

# ANALISIS MAQASHID SYARIAH TERKAIT TREN “SAD BEIGE MOM”

Abdul Kafi

Pascasarjana Hukum Keluarga UIN Antasari Banjarmasin

E-Mail: [kafiabdul38@gmail.com](mailto:kafiabdul38@gmail.com)

## **Abstract:**

*The sad beige mom trend refers to a minimalist parenting style and lifestyle characterized by neutral color palettes, simplicity, and a particular aesthetic within family life. However, it often reflects deep feelings of exhaustion, anxiety, and loneliness. This research adopts a qualitative-descriptive approach using literature review and content analysis methods to explore the relevance of this trend to the objectives of shariah (maqashid shariah). The findings indicate that the sad beige mom trend aligns with maqashid shariah in terms of simplicity (zuhud). However, the trend may conflict with maqashid shariah principles if it negatively affects the mental health of mothers or children due to social pressures to adhere to certain aesthetic standards.*

## **Abstrak:**

*Tren sad beige mom merujuk pada pola pengasuhan ibu dan gaya hidup minimalis yang berfokus pada palet warna netral, kesederhanaan, dan estetika tertentu dalam kehidupan keluarga, namun sering kali mereka mengungkapkan perasaan kelelahan, kecemasan, dan kesepian yang mendalam. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan metode studi literatur dan analisis konten untuk mengeksplorasi relevansi tren ini terhadap tujuan syariah (maqashid syariah). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tren sad beige mom dapat sejalan dengan maqashid syariah dalam aspek kesederhanaan (zuhud), Namun tren ini juga berpotensi bertentangan dengan prinsip maqashid syariah jika memengaruhi kesehatan mental ibu atau anak akibat tekanan sosial untuk memenuhi standar estetika tertentu. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang seimbang untuk memastikan bahwa tren ini mendukung kesejahteraan keluarga secara menyeluruh sesuai dengan nilai-nilai Islam. Penelitian ini memberikan kontribusi pada wacana pengasuhan Islam modern dengan mempertimbangkan dimensi estetika, spiritualitas, dan keseimbangan maqashid syariah.*

**Kata Kunci:** Maqashid Syariah As-Syatibi, Tren, Sad Beige Mom.

## **A. Pendahuluan**

Fenomena sosial yang muncul di era digital, seperti tren "Sad Beige Mom," membawa perhatian pada ketegangan antara citra yang tampak sempurna di media sosial dan kenyataan emosional yang sering tersembunyi di baliknya. Istilah "Sad

"Beige Mom" mengacu pada para ibu muda yang meskipun tampak menjalani kehidupan yang ideal dengan estetika minimalis dan rapi, sering kali mengungkapkan perasaan kelelahan, kecemasan, dan kesepian yang mendalam. Mereka, melalui media sosial, mencoba menunjukkan citra seorang ibu yang dapat mengelola rumah tangga dan keluarga dengan sempurna, namun di sisi lain, mereka mengalami beban emosional yang tak terungkap. Fenomena ini menimbulkan pertanyaan terkait keseimbangan antara tuntutan sosial terhadap ibu dalam menjalani peranannya dan bagaimana tuntutan tersebut memengaruhi kesejahteraan mental dan emosional mereka.

Dalam konteks Islam, maqashid syariah atau tujuan syariah menawarkan kerangka pemahaman untuk menilai kesejahteraan individu, termasuk dalam peran ibu dalam keluarga. Maqashid syariah menekankan pentingnya keseimbangan antara aspek fisik dan spiritual dalam kehidupan umat Islam, yang mencakup perhatian terhadap kesehatan mental, emosional, dan fisik.

Analisis ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana fenomena "Sad Beige Mom" jika dikaitkan dengan konsep maqashid syariah, khususnya dalam konteks pemeliharaan Agama (*hifdz din*), Jiwa (*hifdz nafs*), Akal (*hifdz aql*), Keturunan (*hifdz nasl*), dan harta (*hifdz mal*). Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat ditemukan wawasan mengenai relevansi maqashid syariah dalam memberikan panduan bagi kesejahteraan ibu dalam menjalankan peranannya.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian normatif dengan pendekatan konseptual dan analisis konten.<sup>1</sup> Data yang digunakan berupa data sekunder yang terdiri dari tiga jenis bahan hukum: bahan hukum primer, bahan hukum sekunder, dan bahan hukum tersier. Kajian dilakukan melalui telaah pustaka terhadap literatur yang relevan, seperti kitab Maqashid Syariah karya As-Syatibi, artikel ilmiah tentang parenting minimalis, dll. Analisis dilakukan secara deskriptif untuk memahami esensi dari tren "Sad Beige Mom" dalam konteks maqashid syariah.

---

<sup>1</sup>Soerjono Soekanto, *Penelitian Hukum Normatif* (Jakarta: Rajawali Pers, 1986), hlm. 12.

## C. Pembahasan dan Diskusi

### 1. Tren Sad Beige Mom

Tren "Sad Beige Mom" adalah fenomena yang berkembang di media sosial, terutama di kalangan ibu muda, yang mencerminkan kehidupan yang tampak sempurna secara estetika, tetapi sarat dengan kecemasan dan kelelahan emosional. Istilah ini pertama kali muncul di platform seperti TikTok dan Instagram, di mana ibu-ibu muda mengunggah gambar atau video yang menampilkan diri mereka dalam suasana yang sangat terorganisir, sering kali dengan palet warna netral yang dominan, terutama warna beige yang memberi kesan minimalis dan elegan. Namun, di balik tampilan visual yang sangat terawat dan menenangkan ini, terkandung perasaan dan narasi yang lebih gelap tentang tekanan yang dihadapi oleh banyak ibu dalam kehidupan sehari-hari mereka.<sup>2</sup>

Konsep "Sad Beige Mom" menggabungkan dua elemen utama: estetika warna beige yang identik dengan kesederhanaan dan ketenangan, serta emosi yang lebih kompleks dan sering tersembunyi, seperti kelelahan, kecemasan, dan rasa kesepian. Ibu-ibu ini terlihat menghabiskan waktu di rumah dengan anak-anak mereka, berfokus pada kegiatan yang mungkin tampak menyenangkan di permukaan, seperti mengorganisir rumah, mempersiapkan makanan sehat, atau membuat proyek DIY namun mereka seringkali mengungkapkan perasaan kesedihan dan kelelahan melalui narasi mereka. Ini menjadi semacam kontradiksi visual yang mencolok, di mana kehidupan yang tampaknya sempurna tidak selalu mencerminkan kenyataan batin yang mereka alami.

Tren ini mencerminkan tekanan sosial dan budaya yang dihadapi banyak ibu muda untuk tampil sempurna, terutama di era media sosial, di mana segala sesuatu sering kali disaring dan disajikan dalam bentuk yang ideal. Di satu sisi, ada dorongan untuk menunjukkan betapa mereka mampu mengelola kehidupan rumah tangga dengan sangat baik memiliki rumah yang rapi, anak-anak yang bahagia, dan penampilan yang selalu terjaga. Di sisi lain, ada kenyataan bahwa banyak ibu

---

<sup>2</sup>Jessica Defino, *The Aesthetics of Sadness: Instagram and the New Emotional Politics of Motherhood*, in *Social Media and the Politics of Emotional Labor* (New York: Routledge, 2021), 101-123.

merasa terperangkap dalam rutinitas yang melelahkan, dengan sedikit waktu untuk diri mereka sendiri, dan terkadang bahkan merasa kesepian atau terisolasi dalam peran mereka.

Fenomena ini juga bisa dilihat sebagai kritik terhadap norma-norma tradisional mengenai peran ibu. Dalam budaya yang semakin terhubung dengan dunia digital, banyak ibu merasa tertekan untuk memenuhi ekspektasi yang tampaknya tidak pernah berakhir. "Sad Beige Mom" bukan hanya sekadar soal penampilan luar, tetapi juga tentang kesadaran akan beban emosional yang tersembunyi di baliknya. Ini membuka ruang untuk diskusi tentang pentingnya keseimbangan antara peran ibu, identitas pribadi, dan bagaimana individu merespons tekanan untuk tampil sempurna di media sosial.<sup>3</sup>

Pada dasarnya, tren ini mengingatkan kita bahwa di balik citra yang tampak sempurna, banyak ibu muda yang menghadapi tantangan emosional yang dalam. Mereka mungkin merasa tidak dihargai, atau bahkan tidak cukup baik meskipun mereka berusaha keras untuk memenuhi standar yang tinggi. Menyadari bahwa ada kenyataan yang lebih kompleks daripada apa yang ditampilkan di media sosial bisa membantu mengurangi tekanan yang dirasakan banyak ibu dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Melalui fenomena ini, muncul pula diskusi yang lebih luas mengenai kesehatan mental ibu-ibu, yang sering kali diabaikan atau tidak diperhatikan. Dalam budaya yang sering kali mengutamakan pencapaian luar, penting untuk mulai menghargai kesejahteraan emosional ibu sebagai bagian dari peran mereka. Ibu yang bahagia dan sehat secara emosional tidak hanya lebih baik untuk diri mereka sendiri, tetapi juga untuk keluarga mereka. Oleh karena itu, tren "Sad Beige Mom" mungkin bukan hanya sebuah fenomena estetika semata, tetapi juga sebuah panggilan untuk lebih sadar dan peduli terhadap kesejahteraan mental ibu di dunia modern ini.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup>Sarah Ahmed, *The Cultural Politics of Emotion* (Edinburgh: Edinburgh University Press, 2004), 98-110.

<sup>4</sup>Emma Green, *The Beauty of Self-Care: How Social Media Reinforces the Pressure to Be a Perfect Mom*, *Journal of Social Media Studies* 15, no. 3 (2022): 45-59.

## 2. Biografi Singkat As-Syathibi

Abu Ishaq Ibrahim bin Musa as-Syatibi, yang dikenal dengan sebutan *As-Syathibi*, adalah seorang ulama besar asal Andalusia (Spanyol) yang sangat berpengaruh dalam pengembangan ilmu fikih dan ushul fikih dalam tradisi Islam. Beliau lahir sekitar tahun 1320 M di kota Almeria, Andalusia, dan dikenal sebagai ahli dalam bidang fiqh, tafsir, dan ilmu kalam. Keilmuan As-Syathibi sangat dihargai karena pemikirannya yang mendalam mengenai maqashid syariah (tujuan-tujuan syariah), yang kemudian menjadi salah satu sumbangsih utama bagi perkembangan metodologi fikih di dunia Islam. Salah satu karya monumental beliau adalah *Al-Muwafaqat fi Usul al-Shari'ah*, yang menjadi salah satu referensi utama dalam kajian maqashid syariah. Pemikirannya mengenai maqashid syariah sangat mempengaruhi pandangan ulama-ulama setelahnya. As-Syathibi berpendapat bahwa hukum syariah bertujuan untuk menjaga lima hal utama: agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta.<sup>5</sup> Ia juga menekankan pentingnya tujuan syariah dalam mencapai kesejahteraan umat, baik di dunia maupun di akhirat. As-Syathibi meninggal dunia pada tahun 1388 M di kota Granada, Andalusia, namun warisan intelektualnya terus hidup dan memberikan pengaruh besar terhadap pemikiran hukum Islam hingga hari ini.

## 3. Analisis Maqashid Syariah Terkait Tren “Sad Beige Mom

Maqashid syariah adalah tujuan atau maksud utama yang mendasari diturunkannya hukum-hukum Islam. Konsep ini dijelaskan oleh Imam As-Syatibi dalam karyanya *Al-Muwafaqat*:

مقاصد الشريعة هي الأهداف التي تسعى الشريعة الإسلامية إلى تحقيقها من خلال التشريعات والأحكام التي وضعتها، وهذه الأهداف تهدف إلى تحقيق مصالح الإنسان وحمايتها في الدين والنفس والعقل والنسل والمال

“*As-Syatibi membagi maqashid syariah menjadi maqashid 'ammāh (tujuan umum) dan maqashid khāṣṣah (tujuan khusus). Tujuan utama dari maqashid syariah*

---

<sup>5</sup>Khalid Masud, *Shatibi's Theory of Maqasid al-Shari'ah* (Leiden: Brill, 2006), 59-77.

adalah untuk melindungi lima pokok kebutuhan manusia yang dikenal dengan *الضروريات الخمس* (lima kebutuhan dasar): agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta.<sup>6</sup> Maqashid syariah memberikan panduan bagaimana hukum-hukum Islam tidak hanya mengatur aspek ritual, tetapi juga melindungi kesejahteraan manusia secara menyeluruh, baik dalam aspek spiritual, emosional, sosial, maupun ekonomi. Oleh karena itu, tujuan utama dari maqashid syariah adalah mencapai kemaslahatan dan menghindari kemudharatan.<sup>7</sup>

#### 1. *Hifdz Din* (Pelestarian Agama)

Pelestarian agama (*hifdz din*) adalah salah satu tujuan utama dari maqashid syariah. Dalam Islam, agama merupakan sumber ketenangan batin dan pedoman hidup yang harus dijaga agar umat Islam dapat menjalani kehidupan dengan penuh kebahagiaan dan kedamaian. Fenomena "Sad Beige Mom" sering kali menunjukkan ketidakseimbangan antara kehidupan duniawi yang tampak sempurna di luar dengan kenyataan emosional yang lebih kompleks dan penuh tekanan. Ketika ibu-ibu muda merasa tertekan untuk selalu tampil sesuai standar sosial di media sosial, mereka cenderung melupakan pentingnya kedamaian batin yang dapat diperoleh dari kedekatan dengan agama. Islam mengajarkan bahwa kedamaian dan ketenangan hidup berasal dari penghambaan kepada Allah, serta dari menjalani kehidupan sesuai dengan ajaran agama. Dalam hal ini, *hifdz din* mengingatkan kita bahwa ibu-ibu harus diberikan ruang untuk menguatkan ikatan spiritual mereka, yang akan membantu mereka menghadapi tantangan hidup tanpa terbebani oleh ekspektasi sosial yang tidak realistis. "Ketenangan itu ada pada hati yang beriman." Hal ini menunjukkan bahwa ketenangan batin, yang didapat melalui agama, sangat penting untuk menjaga kesejahteraan hidup.<sup>8</sup>

مَنْ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا نُحْيِيهِ حَيَاةً طَيِّبَةً

"Barangsiapa beriman dan beramal saleh, maka Kami akan berikan kepadanya kehidupan yang baik." (Q.S An-Nahl 16:97).

---

<sup>6</sup>Ibrahim al-Shatibi, *Al-Muwafaqat fi Usul al-Shari'ah*, ed. Muhammad al-Zuhaili (Beirut: Dar al-Ma'arif, 1997), 111-130.

<sup>7</sup>Moch. Nur Ichwan, *Maqashid al-Shari'ah: Konsep dan Implementasinya dalam Perspektif Syariah Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018).

<sup>8</sup>Al-Ghazali, *Menjadi Muslim Sejati: Sebuah Panduan Hidup Islami*, terjemahan oleh Asep Hikmat, Pustaka Amani, 2002, hlm. 152.

## 2. *Hifdz Nafs* (Pelestarian Jiwa)

Salah satu tujuan utama syariah adalah menjaga jiwa (*hifdz nafs*), yang mencakup pelestarian kesehatan fisik dan mental. Tren "Sad Beige Mom" menggambarkan perasaan kelelahan dan kecemasan yang dirasakan banyak ibu muda yang terjebak dalam rutinitas yang tampaknya sempurna namun sangat melelahkan. Ibu-ibu ini sering kali merasa tidak dihargai meskipun mereka berusaha keras untuk menjaga rumah tetap teratur dan memenuhi semua harapan sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa pelestarian jiwa menjadi hal yang sangat penting untuk mencapai kesejahteraan yang lebih holistik.

Islam mengajarkan bahwa menjaga kesehatan fisik dan mental adalah kewajiban. Dalam hal ini, menjaga jiwa dari perasaan tertekan dan stres adalah bagian dari *hifdz nafs*. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah, "Sesungguhnya tubuhmu memiliki hak atas dirimu." Oleh karena itu, penting bagi ibu-ibu untuk menjaga diri mereka sendiri, baik secara fisik maupun emosional, untuk menjalankan peran mereka dengan baik. Kondisi emosional yang tidak sehat dapat merusak kualitas hidup mereka dan dapat berdampak negatif pada keluarga mereka.<sup>9</sup>

وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

"Dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah; sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik." (Q.S Al-Baqarah, 2: 195)<sup>10</sup>

## 3. *Hifdz Aql* (Pelestarian Akal)

Maqashid syariah mengajarkan bahwa salah satu tujuan utama syariah adalah menjaga akal (*hifdz aql*), yang berfungsi untuk membedakan antara yang baik dan buruk, serta untuk membuat keputusan yang bijak dalam kehidupan. Dalam konteks "Sad Beige Mom," fenomena ini dapat dilihat sebagai dampak dari tekanan sosial yang memengaruhi kesejahteraan mental dan emosional para ibu

---

<sup>9</sup>Ahsin Muhammad, *Islam dan Kesehatan Mental: Perspektif Agama dalam Menangani Kesehatan Jiwa* (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2019).

<sup>10</sup>Departemen Agama RI, *\*Al-Qur'an dan Terjemahannya\**, Penerbit PT Syaamil Cipta Media, 2016, hlm. 417.

muda. Tren ini menunjukkan bagaimana ibu-ibu muda terjebak dalam ekspektasi untuk selalu tampil sempurna di media sosial, yang mengarah pada stres, kecemasan, dan kelelahan emosional.

Islam sangat menghargai akal sehat, dan dalam hal ini, *hifdz aql* mengajarkan bahwa umat Islam harus menjaga kondisi mental mereka agar dapat menjalani kehidupan dengan baik dan efektif. Oleh karena itu, tren "Sad Beige Mom" yang mengarah pada ketidakseimbangan mental dapat dianggap bertentangan dengan tujuan Islam dalam menjaga akal yang sehat. Islam mengajarkan bahwa kesejahteraan mental adalah bagian penting dari kehidupan yang harus dijaga, dan tekanan sosial yang berlebihan yang merusak kesehatan mental harus dihindari.

#### 4. *Hifdz Nasl* (Pelestarian Keturunan)

Pelestarian keturunan (*hifdz nasl*) adalah tujuan syariah yang bertujuan untuk menjaga generasi yang baik dan sehat melalui pola hidup yang seimbang. Dalam fenomena *Sad Beige Mom*, pelestarian keturunan berhubungan dengan bagaimana ibu muda mendidik anak-anak mereka di tengah-tengah kehidupan yang penuh tekanan. Banyak ibu yang terjebak dalam rutinitas sosial yang memaksakan citra kesempurnaan dalam keluarga, padahal sebenarnya mereka merasa tertekan dan kelelahan.<sup>11</sup>

Dalam tren "Sad Beige Mom" nilai estetika minimalis menjadi nilai utama pola pengasuhan ibu untuk anak-anaknya yang masih balita. Mereka cenderung memilih pakaian, mainan, dan dekorasi rumah dengan palet warna netral, seperti beige, putih, dan abu-abu. gaya hidup ini bukan sekadar estetika; ia mencerminkan nilai-nilai tertentu seperti kesederhanaan, anti-konsumtivisme, dan fokus pada kualitas daripada kuantitas, dan menuntut kesempurnaan. Namun, Pemilihan warna netral dalam gaya pengasuhan ini, meskipun terlihat menenangkan, tetapi memiliki dampak yang lebih luas dan kurang baik terhadap perkembangan anak, baik dalam aspek emosional, kognitif, maupun hubungan sosial. Ruang yang terlalu monoton

---

<sup>11</sup>Siti Fatonah, *Psikologi Perkembangan Anak: Konsep dan Aplikasinya dalam Pendidikan* (Yogyakarta: Deepublish, 2020).

atau terbatas dalam warna dan elemen desain bisa membuat anak-anak merasa kurang terstimulasi, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi perkembangan kognitif dan imajinatif mereka. Anak-anak membutuhkan lingkungan yang dapat merangsang perkembangan mereka dengan warna beragam, elemen, dan interaksi yang mendukung ekspresi diri, kreativitas, dan pemahaman emosi.<sup>12</sup> Oleh karena itu, penting untuk menciptakan ruang yang tidak hanya estetik, tetapi juga mengakomodasi kebutuhan perkembangan anak secara menyeluruh. Sehingga bersesuaianlah dengan kaidah:

درء المفسد أولى من جلب المصالح

“Menghindari kerusakan lebih utama daripada meraih manfaat”.<sup>13</sup>

##### 5. *Hifdz Mal* (Pelestarian Harta)

Pelestarian harta (*hifdz mal*) adalah salah satu tujuan utama dalam maqashid syariah. Islam menekankan pentingnya mengelola dan menjaga kekayaan dengan cara yang benar agar tidak merugikan individu maupun masyarakat. Dalam konteks fenomena *Sad Beige Mom*, harta tidak hanya mencakup aspek finansial, tetapi juga mencakup cara pengelolaan sumber daya, waktu, dan energi.

Fenomena *Sad Beige Mom* sering kali melibatkan upaya untuk menciptakan citra kehidupan yang sempurna dengan menekankan aspek estetika, yang bisa melibatkan pengeluaran yang cukup besar untuk menjaga penampilan rumah yang rapi dan elegan serta membeli barang-barang yang mendukung gaya hidup tersebut. Terlebih lagi, ibu-ibu muda ini mungkin merasa tertekan untuk mengikuti tren ini demi memenuhi ekspektasi sosial. Dalam hal ini, *hifdz mal* mengajarkan bahwa harta harus dikelola dengan bijak dan tidak boleh dipergunakan untuk mengejar pengakuan sosial yang berlebihan atau konsumtif. Islam mendorong umatnya untuk menggunakan harta dengan cara yang bijaksana dan tidak berlebihan. Allah SWT berfirman dalam QS. *Al-Isra'* (17:26):

وَأْتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا

---

<sup>12</sup><https://www.rri.co.id/lain-lain/1205187/sad-beige-mom-tren-pengasuhan-estetik-yang-banyak-dikritik> (diakses 30 Desember 2024).

<sup>13</sup>Wahbah Az-Zuhaili, "Fiqih Islam dan Dalil-Dalilnya", terjemahan oleh Abdul Hayyie Al-Kattani, Penerbit Gema Insani, 2007, Jilid 1, hlm. 152.

"Dan berikanlah haknya kepada kerabat, orang miskin, dan anak-anak yang dalam perjalanan dan janganlah kamu membelanjakan (hartamu) secara boros. "

Ayat ini menunjukkan pentingnya menggunakan harta dengan bijak dan memastikan bahwa pengeluaran tidak hanya berfokus pada kepuasan pribadi atau tampilan luar yang tidak esensial, melainkan digunakan untuk kepentingan yang lebih bermanfaat dan mendatangkan maslahat.<sup>14</sup>

#### **D. Penutup**

Dari hasil analisis Maqashid Syariah terhadap tren "Sad Beige Mom" menunjukkan bahwa fenomena ini mencerminkan adanya tantangan signifikan dalam memenuhi tujuan-tujuan utama syariah, yaitu menjaga agama (hifdz din), jiwa (hifdz nafs), akal (hifdz aql), keturunan (hifdz nasl), dan harta (hifdz mal). Tren ini, meskipun memiliki daya tarik estetika, namun bisa menimbulkan dampak negatif terhadap keseimbangan spiritual, emosional, mental, dan sosial, baik bagi ibu sebagai individu maupun keluarga secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, tren "Sad Beige Mom" menekankan pentingnya pendekatan hidup yang lebih seimbang, di mana nilai-nilai maqashid syariah dapat diterapkan untuk menghadapi tantangan modern. Islam mengajarkan keseimbangan antara kehidupan duniawi dan ukhrawi, serta mendorong pengelolaan tekanan sosial secara bijak agar ibu-ibu mampu menjalankan peran mereka tanpa kehilangan kebahagiaan dan kesehatan mental.

#### **Daftar Pustaka**

- Ahmed, Sarah, *The Cultural Politics of Emotion*, Edinburgh: Edinburgh University Press, 2004.
- Defino, Jessica, *The Aesthetics of Sadness: Instagram and the New Emotional Politics of Motherhood*, in *Social Media and the Politics of Emotional Labor*, New York: Routledge, 2021.

---

<sup>14</sup>M. Quraish Shihab, "Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat", Penerbit Mizan, 1999, hlm. 145.

- Departemen Agama RI, "Al-Qur'an dan Terjemahannya", Penerbit PT Syaamil Cipta Media, 2016.
- Fatonah, Siti, *Psikologi Perkembangan Anak: Konsep dan Aplikasinya dalam Pendidikan*, Yogyakarta: Deepublish, 2020.
- Ghazali, al, *Menjadi Muslim Sejati: Sebuah Panduan Hidup Islami*, terjemahan oleh Asep Hikmat, Pustaka Amani, 2002.
- Green, Emma, *The Beauty of Self-Care: How Social Media Reinforces the Pressure to Be a Perfect Mom*, *Journal of Social Media Studies* 15, no. 3 (2022).
- Ichwan, Moch Nur, *Maqashid al-Shari'ah: Konsep dan Implementasinya dalam Perspektif Syariah Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018.
- Masud, Khalid, *Shatibi's Theory of Maqasid al-Shari'ah*, Leiden: Brill, 2006.
- Muhammad, Ahsin, *Islam dan Kesehatan Mental: Perspektif Agama dalam Menangani Kesehatan Jiwa*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2019.
- Shatibi, Ibrahim al, *Al-Muwafaqat fi Usul al-Shari'ah*, ed. Muhammad al-Zuhaily. Beirut: Dar al-Ma'arif, 1997.
- Soerjono Soekanto, *Penelitian Hukum Normatif*, Jakarta: Rajawali Pers, 1986.
- Zuhaily, Wahbah, *Fiqh Islam dan Dalil-Dalilnya*, terjemahan oleh Abdul Hayyie Al-Kattani, Penerbit Gema Insani, 2007, Jilid 1.