

Ihdad dan Media Sosial: Dialektika Norma Fiqh dan Realitas Sosial

Zulfa Athifah¹, Mukhsin Achmad²

¹Universitas Islam Indonesia, ²Universitas Islam Indonesia

e-mail: 125938065@students.uui.ac.id, 143210503@uui.ac.id,

Abstract

Perkembangan media sosial mengubah cara perempuan berinteraksi di ruang publik, termasuk selama masa ihdad. Dalam hukum Islam, ihdad mewajibkan perempuan membatasi berhias dan interaksi sosial untuk menjaga kehormatan dan mencegah fitnah. Namun, di era digital, perempuan tetap dapat “hadir” di ruang publik melalui media sosial tanpa keluar rumah. Artikel ini membahas dialektika antara norma fiqh ihdad dan realitas sosial penggunaan media sosial oleh perempuan berihdad. Penelitian ini menggunakan pendekatan normatif-empiris dengan memadukan kajian hukum Islam dan temuan penelitian terdahulu, yang dianalisis melalui teori sosiologi. Hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial didorong oleh kebutuhan emosional, keterhubungan sosial, kebiasaan bermedia, dan tuntutan profesional, sementara secara normatif praktik tersebut berpotensi bertentangan dengan esensi ihdad apabila memuat unsur berhias dan membuka ruang fitnah. Temuan ini menegaskan perlunya penafsiran aplikatif ihdad yang tetap menjaga tujuan syariat sekaligus mempertimbangkan realitas sosial perempuan di era digital.

Kata Kunci: ihdad, media sosial, hukum Islam, sosiologi agama.

Abstract

The development of social media has transformed social interaction, including how women behave during the period of ihdad. In Islamic law, ihdad requires widows to limit adornment and social interaction to preserve dignity and prevent fitnah. However, in the digital era, women can remain “present” in the public sphere through social media without leaving their homes. This article examines the dialectic between the fiqh norms of ihdad and the social reality of social media use by women in ihdad. This study adopts a normative-empirical approach by combining Islamic legal analysis with findings from previous studies, analyzed through the sociological theory. The findings show that social media use is driven by emotional needs, social connectedness, habitual media use, and professional demands, while normatively it may conflict with the essence of ihdad when it involves adornment and opens opportunities for fitnah. This study highlights the need for an applicative interpretation of ihdad that maintains the objectives of sharia while considering women’s social realities.

Keywords: ihdad; social media; Islamic law; sociology of religion

Accepted:	Reviewed:	Published:
December, 11 2025	January, 01 2026	Januay, 31 2026

A. Pendahuluan

Dalam beberapa dekade terakhir, kemajuan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan besar dalam kehidupan sosial masyarakat (Lubis & Nasution, 2023). Salah satu produk utama dari perkembangan teknologi adalah kehadiran media sosial. Media sosial kini tidak lagi terbatas sebagai alat penyampaian pesan, namun turut memengaruhi berbagai aspek kehidupan sosial, budaya, dan ekonomi (Nur et al., 2024). Media sosial yang berkembang menjadi ruang publik digital memungkinkan individu menampilkan identitas diri, membangun relasi sosial, serta berpartisipasi dalam interaksi sosial secara luas tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu.

Transformasi ini berdampak pada berbagai aspek kehidupan, termasuk praktik-praktik keagamaan yang sebelumnya dijalankan dalam ruang sosial secara nyata. Ketika interaksi sosial semakin dimediasi oleh teknologi, upaya mempertahankan praktik dan nilai-nilai keagamaan menghadapi tantangan tersendiri (Iskandar et al., 2025). Salah satu praktik keagamaan yang mengalami tantangan dalam konteks ini adalah ihddad bagi perempuan yang ditinggal wafat oleh suaminya.

Dalam hukum Islam, ihddad merupakan kewajiban bagi perempuan yang menjalani iddah wafat, yang ditandai dengan pembatasan perilaku berhias dan aktivitas yang dapat menarik perhatian lawan jenis selama empat bulan sepuluh hari (Muhaimin et al., 2025). Ketentuan ini pada asalnya dipahami dalam konteks kehidupan sosial langsung, seperti larangan berhias, memakai wewangian, serta pembatasan interaksi dengan lawan jenis di ruang publik. Namun, dalam konteks masyarakat digital, muncul pertanyaan baru mengenai bagaimana ihddad diterapkan ketika perempuan tetap dapat “hadir” di ruang publik melalui media sosial tanpa harus keluar rumah secara fisik.

Sejumlah penelitian terdahulu telah membahas ihddad dan iddah dari berbagai perspektif. Beberapa kajian membahas mengenai ketentuan normatif ihddad dalam hukum Islam, baik melalui pendekatan fikih klasik maupun analisis maqashid al-syari’ah, maupun qiyas (Hatim, 2018; Muhaimin et al., 2025; Muntazar, 2025). Penelitian lain mulai menyoroti implementasi penggunaan media sosial oleh perempuan dalam masa iddah dan ihddad, yang menjelaskan bagaimana aktivitas

digital yang mereka lakukan serta implikasi sosial dan moral yang ditimbulkan (Abidin et al., 2024; Aminudin et al., 2024; Huzaimah, 2019).

Penelitian ini berupaya mengisi celah tersebut dengan mengkaji fenomena tersebut melalui kerangka dialektika antara norma fiqh dan realitas sosial. Pendekatan yang digunakan tidak hanya yuridis-normatif, tetapi juga sosiologis, dengan memadukan ketentuan hukum Islam tentang ihdad dan temuan-temuan empiris dari penelitian terdahulu mengenai aktivitas perempuan di media sosial selama masa ihdad.

Disamping menguraikan hukum normatif ihdad, penelitian ini berusaha memahami motif dan konteks sosial yang melatarbelakangi praktik bermedia sosial oleh perempuan berihdad. Dengan menggunakan teori *Use and Gratification* serta teori tindakan sosial Max Weber, artikel ini menganalisis bagaimana kebutuhan emosional, kebutuhan keterhubungan sosial, dan mekanisme coping atas duka membentuk pola tindakan perempuan di ruang digital.

Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual berupa pembacaan ulang ihdad yang lebih kontekstual di era digital, tanpa melepaskan tujuan syariat (*maqāṣid al-syarī'ah*) dalam menjaga kehormatan dan mencegah fitnah. Kajian ini juga diharapkan menjadi dasar bagi pengembangan wacana hukum Islam yang lebih responsif terhadap dinamika sosial, serta mampu menjembatani ketegangan antara hukum normatif dan realitas empiris dalam praktik keagamaan kontemporer.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pustaka (*library research*) dengan pendekatan kualitatif. Data penelitian diperoleh melalui penelusuran dan pengumpulan bahan pustaka yang relevan dengan topik ihdad dan media sosial, berupa artikel jurnal ilmiah, buku, serta literatur hukum Islam yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan penelitian.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer berupa artikel jurnal dan tulisan ilmiah yang secara khusus membahas konsep ihdad, hukum keluarga Islam, serta fenomena penggunaan media sosial pada wanita yang berihdad. Adapun sumber data sekunder meliputi buku teks, hasil penelitian terdahulu, dan literatur pendukung lainnya yang relevan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan cara membaca, mengkaji, dan mencatat data yang berkaitan dengan fokus penelitian. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis

deskriptif-analitis, yaitu dengan mendeskripsikan konsep ihdad dalam hukum Islam serta mengkaji problematika penerapannya dalam konteks ruang digital. Analisis dilakukan dengan mengaitkan antara ketentuan normatif ihdad dan realitas praktik penggunaan media sosial pada wanita yang berihdad untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif terhadap problematika yang dikaji.

C. Hasil dan Pembahasan

Konsep dan Ketentuan Ihdad dalam Hukum Islam

Kata *ihdad* berasal dari kata *ahadda*, dan kadang disebut juga *al-hidad* yang diambil dari kata *hadda*. Secara etimologis, *ihdad* berarti *al-man'u*, yang artinya pencegahan atau larangan (Warson, n.d.). Secara terminologis, *ihdad* merujuk pada larangan berhias dan bersolek bagi perempuan yang ditinggal mati oleh suaminya selama masa iddah, atau yang biasa disebut oleh masyarakat sebagai masa berkabung (Hatim, 2018).

Landasan hukum ihdad dalam syariat Islam terdapat dalam surat Al-Baqarah: 234

وَالَّذِينَ يَتُوفَوْنَ مِنْكُمْ وَيَذَرُونَ أَزْوَاجًا يَتَرَبَّصْنَ بِأَنْفُسِهِنَّ أَرْبَعَةَ أَشْهُرٍ وَعَشْرًا ۖ فَإِذَا بَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيمَا فَعَلْنَ فِي أَنْفُسِهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ۚ ٢٣٤

"Dan Orang-orang yang wafat di antara kamu serta meninggalkan istri-istri hendaklah mereka (istri-istri) menunggu empat bulan sepuluh hari. Kemudian apabila telah sampai (akhir) idah mereka, maka tidak ada dosa bagimu mengenai apa yang mereka lakukan terhadap diri mereka menurut cara yang patut. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan."

Ketentuan ihdad juga ditegaskan melalui Hadis Nabi *shalallahu 'alaihi wa sallam* yang diriwayatkan oleh Ummu Habibah dan Zainab binti Jahsy, yang mana mereka berdua merupakan ummahatul mu'minin. Rasulullah bersabda:

لَا يَحِلُّ لِمَرْأَةٍ تُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ أَنْ تُحِدَّ عَلَى مَيِّتٍ فَوْقَ ثَلَاثِ لَيَالٍ، إِلَّا عَلَى زَوْجٍ أَرْبَعَةَ أَشْهُرٍ وَعَشْرًا

"Tidak halal bagi seseorang wanita yang beriman kepada Allah dan hari akhir untuk berkabung atas orang mati lebih dari tiga hari, kecuali ditinggal mati oleh suami, yaitu empat bulan sepuluh hari."

Dalam konteks hukum positif di Indonesia, ihdad diatur dalam Kompilasi Hukum Islam (KHI) Pasal 170 Buku I Bab XIX tentang masa berkabung. Dalam ayat (1) dijelaskan bahwa istri yang ditinggal mati oleh suami wajib melaksanakan masa berkabung selama masa iddah sebagai tanda berduka cita sekaligus menjaga dari timbulnya fitnah.

Para ulama menyepakati bahwa ihdad wajib dilakukan oleh semua perempuan yang ditinggal mati oleh suaminya, baik masih kecil atau dewasa, merdeka atau tidak, muslimah atau bukan. Pandangan ini dikemukakan antara lain oleh Imam Syafi'i, Ibnu Rusyd, dan juga Ibnu Abdil Bar (Aruan, 2019).

Dalam praktiknya, perempuan yang menjalankan ihdad menjauhi aktivitas yang menunjukkan berhias atau menarik perhatian lawan jenis, termasuk memakai pakaian dan perhiasan mencolok, berhias/make up, menggunakan parfum, dan aktivitas lain yang dapat memicu ketertarikan laki-laki. Tujuan utama ketentuan ini adalah untuk menjaga kehormatan perempuan, menghormati ikatan perkawinan yang telah berakhir, dan mencegah perkawinan yang dilarang selama masa iddah mutawaffa (Hardani et al., 2023).

Ihdad juga dipahami sebagai langkah preventif agar perempuan tidak dilamar oleh laki-laki lain selama masa iddah, terhindar dari perbuatan zina, serta tidak tergesa-gesa untuk menikah kembali, karena ia masih berada dalam masa iddah selama empat bulan sepuluh hari. Setelah masa ihdad berakhir, perempuan kembali memiliki kebebasan untuk menjalani kehidupan sosial secara normal, termasuk menikah, keluar rumah, berpakaian, dan berhias sesuai dengan ketentuan syariat Islam (Aruan, 2019).

Berdasarkan hadis Riwayat Bukhari dan Muslim, terdapat beberapa hal yang harus di jauhi perempuan selama ihdad antara lain:

1. Memakai perhiasan seperti cincin dan aksesoris lainnya.
2. Mengenakan pakaian sutera berwarna putih.
3. Mengenakan pakaian yang beraroma wangi.
4. Memakai pakaian dengan warna mencolok seperti merah atau kuning.
5. Menggunakan parfum atau wewangian lain pada tubuh.
6. Meminyaki rambut.
7. Menggunakan celak untuk mempercantik mata.
8. Mewarnai kuku dengan inai atau sejenisnya, serta semua bentuk pewarnaan pada wajah.

Secara umum, prinsip yang mendasari larangan berhias selama masa ihdad adalah menjauhi seluruh bentuk perhiasan dan penampilan yang lazim digunakan untuk menarik perhatian laki-laki. Namun, bentuk konkret dari larangan tersebut dapat berbeda-beda antar daerah, bergantung pada kebiasaan setempat, selama tetap sejalan dengan tujuan utamanya, yakni menjaga kesopanan dan tidak memicu ketertarikan berlebihan (Aminudin et al., 2024).

Praktik Penggunaan Media Sosial dalam Masa Ihdad

Hadirnya media sosial mempermudah interaksi dan komunikasi di era digital, sekaligus menghadirkan pola baru dalam hubungan sosial. Sebelumnya, interaksi manusia membutuhkan pertemuan fisik, namun kini teknologi memungkinkan komunikasi jarak jauh tanpa tatap muka. Fenomena ini sejalan dengan konsep Anthony Giddens tentang modernisasi hubungan ruang dan waktu, di mana ruang komunikasi perlahan terpisah dari lokasi fisik (Aminudin et al., 2024).

Dalam perspektif sosiologi, interaksi melalui media sosial tetap dapat dianggap sebagai bentuk komunikasi langsung, karena memungkinkan pertukaran pesan dan informasi secara real-time. Selain itu, media sosial memungkinkan seseorang berinteraksi tidak hanya dengan orang yang sudah dikenal, tetapi juga dengan orang baru, yang kemudian dapat memperluas jejaring sosialnya (Ritzer, 2008).

Berdasarkan penelusuran literatur yang memuat fenomena lapangan, praktik perempuan di media sosial selama masa ihdad meliputi:

1. Mengunggah foto diri dengan penampilan menarik
Sejumlah perempuan yang tengah menjalani masa iddah karena ditinggal wafat suami masih tetap menggunakan media sosial dengan mengunggah foto dan video berupa penampilan yang cantik dan menarik. Unggahan tersebut kemudian mendapatkan banyak respons dari laki-laki, berupa komentar ketertarikan, pujian, hingga rayuan (Hatim, 2018).
2. Berinteraksi melalui chatting dengan lawan jenis
Aktivitas berbagi konten di media sosial sering kali berlanjut pada interaksi personal melalui fitur pesan atau chatting. Dalam sejumlah kasus, interaksi ini berkembang menjadi percakapan yang lebih intens, seperti permintaan nomor WhatsApp, ajakan untuk melakukan panggilan video lewat media sosial, bahkan ajakan untuk bertemu (Abidin et al., 2024).
3. Update status
Selain mengunggah foto, perempuan yang berihdad juga kerap memperbarui status di WhatsApp maupun platform lain seperti Facebook. Status tersebut menampilkan aktivitas sehari-harinya (Abidin et al., 2024).

Tinjauan Hukum Islam terhadap Penggunaan Media Sosial Wanita Berihdad

Dalam pandangan ulama klasik, perempuan yang berada dalam masa iddah wafat diwajibkan untuk menetap di rumah dan membatasi aktivitas di luar. Imam Nawawi, misalnya, menegaskan bahwa perempuan yang menjalani iddah

mutawaffa wajib melaksanakan ihdad dan tidak diperkenankan keluar rumah, kecuali dalam kondisi darurat, seperti tidak adanya pihak yang menanggung nafkahnya (An-Nawawi, 1995).

Sejalan dengan itu, Ibnu Qudamah menjelaskan bahwa iddah merupakan fase menahan diri dari berbagai bentuk penampilan yang berlebihan dan dapat menarik perhatian publik. Ia menekankan bahwa larangan berhias, mengenakan pakaian mencolok, serta keluar rumah tanpa kebutuhan mendesak merupakan bagian dari adab untuk menjaga kesucian ikatan perkawinan yang telah berakhir sekaligus melindungi kehormatan keluarga suami (Qudamah, 1994).

Sementara itu, ulama kontemporer seperti Syaikh Muhammad bin Shalih al-Utsaimin dan Dr. Yusuf al-Qaradawi menawarkan pendekatan yang lebih adaptif terhadap perubahan zaman. Menurut mereka, prinsip dasar ihdad tetap sama, yakni menjaga kehormatan dan mencegah fitnah, tetapi bentuk implementasinya dapat disesuaikan dengan perkembangan sosial selama tidak menghilangkan esensi tujuan syariat (Al-Qaradhawi, 1995; Al-Utsaimin, 2002).

Problematika Penggunaan Media Sosial Wanita Ber-Ihdad

Pada dasarnya, penggunaan media sosial dalam hukum Islam bersifat mubah, sejalan dengan kaidah *al-ashlu fi al-asyya' al-ibahah*. Namun, status kebolehan ini dapat berubah apabila aktivitas bermedia sosial mengandung unsur-unsur yang bertentangan dengan ketentuan ihdad. Misalnya, penggunaan media sosial untuk mengunggah foto atau video yang menonjolkan kecantikan dan daya tarik diri. Larangan ini dapat dijelaskan melalui pendekatan qiyas terhadap larangan keluar rumah dan berhias bagi perempuan dalam masa iddah dan ihdad, karena memiliki kesamaan 'illah, yaitu tuntutan etika dan kesopanan istri dalam menampilkan kesedihan serta penghormatan atas wafatnya suami (Hatim, 2018).

Selain itu, praktik yang dilarang dalam media sosial adalah berinteraksi dengan lawan jenis yang dapat menimbulkan fitnah. Dalam konteks digital, unggahan foto, video, status, maupun aktivitas interaksi lainnya dapat diakses oleh publik dalam waktu yang tidak terbatas. Hal ini membuka ruang bagi munculnya komentar, pesan pribadi, serta perhatian dari lawan jenis yang sulit dikendalikan oleh pengguna. Padahal, salah satu tujuan utama ihdad adalah menutup celah yang dapat memicu fitnah dan ketertarikan.

Hal tersebut jika dilakukan dapat mengaburkan tujuan/*maqashid* disyariatkannya ihdad terhadap perempuan, yaitu untuk menjaga kehormatan Perempuan, serta penghormatan terhadap ikatan perkawinan yang berakhir karena kematian suami. Ketika perempuan tetap menampilkan diri secara terbuka di ruang

digital, baik melalui unggahan visual maupun interaksi personal, tujuan ihddad tidak tercapai.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa problematika penerapan ihddad di media sosial terletak pada penggunaan yang menimbulkan fitnah dan ketertarikan lawan jenis. Dimana hal ini dapat menjadi sarana untuk melangsungkan pernikahan dalam masa iddah, yang sudah dilarang terlebih dahulu oleh syariat.

Penggunaan Media Sosial Wanita Berihddad Perspektif Sosiologi

Dalam perspektif sosiologi media, perilaku seseorang dalam menggunakan media sosial tidak bisa dilepaskan dari motif dan kebutuhan yang ingin dipenuhi. Teori *Use and Gratification* menjelaskan bahwa individu secara aktif memilih media tertentu karena media tersebut dianggap mampu memenuhi kebutuhan psikologis dan sosialnya. Katz, Gurevitch, dan Haas mengelompokkan kebutuhan tersebut ke dalam beberapa kategori, antara lain kebutuhan kognitif (mencari informasi dan pemahaman), kebutuhan afektif (pemuhan emosional dan kesenangan), kebutuhan integrasi sosial (menjaga relasi dan keterhubungan dengan orang lain), serta kebutuhan pelarian (menghindari kesepian, stres, dan tekanan emosional) (Alyusi, 2016). Dalam konteks perempuan yang sedang berihddad, media sosial dapat berfungsi sebagai ruang untuk menyalurkan duka, mencari dukungan sosial, sekaligus mengisi kekosongan emosional pascakehilangan pasangan.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa platform yang paling banyak digunakan oleh perempuan berihddad adalah Facebook dan WhatsApp (Abidin et al., 2024; Khiyaroh, 2020; Riskia, 2023). Facebook menawarkan berbagai fitur yang memungkinkan pengguna membagikan foto, video, dan aktivitas keseharian, serta menyediakan ruang ekspresi melalui kolom status dan komentar. Fitur-fitur ini membuka peluang interaksi terbuka dengan pengguna lain, baik melalui komentar, pesan pribadi, maupun panggilan video. Sementara itu, WhatsApp dinilai lebih praktis dan personal karena terhubung langsung dengan nomor telepon, sehingga memudahkan komunikasi satu lawan satu maupun dalam grup, melalui pesan teks, suara, panggilan audio-visual, serta berbagi berbagai jenis dokumen (Riskia, 2023). Karakter kedua platform ini menjadikannya sarana yang relevan bagi perempuan berihddad untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya, meskipun sedang berada dalam masa berkabung.

Motif penggunaan media sosial oleh perempuan selama masa ihddad dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa bentuk. Pertama, sebagai media untuk mencurahkan perasaan sedih dan mengekspresikan duka atas kehilangan pasangan

(Khiyaroh, 2020). Kedua, sebagai kelanjutan dari kebiasaan lama untuk berbagi cerita atau “curhat” di media sosial, sehingga aktivitas tersebut tetap dilakukan meskipun sedang berada dalam masa ihdad. Ketiga, sebagai sarana membagikan aktivitas keseharian, baik untuk menunjukkan bahwa mereka tetap menjalani hidup maupun untuk memperoleh respons dan dukungan sosial (Khiyaroh, 2020). Keempat, sebagai kebutuhan profesional, khususnya bagi perempuan yang dituntut kehadirannya di ruang digital untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, ataupun pengembangan eksistensi diri (Jannah & Ainiyah, 2024).

Motif-motif tersebut dapat dibaca lebih dalam melalui teori tindakan sosial Max Weber (Khiyaroh, 2020). Dari sudut pandang rasionalitas instrumental, penggunaan media sosial dilakukan secara sadar karena dianggap sebagai sarana yang efektif untuk mencapai tujuan tertentu, seperti berkomunikasi, mencari hiburan, atau mempertahankan relasi sosial, dengan bantuan teknologi berupa smartphone dan aplikasi media sosial. Dari sisi tindakan tradisional, sebagian perempuan tetap aktif di media sosial karena sudah terbiasa menjadikannya sebagai bagian dari rutinitas harian, seperti mengganti foto profil, membuat status, atau mengunggah foto. Kebiasaan ini terus berlanjut meskipun situasi hidup mereka telah berubah akibat kematian suami.

Selain itu, tindakan bermedia sosial selama ihdad juga kerap bersifat afektif, yakni dipengaruhi oleh dorongan emosi. Dalam kondisi berduka, media sosial digunakan sebagai ruang untuk menyalurkan kesedihan, mencari empati, dan memperoleh penguatan emosional dari lingkungan sosial. Di sisi lain, terdapat pula bentuk tindakan rasionalitas nilai, yaitu ketika perempuan secara sadar memilih untuk menggunakan media sosial secara pasif, misalnya dengan tidak mengunggah foto atau status, sebagai upaya menjaga nama baik dan menghindari fitnah. Dalam kerangka ini, penggunaan media sosial tidak lagi semata-mata didorong oleh kebutuhan emosional, tetapi juga oleh pertimbangan nilai-nilai moral dan religius yang ingin dipertahankan.

Dari perspektif sosiologi, temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa praktik bermedia sosial selama masa ihdad tidak semata dilihat sebagai pelanggaran hukum normatif. Aktivitas tersebut sering kali merupakan hasil dari tarik-menarik antara kebutuhan psikologis, kebiasaan sosial, tuntutan profesional, dan nilai-nilai keagamaan yang dianut. Di sinilah muncul ketegangan antara realita sosial, yang mendorong perempuan untuk tetap hadir di ruang digital, dan hukum normatif, yang membatasi ruang publik perempuan dalam rangka menjaga esensi ihdad dalam syariat. Hal ini menunjukkan permasalahan ihdad di era digital merupakan hal yang kompleks, yang mencakup persoalan sosial dan psikologis.

Dialektika ini memperlihatkan bahwa penerapan ihdad di era digital tidak dapat dibaca secara hitam-putih. Pada satu sisi, norma fiqh berperan penting sebagai panduan agar perempuan terhindar dari ekspresi diri yang berlebihan di media sosial, yang dapat menarik lawan jenis dan membuka pintu fitnah. Di sisi yang lain, realitas sosial menuntut adanya pemahaman yang lebih kontekstual terhadap motif, kondisi emosional, dan kebutuhan hidup perempuan yang sedang berihdad. Dengan demikian, yang dibutuhkan bukanlah penghapusan norma ihdad, melainkan penafsiran aplikatif yang mampu menjaga tujuan syariat sekaligus realistis terhadap kondisi sosial-psikologis perempuan di era media sosial.

D. Simpulan

Kajian ini menunjukkan bahwa ihdad dalam hukum Islam bertujuan untuk menjaga kehormatan perempuan, mengekspresikan duka atas wafatnya suami, serta menutup celah yang dapat memicu fitnah selama masa iddah. Ihdad diwujudkan melalui pembatasan berhias, pembatasan interaksi sosial, dan anjuran untuk menetap di rumah kecuali dalam kondisi darurat. Ketentuan ini pada mulanya dipahami dalam konteks interaksi sosial langsung yang berbasis ruang fisik. Namun, di era digital, ruang interaksi sosial tidak lagi terbatas pada dunia nyata, melainkan juga berlangsung di ruang virtual melalui media sosial.

Dari sudut pandang hukum Islam, praktik media sosial dilarang pada perempuan berihdad apabila memuat unsur berhias, dan memicu ketertarikan lawan jenis yang dapat menimbulkan fitnah. Di sisi lain, analisis sosiologis memperlihatkan bahwa penggunaan media sosial selama masa ihdad tidak selalu didorong oleh niat untuk melanggar norma agama. Aktivitas tersebut dapat berangkat dari kebutuhan emosional, kebutuhan keterhubungan sosial, kebiasaan bermedia, serta tuntutan profesional. Media sosial berfungsi sebagai ruang untuk mencurahkan duka, mencari dukungan sosial, dan menghindari rasa sepi pascakehilangan pasangan.

Dapat disimpulkan bahwa problematika ihdad di media sosial dipahami sebagai tantangan adaptasi norma keagamaan terhadap perubahan pola interaksi sosial di era digital. Oleh karena itu, dibutuhkan penafsiran aplikatif yang tetap menjaga tujuan syariat (*maqāṣid al-syarī'ah*) sekaligus mempertimbangkan kondisi psikososial perempuan yang sedang berduka.

Penelitian ini merekomendasikan agar kajian-kajian hukum Islam ke depan tidak hanya berfokus pada penilaian normatif, tetapi juga mengintegrasikan pendekatan sosiologis dan psikologis dalam membaca praktik keagamaan kontemporer. Penelitian lanjutan berbasis studi lapangan juga diperlukan untuk menggali pengalaman langsung perempuan berihdad dalam menggunakan media

sosial, sehingga dapat dirumuskan pedoman yang lebih kontekstual dan realistis. Dengan demikian, ihdad tetap dapat dijalankan sebagai praktik keagamaan, tanpa mengabaikan realitas sosial perempuan di era digital.

Daftar Pustaka

- Abidin, M., Sukati, S., & Siregar, R. S. (2024). Social Media Activities by Women with Iddah Period Based on Islamic Law Perspectives: Study in Sei Lapan Subdistrict community, Langkat Regency. *Al-Insyiroh: Jurnal Studi Keislaman*, 10(1), 154–188. <https://doi.org/10.35309/alinsyiroh.v10i1.251>
- Al-Qaradhawi, Y. (1995). *Fatwa-fatwa Kontemporer*. Gema Insani.
- Al-Utsaimin. (2002). *Fatawa al-Mar'ah al-Muslimah*. Dar al-Watan.
- Allyusi, S. D. (2016). *Media Sosial: Interaksi, Identitas dan Modal Sosial*. Kencana.
- Aminudin, A., Nurasiah, N., & Sukiati, S. (2024). Pemaknaan Ihdad Bagi Perempuan Yang Beriddah Di Era Digital. *Jurnal Hukum Kaidah: Media Komunikasi dan Informasi Hukum dan Masyarakat*, 23(2), 165–176. <https://doi.org/10.30743/jhk.v23i2.8687>
- An-Nawawi. (1995). *Al-Majmu' Syarh al-Muhadzdzab*. Dar Al-Fikr.
- Aruan, E. I. (2019). *Ihdad Wanita Yang Ditinggal Mati oleh Suami Pada Pasal 170 Kompilasi Hukum Islam Ditinjau Menurut Maqashid Al-Syari'ah* [Tesis]. UIN Sultan Syarif Kasim.
- Hardani, S., Mukhlis, M., & Bratasena, I. P. (2023). Iddah dan ihdad sebagai pendidikan moral di era modern; issue emansipasi dan pemanfaatan media sosial. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 9(2), 540–548. <https://doi.org/10.29210/020232815>
- Hatim, A. (2018). Hukum Penggunaan Media Sosial Bagi Wanita Dalam Masa 'Iddah Dan Ihdâd (Perspektif Qiyâs). *Al-Banjari : Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Keislaman*, 17(1), 13–40. <https://doi.org/10.18592/al-banjari.v17i1.1567>
- Huzaimah, S. (2019). Penggunaan Media Sosial Bagi Perempuan Ber- Iddah Dilihat Dari Sudut Pandang Agama dan Sosial. *Jurnal Mahkamah : Kajian Ilmu Hukum Dan Hukum Islam*, 25–44. <https://doi.org/10.25217/jm.v4i1.424>
- Iskandar, Sabiq, M., Baharuddin, T., & Arisnawawi, A. (2025). Etika dan Praktik Keagamaan di Era Digital: Mempertahankan Nilai di Tengah Kemajuan Teknologi. *Equilibrium Jurnal Pendidikan*, 13, 109–119. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v13i1.17184>

- Jannah, R., & Ainiyah, Q. (2024). Social Media As A Means Of Interaction For Iddah And Ihdad Women Perspective On The Book Of I' anatuttholibin. *Dusturiyah: Jurnal Hukum Islam, Perundang-undangan dan Pranata Sosial*, 14(1), 115. <https://doi.org/10.22373/dusturiyah.v14i1.23401>
- Khiyaroh. (2020). *Penggunaan Media Sosial Saat Masa 'Iddah Dan Ihdâd (Studi Kasus Janda-Janda Aktif Menggunakan Facebook Saat Masa 'Iddah Dan Ihdâd)* [Tesis]. UIN Sunan Kalijaga.
- Lubis, N. S., & Nasution, M. I. P. (2023). Perkembangan Teknologi Informasi Dan Dampaknya Pada Masyarakat. *Kohesi: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1(12), 41–50. <https://doi.org/10.3785/kohesi.v1i12.1311>
- Muhaimin, A. R., Mustahal, M., & Khasanah, F. (2025). Tinjauan Hukum Islam Terhadap Masa Iddah Mutawafa (Wanita Yang Di Tinggal Mati Suaminya). *J-CEKI : Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(4), 1243–1254. <https://doi.org/10.56799/jceki.v4i4.8868>
- Muntazar, N. (2025). Tinjauan Maqāshid al-Syarī'ah terhadap Aktivitas Perempuan di Media Sosial pada Masa 'Iddah: Analisis Pandangan Wahbah al-Zuhaili. *MUNTAZAR: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(1), 51–69.
- Nur, D., Ibraya, N. S., & Marsuki, N. R. (2024). Dampak Sosiologi Digital Terhadap Perubahan Sosial Budaya Pada Masyarakat Masa Depan. *JURNAL PENDIDIKAN DAN ILMU SOSIAL (JUPENDIS)*, 2(2), 123–135. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v2i2.1518>
- Qudamah, I. (1994). *Al-Mughni*. Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.
- Riskia, I. (2023). *Penggunaan Media Sosial Pada Wanita Yang Sedang Ber-Ihdad (Studi Kasus di Desa Petanahan Kecamatan Petanahan Kabupaten Kebumen)* [Skripsi]. UIN Prof K.H Saifuddin Zuhri.
- Ritzer, G. (2008). *Teori Sosiologi Dari Teori Sosiologi Klasik Sampai Perkembangan Mutakhir Teori Sosial Postmodern*. Kreasi Wacana.
- Warson, A. (n.d.). *Kamus Munawwir: Arab-Indonesia Terlengkap*.