalam bentuk emas dan perak, kuda pilihan, hewan ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik.

6. Menikah Bagian Dari Cara Memperoleh Keturunan Yang Baik

Untuk menyelamatkan keturunan menjadi baik, soleh atau solehah tidak ada jalan lain, hanya melalui pernikahan yang syariatkan Islam. Insting untuk memperoleh keturunan yang soleh-solehah, bahwa mempunyai anak bukanlah suatu keharusan namun suatu amanah Allah SWT Walaupun dalam kenyataannya ada sebagian mereka yang menikah ditakdirkan tidak dikaruniai anak, namun esensi utama pernikahan ialah melaksanakan sunnah Rasulullah, dan berupaya membina keluarga dengan kehidupan bahagia.

إِذَا مَاتَ ابْنُ آدَمَ انْقَطَعَ عَمَلُهُ إِلَّا مِنْ ثَلَاثٍ صَدَقَةٍ جَارِيَةٍ أَوْ عِلْمٍ يُنْتَفَعُ بِهِ أَوْ وَلَدٍ صَالِحٍ
يَدْعُو لَهُ

(رواه البخارى)

7. Menikah Untuk Berdakwah.

Melalui pernikahan misi dakwah bisa terus dikembangkan, dan mendeskripsikan model kehidupan keluarga sesuai dengan tatanan Islam dan gambaran generasi Islam yang siap mewujudkan masa depan.

Hal esensial dari syariat pernikahan yaitu mampu menjadi benteng kemuliaan dan menjadi model keluarga muslim yang didambakan. Dengan menikah kekuatan dakwah lebih sempurna baik secara perorangan maupun secara kekeluargaan yang dilandasi dengan kasih sayang dan saling menerima satu sama lain. Melindungi para remaja dari kerusakan, menjaga

⁹ Murdan Murdan, "MEMBACA PERKAWINAN MASYARAKAT ISLAM SASAK DARI PERSPEKTIF INTERLEGALITAS HUKUM," *Al-Ahwal: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 10, no. 2 (January 7, 2018): 115.

masyarakat dari kekacauan dan hadirnya generasi yang kuat dan tangguh serta berkontribusi terhadap kehidupan keluarga sembari menyongsong masa depan yang terbaik.¹⁰

8. Pernikahan Bernilai Kesehatan

Pernikahan berpengaruh positif terhadap akhlak, perilaku, agama dan stabilitas psikologis seseorang dan berpengaruh baik terhadap kesehatan personal maupun kesehatan keluarga, pernikahan memberi warna tersendiri terhadap kehidupan seseorang, dengan mengikuti tatanan pernikahan secara Islam dan memahami tujuan pernikahan dalam Islam, maka dengan pernikahan bisa mempengaruhi kesehatan pribadi dan keluarga terutama perkembangan emosional, kesehatan fisik, pola hidup yang sehat, makan teratur. Tujuan berkeluarga lebih terarah, kesiapan menghadapi tantangan lebih siap dan siaga, anak akan menjadi stabil dalam sikap dan emosional, serta siap mengembangkan kemampuannya untuk berkarya dan memberi nilai positif sehingga keluarga bahagia bisa dipahami dengan makna sakinah mawaddah warahmah bagian dari cita-cita mulia bagi insan yang menikah.¹¹

Survey yang dilakukan kepada 14.000 orang dewasa selama sepuluh tahun di Amerika Serikat ditemui bahwa diantara tanda kebahagiaan kehidupan yang berpengaruh kuat dalam kehidupan ialah status perkawinan yang bahagia. Terdapat 40 % mereka yang menikah mengungkapkan bahwa mereka merasakan kebahagiaan dalam kehidupan pernikahan, dan 25 % dari mereka yang lajang atau belum menikah mengungkapkan bahwa mereka hidup bahagia dengan kesendiriannya. Linda J Waite dan Mery elizabeth telah melakukan penelitian tentang kesehatan emosi bagi orang dewasa usia 50-60 tahun disimpulkan bahwa semua orang dewasa tanpa pasangan, baik yang tinggal sendirian, bersama keluarga ataupun bersama orang lain menggambarkan bahwa kesehatan emosinya lebih negatif dibandingkan dengan mereka yang menikah dan hidup bersama pasangan.¹²

Deskripsi reseach bahwa pernikahan berpengaruh baik dan memberi manfaat pada ketenangan dan kebahagiaan hidup baik bersifat fisik ataupun psikologis. Menikah mampu mengurangi beban secara emosional dan meningkatkan kebahagiaan bagi pasangan suami istri, dari pada mereka yang hidup tidak menikah.

Penelitian yang pernah dilakukan terhadap pernikahan menyatakan bahwa erat sekali keterkaitan antara kebahagiaan keluarga dengan stabilitas psikologis, sembari mempengaruhi kelangsungan pernikahan. Seiring lama usia menikah dengan menjalani kehidupan yang bahagia dan menikmati

¹⁰ Khoiruddin Nasution, "MEMBANGUN KELUARGA BAHAGIA (SMART)," *Al-Ahwal: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 1, no. 1 (September 26, 2016): 1-16, accessed October 14, 2021, <http://ejournal.uin-suka.ac.id/syariah/Ahwal/article/view/1124>.

¹¹ Oleh: Beely and Jovan Sumakul, *PERANAN KOMUNIKASI KELUARGA DALAM PEMBENTUKAN IDENTITAS REMAJA DI KELURAHAN MALALAYANG I KECAMATAN MALALAYANG KOTA MANADO*, *Acta Diurna*, vol. 4, 2015.

¹² Murdan, "MEMBACA PERKAWINAN MASYARAKAT ISLAM SASAK DARI PERSPEKTIF INTERLEGALITAS HUKUM."

ketenangan cenderung memiliki kekuatan untuk bertahan dan menikmati kebahagiaan pernikahan. Pernikahan memiliki pengaruh positif diantaranya; *Pertama*, dengan pernikahan membuat orang hidup lebih lama dari pada mereka yang tidak atau belum menikah ataupun mereka yang bercerai. Tersebab mereka yang menikah memiliki kebiasaan hidup lebih sehat dan teratur sembari emosi yang stabil. Berdasarkan temuan *research*, mereka yang menikah merasa hidup bahagia dengan kehidupannya sebesar 40%, dan mereka yang bercerai 18 % merasakan bahagia dengan kehidupannya, dan 15% mereka yang berpisah merasakan bahagia dengan kehidupannya, serta 22% janda yang merasa *happy* dengan kehidupannya. Olson juga mengungkapkan “*Not being married can be hazardous to your health*” (tidak menikah bisa beresiko terhadap kesehatan anda). *Kedua*, mereka yang menikah merasa lebih puas dengan kehidupan pernikahannya, baik secara fisik maupun psikis. *Ketiga*, dengan menikah mampu meningkatkan karier dan ekonomi keluarga lebih terarah dengan baik, disebabkan karena laki-laki yang menikah, lebih memfokuskan diri dalam memperoleh nafkah guna memenuhi kebutuhan keluarga, seiring dukungan dari istri berpotensi memotivasi suami dan meningkatkan karier suami.¹³

Penelitian medis yang dilakukan oleh University of Chicago menyimpulkan bahwa diantara manfaat pernikahan mampu menurunkan hormon kortisol sebagai pemicu tekanan pada psikologis. Demikian juga halnya ketika seseorang menjalani kehidupan jangka panjang, hubungan harmonis pernikahan dapat memperkuat dan mengubah hormon stress menjadi perasaan bahagia terhadap pasangan.¹⁴

9. Pernikahan Sebagai Sarana Menuju Keselamatan

Kehidupan keluarga membutuhkan ketenteraman dan kebahagiaan lahir bathin, sembari menuju keselamatan hidup melalui pernikahan.

Firman Allah swt. Q.S. Ar-Rum [30]: 21

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

Terjemah Kemenag 2002

21. Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir.

Pernikahan pada awalnya anjuran dan bernilai ibadah bagi pasangan suami dan isteri yang menghiasi pernikahannya dengan tata-tatanan nilai-nilai Islam. Kemudian pernikahan juga berpengaruh baik terhadap kesehatan

¹³ Hardsen Julsy and Imanuel Najoon, *POLA KOMUNIKASI SUAMI ISTRI DALAM MENJAGA KEHARMONISAN KELUARGA DI DESA TONDEGESAN II KECAMATAN KAWANGKOAN KABUPATEN MINAHASA* Oleh, n.d.

¹⁴ Nurliana Nurliana, *FORMULASI KELUARGA ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 PERSPEKTIF HUKUM ISLAM*, *Jurnal Al Himayah*, vol. 3 (gorontalo, October 19, 2019), accessed April 6, 2021, <http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ah>.

fisik dan mental bagi pasangan yang menikah tersebut adanya unsur kebahagiaan dalam menikah, rasa empaty dan saling peduli antara pasangan, serta semangat hidup yang luar biasa mengingat peran dan fungsi serta manfaat yang harus dirasakan bagi keluarga pasangan serta anak-anak yang terlahir dalam keluarga tersebut. Hal yang paling penting dipahami dari pernikahan yaitu bahwa pernikahan bisa menyelamatkan kehidupan seseorang dari perbuatan zina, menjaga pandangan, menjaga sikap yang baik, ekonomi yang terarah, serta menjaga kehidupan lebih terhormat, sehingga selamatlah seseorang dari perbuatan-perbuatan yang tidak baik melalui pernikahan. Dari aspek bathiniyah bahwa dengan pernikahan bisa menyelamatkan ibadah dan amal soleh melalui kebahagiaan yang dirasakan dalam berkeluarga bahkan terwujud amal jariah dengan mendidik anak-anak menjadi anak yang soleh, pada dasarnya pernikahan bisa menyelamatkan kehidupan seseorang di dunia sampai akhirat.¹⁵

Menikah pada hakikatnya saling memberi manfaat dan memberi kasih sayang antara suami dan isteri, adanya manfaat, muncullah kewajiban. Hak dan kewajiban muncul setelah terjadi akad dikarenakan saling memiliki, seperti memberi nafkah adalah suatu kewajiban, Isteri merupakan pondasi keluarga, sarana untuk memuliakan kehidupan keluarga dan anak-anaknya. Islam menganjurkan memilih isteri yang solehah; mematuhi agama dengan baik, patuh dan santun, bisa memelihara anaknya. Dengan konsep pernikahan berdasar firman Allah di atas bisa dipahami bahwa melalui pernikahan yang dilakukan pasangan suami isteri bisa menyelamatkan kehidupan di dunia.¹⁶

D. Simpulan

Pernikahan bagian dari sunnah Rasulullah SAW dianjurkan pada seseorang untuk menikah ketika sudah berkeinginan untuk menikah dan memiliki kemampuan dari aspek materi. Pernikahan berpengaruh baik terhadap kesehatan fisik dan mental bagi pasangan yang menikah tersebut adanya unsur kebahagiaan dalam menikah, rasa empaty dan saling peduli antara pasangan, serta semangat hidup yang luar biasa mengingat peran dan fungsi serta manfaat yang harus dirasakan bagi keluarga pasangan serta anak-anak yang terlahir dalam keluarga tersebut. Hal yang paling penting dipahami dari pernikahan yaitu bahwa pernikahan bisa menyelamatkan kehidupan seseorang dari perbuatan zina, menjaga pandangan, menjaga sikap yang baik, serta menjaga kehidupan lebih terhormat, sehingga selamatlah seseorang dari perbuatan-perbuatan yang tidak baik melalui pernikahan. Dari aspek bathiniyah bahwa dengan pernikahan bisa menyelamatkan ibadah dan amal soleh melalui kebahagiaan yang dirasakan dalam berkeluarga bahkan terwujud amal jariah dengan mendidik anak-anak menjadi anak yang soleh, pada dasarnya pernikahan bisa menyelamatkan kehidupan seseorang di dunia sampai akhirat.

¹⁵ Priyono, "Manajemen Sumber Daya Manusia," Penerbit Zifatama Publisher 53, no. 9 (2010): 209.

¹⁶ Beely and Sumakul, *PERANAN KOMUNIKASI KELUARGA DALAM PEMBENTUKAN IDENTITAS REMAJA DI KELURAHAN MALALAYANG I KECAMATAN MALALAYANG KOTA MANADO*, vol. 4, p. .

DAFTAR PUSTAKA

- Beely, Oleh :, and Jovan Sumakul. *PERANAN KOMUNIKASI KELUARGA DALAM PEMBENTUKAN IDENTITAS REMAJA DI KELURAHAN MALALAYANG I KECAMATAN MALALAYANG KOTA MANADO*. *Acta Diurna*. Vol. 4, 2015.
- Giantara, Febri. *Analisis Data (Kualitatif, Kuantitatif, Metode Campuran, Dan Penelitian Tindakan)*. Edited by Novi Yanti. Pekanbaru: LPPM STAI Diniyah Pekanbaru, 2020.
- Julsy, Hardsen, and Imanuel Najoan. *POLA KOMUNIKASI SUAMI ISTRI DALAM MENJAGA KEHARMONISAN KELUARGA DI DESA TONDEGESAN II KECAMATAN KAWANGKOAN KABUPATEN MINAHASA* Oleh, n.d.
- Murdan, Murdan. "MEMBACA PERKAWINAN MASYARAKAT ISLAM SASAK DARI PERSPEKTIF INTERLEGALITAS HUKUM." *Al-Ahwal: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 10, no. 2 (January 7, 2018): 115.
- Mustofa, Ali. "PERNIKAHAN DALAM ISLAM-Wahyu" (n.d.).
- Nasution, Khoiruddin. "MEMBANGUN KELUARGA BAHAGIA (SMART)." *Al-Ahwal: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 1, no. 1 (September 26, 2016): 1–16. Accessed October 14, 2021. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/syariah/Ahwal/article/view/1124>.
- Nurliana, Nurliana. *FORMULASI KELUARGA ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 PERSPEKTIF HUKUM ISLAM*. *Jurnal Al Himayah*. Vol. 3. Gorontalo, October 19, 2019. Accessed April 6, 2021. <http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ah>.
- . "KONSTRUKSI PERNIKAHAN SAKINAH MAWADDAH WARAHMAH PERSPEKTIF BUYA HAMKA DALAM TAFSIR AL-AZHAR," n.d. https://www.researchgate.net/publication/356775758_KONSTRUKSI_PERNIKAHAN_SAKINAH_MAWADDAH_WARAHMAH_PERSPEKTIF_BUYA_HAMKA_DALAM_TAFSIR_AL-AZHAR.
- . "Konstruksi Pernikahan Samara Perspektif Buya Hamka." *Jurnal Al Himayah* 3, no. 1 (March 1, 2019): 53–66. Accessed July 19, 2021. <https://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ah/article/view/882>.
- . "Transformasi Masyarakat Islam Era Revolusi Industri 4.0." *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* 9, no. 2 (December 28, 2019): 107–121. Accessed August 19, 2021. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/madania/article/view/8389>.
- Priyono. "Manajemen Sumber Daya Manusia." *Penerbit Zifatama Publisher* 53, no. 9 (2010): 209.
- Wibisana, Wahyu. "PERNIKAHAN DALAM ISLAM" 14, no. 2 (2016).
- Yunus Shamad, Muhammad, and Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Parepare. "Jurnal Hukum Pernikahan Dalam Islam." *Istiqlah: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 5, no. 1 (2017). Accessed January 19, 2022. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqlah/article/view/487>.