

أثر هواية كرة القدم للزوج على استقرار الحياة الزوجية في ضوء  
مقاصد الشريعة الإسلامية: دراسة حالة في قرية كرتوساري، منطقة  
باتيواغي، محافظة باتيواغي

مقالة علمية

مقدمة لقسم الأحوال الشخصية بكلية الإمام الشافعي للدراسات  
الإسلامية

لاستيفاء شروط التخرج ونيل الدرجة الجامعية (S.H)



إعداد الطالب : أحمد مجاهد عوني

الرقم الجامعي: ٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤

قسم الأحوال الشخصية

كلية الإمام الشافعي للدراسات الإسلامية بجمبر

العام الجامعي ٢٠٢٤/٢٠٢٥

**PENGARUH HOBI FUTSAL SUAMI TERHADAP  
KEHARMONISAN RUMAH TANGGA PERSPEKTIF  
MAQASID SYARI'AH HUKUM KELUARGA ISLAM**

# **STUDI KASUS DUSUN KERTOSARI KECAMATAN BANYUWANGI KABUPATEN BANYUWANGI**

## **ARTIKEL ILMIAH**

Diajukan Kepada Program Studi Hukum Keluarga Islam  
Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember  
Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Hukum (S.H)



**Disusun Oleh: Ahmad Mujahid Auni**

**NIM: 2020.03.1424**

**PROGRAM STUDI HUKUM KELUARGA ISLAM  
SEKOLAH TINNGI DIRASAT ISLAMIYAH IMAM SYAFI'I JEMBER  
TA 2024/2025**

## الإقرار على أصالة المقالة

(PERNYATAAN KEASLIAN)

أنا الموقع تحته :

الاسم : أحمد مجاهد عوني

الرقم الجامعي : ٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤

القسم : الأحوال الشخصية

أقر بأن هذه المقالة التي أعدتها لاستيفاء شروط التخرج ونيل  
الدرجة الجامعية من جهودي، ولا يشمل على آراء أو أقوال من سبقني إلا  
ما ذكرته في المراجع.

وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ومن  
تبعهم بإحسان إلى يوم الدين. والحمد لله رب العالمين.

جمبر، ٣ سبتمبر ٢٠٢٥ م

الطالب



الرقم الجامعي:  
٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤

## الإقرار على عدم السرقة العلمية

(PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI)

أنا الموقع تحته :

الاسم : أحمد مجاهد عوني

الرقم الجامعي : ٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤

القسم : الأحوال الشخصية

أقر بأن هذه المقالة التي بعنوان: أثر هواية كرة القدم للزوج على استقرار الحياة الزوجية في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية (دراسة حالة في قرية كرتوساري، منطقة بانيوأغي، محافظة بانيوأغي 2024م) خالية من السرقة العلمية، لو اكتشفت مستقبلا على أن فيها سرقة علمية، فأنا مستعد لنيل العقوبة وفق القوانين المتبعة.

جمبر، ٣ سبتمبر ٢٠٢٥ م

الطالب

  
أحمد مجاهد عوني

الرقم الجامعي:

٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤



التصديق

(PENGESAHAN)

عنوان المقالة: أثر هواية كرة القدم للزوج على استقرار الحياة الزوجية  
في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية : دراسة حالة في قرية  
كرتوساري, منطقة باننيواغي, محافظة بايوواغي

الاسم : أحمد مجاهد عوني

الرقم الجامعي : ٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤

تاريخ النشر : الثلاثاء ١ سبتمبر ٢٠٢٥

وافق القسم على قبول هذه المقالة لنيل الدرجة الجامعية (S.H)

جمبر، ٣ سبتمبر ٢٠٢٥ م

رئيس قسم الأحوال الشخصية

بكلية الإمام الشافعي للدراسات

الإسلامية  
عارف حسن الخلق الماجستير

الرقم التوظيفي: ٢١١٤١١٨١٠٥

موافقة المشرف  
(PERSETUJUAN PEMBIMBING)

إلى رئيس قسم الأحوال الشخصية بكلية الإمام الشافعي للدراسات  
الإسلامية

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

بعد اطلاع وملاحظة ما يلزم تصحيحه في هذه المقالة بعنوان :  
أثر هواية كرة القدم للزوج على استقرار الحياة الزوجية في ضوء  
مقاصد الشريعة الإسلامية (دراسة حالة في قرية كرتوساري، منطقة  
بانيواغي، محافظة بانيواغي) التي قدمها الطالب:

الاسم : أحمد مجاهد عوني

الرقم الجامعي : ٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤

القسم : الأحوال الشخصية

أنها مستوفية الشروط كمقالة علمية للحصول على الشهادة الجامعية  
الأولى (S.H) في قسم الأحوال الشخصية، فأمل من فضلكم الموافقة عليها.  
والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

جمبر، ٣ سبتمبر ٢٠٢٥ م  
المشرف

  
مشافع عثمان

الرقم التوظيفي :  
٢٠٢٠٠١٠١,٠٦٧

## موافقة لجنة الاختبار

(PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI)

تم اختبار مقالة علمية:

عنوان المقالة : أثر هواية كرة القدم للزوج على استقرار الحياة الزوجية في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية: دراسة حالة ف ي قرية كرتوساري، منطقة بانيوأغي، محافظة بانيوأغي

الاسم : أحمد مجاهد عوني

الرقم الجامعي : ٢٠٢٠,٠٣,١٤٢٤

القسم : الأحوال الشخصية

من قبل لجنة الاختبار المكونة من:

المشرف : مشافع عثمان المجيبستير

ممثل القسم : عارف حسن الخلق الماجيبستير

وذلك في يوم ... الموافق ب... في الساعة ...، وأوصت بمنح الطالب/ة الدرجة ... (B)



## الملخص

(ABSTRAK)

احمد مجاهد عوني ٢٠٢٥ أثر هواية كرة القدم للزوج على استقرار الحياة الزوجية في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية (دراسة حالة في قرية كرتوساري، منطقة بانيواغي، محافظة بانيواغي ستة 2024م)

إن هواية الفوتسال، بصفاتها شكلاً من أشكال الأنشطة الترفيهية، يمكن أن تترك أثراً إيجابياً على الصحة البدنية والنفسية، إلا أنها قد تؤثر سلباً على انسجام الحياة الزوجية إذا لم تُوازن بتحمل المسؤوليات الأسرية. يهدف هذا البحث إلى دراسة تأثير هواية الفوتسال لدى الزوج على انسجام الأسرة من منظور مقاصد الشريعة، من خلال دراسة حالة في دوار كرتوساري، منطقة بانيواغي، مدينة بانيواغي. يعتمد هذا البحث على المنهج النوعي باستخدام أسلوب دراسة الحالة، وتم جمع البيانات من خلال المقابلات المعمقة، والملاحظة، والتوثيق. وتشير نتائج البحث إلى أن هواية الفوتسال لدى الزوج يمكن أن تسهم في تحقيق مقاصد الشريعة، خاصة في حفظ النفس، وحفظ العقل، وحفظ النسل، ما دامت تُمارَس بطريقة متوازنة وتواصلية. ومع ذلك، إذا مورست بشكل مفرط أدى إلى إهمال الواجبات الأسرية، فقد تؤدي إلى حدوث صراعات وتؤثر على انسجام الأسرة. وبالتالي، فإن التوازن بين تلبية الاحتياجات الشخصية وتحمل المسؤوليات الأسرية ضروري لتحقيق أسرة تسودها السكينة والمودة والرحمة.

الكلمات المفتاحية : هواية الفوتسال، انسجام الأسرة، مقاصد الشريعة

كلمة الشكر والتقدير



الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على رسول الله الأمين، وعلى آله وأصحابه أجمعين، ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين، أما بعد.

فإن من نعم الله وفضله أن يوفقني ويسر لي إنجاز هذه المقالة العلمية، وأحمد الله تعالى وأشكره على هذه النعمة العظيمة، ثم أقدم جزيل الشكر وأفرد الدعاء لكل من ساهم في مساعدة في إنجاز هذه المقالة، فنسأل الله أن يبارك فيهم ويسعدهم في دارين، ثم أخلص بالشكر والتقدير ل :

1. والدي المحبوب إنذرينطوا و شري ويدرشييه - أطال الله بقاءهما في خير وطاعة وبارك لهما في عمرهما ورزقني برهما - وقد رباني بصبر ولطف واستقامة وقدم كل ما لديه من أجل صلاح ونجاح أولاده

2. مشرفي وأستاذي وربي فضيلة الأستاذ مشافع عثمان الماجستير - حفظه الله - الذي وجهني بتوجيهات كثيرة نافعة وأفادني إفادة جمة وتكرم ليكون مشرف هذه المقالة العلمية في ضمّ شغاله بأموره كثيرة

3. كلية الإمام الشافعي للدراسات الإسلامية بجيمبر والقائمين عليها - برئيسها فضيلة الدكتور محمد عارفين بادري - حفظه الله

4. جميع أساتذتي ومشايخي في الكلية - حفظهم الله

5. كل من إخواني وزملائي في الكلية خاصة للذين ساعدوني في إنجاز المقالة

أسأل الله رب العالمين أن يتقبل منا صالح أعمالنا ويغفر لنا ذنوبنا ويجمعنا في جنات النعيم ويعيذنا من عذاب مقيم

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**PENGARUH HOBI FUTSAL SUAMI TERHADAP**

**KEHARMONISAN RUMAH TANGGA PERSPEKTIF**

**MAQASID SYARI'AH HUKUM KELUARGA ISLAM STUDI**

**KASUS DUSUN KERTOSARI KECAMATAN BANYUWANGI**

**KABUPATEN BANYUWANGI**



**Oleh:**

Ahmad Mujahid Auni

2020.03.1424

Dosen Pengampu:

Musyafi Usman B.A M.H

NIY: 20200101.067

**PROGRAM STUDI AHWAL SYAKHSIYYAH**

**SEKOLAH TINGGI DIROSAT ISLAMIYYAH**

**IMAM SYAFI'I JEMBER**

**2025**

## Abstrak

Hobi futsal, sebagai bentuk aktivitas rekreasi, dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan fisik dan psikologis, namun juga berpotensi mengganggu keharmonisan rumah tangga apabila tidak diimbangi dengan tanggung jawab keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh hobi futsal suami terhadap keharmonisan rumah tangga dalam perspektif Maqasid Syari'ah, dengan studi kasus di Dusun Kertosari, Kecamatan Banyuwangi, Kota Banyuwangi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hobi futsal suami dapat mendukung tercapainya tujuan Maqasid Syari'ah, khususnya dalam menjaga jiwa (*hifz an-nafs*), menjaga akal (*hifz al-'aql*), dan menjaga keturunan (*hifz an-nasl*), selama dilakukan secara proporsional dan komunikatif. Namun, apabila dilakukan secara berlebihan hingga mengabaikan kewajiban terhadap keluarga, maka dapat menimbulkan konflik dan mengganggu keharmonisan rumah tangga. Dengan demikian, diperlukan keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan pribadi dan tanggung jawab keluarga agar tercipta rumah tangga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah

Kata Kunci: Hobi Futsal, Keharmonisan Rumah Tangga, Maqasid Syari'ah

## Abstract:

Futsal, as a form of recreational activity, can have positive effects on both physical and psychological health. However, if not balanced with familial responsibilities, it may potentially disrupt household harmony. This study aims to analyze the influence of a husband's futsal hobby on household harmony from the perspective of *Maqasid Sharia*, using a case study in Kertosari Hamlet, Banyuwangi District, Banyuwangi City. This research employs a qualitative approach with a case study method. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation. The findings reveal that a husband's futsal hobby can support the objectives of *Maqasid Sharia*, particularly in preserving life (*hifz an-nafs*), intellect (*hifz al-'aql*), and lineage (*hifz an-nasl*), as long as it is practiced proportionally and communicatively. However, if pursued excessively to the extent of neglecting family obligations, it may lead to conflict and disrupt household harmony. Therefore, a balance between fulfilling personal needs and upholding family responsibilities is essential to achieve a harmonious, loving, and compassionate family life (*sakinah, mawaddah, wa rahmah*)

Keywords: Futsal Hobby, Household Harmony, Maqasid Sharia

## A. Pendahuluan

Pernikahan memiliki makna yang sangat dalam dan berharga, tidak hanya dalam konteks sosial dan budaya, tetapi juga dalam perspektif agama. Dalam islam, pernikahan dianggap sebagai ibadah yang mulia dan merupakan sunnah Rasulullah *Sallahu alaihi wassalam* sebagaimana dengan sabdanya:

النِّكَاحُ سُنَّتِي، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي

“Nikah itu adalah sunnahku. barang siapa yang tidak suka (berpaling) dari sunnahku, maka ia bukan termasuk golonganku.”<sup>1</sup>

Dengan adanya anjuran hadits di atas menunjukkan tentang bagaimana keistimewaan perihal menikah ini.

Keharmonisan rumah tangga merupakan salah satu pilar utama dalam menciptakan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah, sebagaimana yang diajarkan dalam ajaran islam. Dalam konteks hukum keluarga islam, pentingnya keharmonisan dalam rumah tangga tercermin dari berbagai prinsip yang dijabarkan dalam maqasid syari'ah, yakni tujuan utama dari syariat islam yang meliputi perlindungan terhadap agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta. Keharmonisan rumah tangga, sebagai bagian dari kesejahteraan keluarga, menjadi faktor penting dalam mencapai tujuan tersebut, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada stabilitas masyarakat secara keseluruhan.

Dalam kehidupan modern, stres dan tuntutan sosial yang tinggi sering kali menjadi tantangan bagi pasangan suami-istri untuk menjaga keharmonisan rumah tangga.<sup>2</sup> Salah satu cara yang dapat mempererat hubungan antara anggota keluarga adalah melalui aktivitas bersama yang menyenangkan, seperti olahraga yang dapat menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh, olahraga bersama pasangan juga dipercaya dapat meningkatkan kualitas hubungan dengan pasangan,<sup>3</sup> dan di antara olahraga tersebut adalah futsal sebagai salah satu bentuk olahraga yang melibatkan kerjasama tim, keterampilan, dan interaksi fisik, di anggap dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas hubungan antar anggota keluarga. Olahraga ini

<sup>1</sup> Hadis ini diriwayatkan oleh **Ibnu Majah (1846)**, juga terdapat dalam **Sahih Al-Bukhari** dan **Sahih Muslim** dengan redaksi yang mirip, dan dinilai **shahih** oleh para ulama.

<sup>2</sup> Iin Setiyowati, Niken Titi Pratitis, dan Suroso Suroso, *Korelasi Social Support dan Self-Efficacy dengan Stres Ibu Rumah Tangga di Masa Pembelajaran Daring*, *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual* 7, no. 3 (Agustus 2022): 592–604.

<sup>3</sup> <https://m.harianjogja.com/leisure/read/2021/02/16/508/1063799/aktivitas-ini-bisa-tingkatkan-kualitas-hubungan-dalam-keluarga>



tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan fisik, tetapi juga berpotensi memperkuat ikatan emosional dan sosial dalam keluarga<sup>4</sup>.

Namun, meskipun futsal menawarkan berbagai manfaat, belum banyak penelitian yang mengkaji pengaruhnya terhadap keharmonisan rumah tangga dari perspektif maqasid syari'ah dalam hukum keluarga islam. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis pengaruh futsal terhadap keharmonisan rumah tangga, serta melihatnya dalam konteks maqasid syari'ah, dengan mempertimbangkan aspek-aspek seperti hubungan antar anggota keluarga, nilai-nilai kebersamaan, dan keseimbangan dalam kehidupan keluarga.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami bagaimana futsal, sebagai aktivitas fisik yang melibatkan interaksi langsung, dapat berperan dalam memperkuat ikatan keluarga dan mendukung tercapainya tujuan-tujuan syari'ah dalam membangun rumah tangga yang harmonis

## B. Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengaruh hobi futsal suami terhadap keharmonisan rumah tangga dalam perspektif Maqasid Syariah. Lokasi penelitian berada di Dusun Kertosari, Kecamatan Banyuwangi, Kabupaten Banyuwangi, dengan subjek penelitian terdiri atas beberapa pasangan suami istri yang suaminya memiliki hobi bermain futsal secara rutin.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur guna menggali data yang relevan mengenai dinamika hubungan suami istri yang berkaitan dengan aktivitas futsal suami. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif kualitatif, dengan menggunakan pendekatan Maqasid Syariah sebagai kerangka analisis. Pendekatan ini menekankan lima aspek utama dalam syariah, yaitu penjagaan agama (*hifz al-din*), jiwa (*hifz al-nafs*), akal (*hifz al-'aql*), keturunan (*hifz al-nasl*), dan harta (*hifz al-mal*). Analisis ini bertujuan untuk menilai sejauh mana aktivitas hobi suami, dalam hal ini futsal, berkontribusi terhadap atau justru mengganggu tercapainya tujuan syariah dalam kehidupan rumah tangga.

## C. Hasil dan pembahasan

---

<sup>4</sup> Aryo Rizqi Pratama, *MANFAAT BERMAIN FUTSAL UNTUK KEBUGARAN DAN KESEHATAN*, Jayabama: *Jurnal Peminat Olahraga* 4, no. 2 (Januari 2025): 31–40, <https://doi.org/10.6732/jayabama.v4i2.10157>

Pembahasan disusun secara sistematis berdasarkan tiga fokus utama, yaitu: (1) bagaimana pengaruh hobi futsal suami terhadap keharmonisan rumah tangga dalam perspektif Maqasid Syariah, (2) bagaimana cara suami menjaga keseimbangan antara hobi futsal dan tanggung jawab keluarga sesuai prinsip-prinsip Maqasid Syariah, dan (3) apa saja dampak negatif yang timbul apabila hobi futsal tidak dikelola dengan bijaksana dalam konteks keluarga Islam.

### **Pengaruh hobi futsal suami terhadap keharmonisan rumahtangga dalam perspektif maqasid syari'ah**

Fenomena yang sering terjadi pada saat akhir-akhir ini yaitu trend olahraga untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani dan diantara banyak nya olahraga yang sedang viral olahraga futsal merupakan salah satunya yang mana olahraga ini dapat dijangkau oleh banyak kalangan baik itu pemuda maupun orang dewasa diantara kemudahan nya adalah fasilitas dan penunjang yang mudah dijumpai dan olahraga ini identik dengan pria meskipun belakangan ini wanita pun sudah mulai mengikuti.

Dalam pembahasan kali ini penulis akan membahas bagaimana pengaruh hobi futsal suami terhadap keharmonisan rumah dalam prespektif maqasid syariyah diantaranya adalah :

#### **a. Dari segi penjagaan Agama**

Agama sendiri memerintahkan setiap penganutnya untuk selalu menjaga dirinya sendiri agar dapat melaksanakan tugas nya sebagai hamba dalam beribadah kepada penciptanyaNya diantaranya adalah dengan berolahraga secara teratur. Hal ini pun terjadi pada penelitian penulis yang dimana penulis dapatkan bahwa olahraga futsal dapat membantu seorang suami menjalankan tugasnya dalam rumah tangga dengan baik dan benar ketika dia tidak mendapatkan penyakit pada tubuhnya dan merasakan kebugaran dan kesehatan.<sup>5</sup> Penulis juga mendapatkan informasi keharmonisan rumah tangga pun dapat berjalan dengan indah ketika suami mampu mengerti batasan dalam hobi dengan tidak melakukan nya lebih dari 3x dalam seminggu.<sup>6</sup>

Diantara dampak positif yang penulis dapatkan dari hobi futsal suami terhadap keharmonisan rumah tangga dalam pandangan agama pada penelitian ini adalah :

#### **1. Tubuh sehat mempermudah suami dalam menjalankan keharmonisan rumah tangga**

---

<sup>5</sup> Hasil wawancara

<sup>6</sup> Sesuai point sebelumnya

Berdasarkan pernyataan narasumber yang ditemui oleh peneliti, diketahui bahwa ketika kondisi kesehatan suami berada dalam keadaan sehat walafiat, maka pelaksanaan perannya sebagai suami akan terasa lebih baik dan lebih mudah. Hal ini berbeda ketika suami berada dalam kondisi kurang sehat, yang dapat memengaruhi kemampuannya dalam menjalankan tugas-tugasnya. Dengan diperbolehkannya suami melakukan hobi futsal ini, istri mendapati ibadah suami lebih baik dan meningkat.

2. Dengan diperbolehkannya suami melakukan hobi futsal ini, istri mendapati ibadah suami lebih baik dan meningkat.

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh peneliti dari narasumber, diketahui bahwa selain manfaat yang telah dijelaskan pada poin sebelumnya, suami yang melakukan aktivitas futsal juga mengalami peningkatan dalam menjalankan ibadah. Hal ini disebabkan oleh kondisi kesehatan jasmani yang baik, yang turut mendukung kesehatan rohani.

3. Adanya anjuran Agama untuk pengikutnya untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan berolahraga.

Dari wawancara dengan salah satu narasumber, penulis mendapatkan bahwa pasangan suami istri tersebut telah memahami betul pentingnya menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Mereka menyadari bahwa agama juga memerintahkan umatnya untuk menjaga kedua aspek tersebut, salah satunya melalui aktivitas olahraga. Hal ini tercermin dalam kebiasaan suami yang gemar berolahraga futsal. Hobi ini tidak hanya berkontribusi pada kesehatan fisik, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap keharmonisan rumah tangga mereka. Selain itu, olahraga futsal ini juga dianggap sebagai salah satu cara untuk mendekatkan diri kepada Allah, sehingga tidak hanya bermanfaat untuk kebugaran tubuh, tetapi juga untuk memperkuat ikatan dalam beribadah bersama.

b. Dari segi pandangan penjagaan Harta

Salah satu penjelasan dan tujuan dari maqasid *addoruriyat Al-Khomsah* adalah pandangan penjagaan Harta, adapun dampak positif dari penjagaan Harta adalah :

1. Menambah Relasi

Setelah peneliti wawancarai para narasumber, peneliti dapat bahwa jawaban yang sering penulis dapat setelah kesehatan adalah menambah relasi. Relasi dalam artian adalah teman yang baru, kultur yang baru, sharing wawasan tentang bagaimana mencapai kesuksesan.

keluarga baik dalam keharmonisan dan kesuksesan dan lainya mengenai kehidupan keluarga,sharing untuk membantu bagaimana bisnis ataupun usaha yang dapat membantu pemasukan keluarga walaupun ditengah kesibukan. Itu adalah maksud point penambah relasi meskipun ada perincian lain namun penulis mencantumkan apa yang menurut penulis menjadi point penting. Dan dengan penambahan relasi ini dapat membantu banyak terkhususnya segi pemasukan dan pengeluaran yang mana hal ini adalah salah hal paling sensitif dalam kehidupan keharmonisan rumah tangga.<sup>7</sup>

## 2. Mengatur Pemasukan dan pengeluaran

Diantar faedah dari pengaruh hobi Futsal suami terhadap keharmonisan rumah tangga adalah bagaimana suami dapat mengerti dan mengatur bagaimana dalam pemakaian uang dengan baik antara untuk hobi dan keluarga,yang mana kita sering jumpai bahwa pengaruh besar dalam perceraian adalah bagaimana harta tidak dilakukan atau lebih tepatnya digunakan dengan baik dan sesuai tempatnya sehingga terkesan mubazir. Hasil penelitian penulis melalui wawancara narasumber mengatakan bahwa dengan diperbolehkanya suami menjalankan hobi futsal ini juga berdampak pada bagaimana dalam mengatur ekonomi agar keharmonisan rumah tangga tetap terjaga.

### c. Dari segi pandangan penjagaan Akal

Salah satu penjelasan dan tujuan dari maqasid *addoruriyat Al-khomsah* adalah pandangan dalam penjagaan Akal adapun dampak positif untuk penjagaan Akal dan diantaranya adalah :

#### 1. Kesehatan mental

Kesehatan mental termasuk kunci dalam bagaimana suami dapat menjalankan dan menjaga keharmonisan rumah tangga agar mampu mengatasi permasalahan rumah tangga dan tidak terjatuh pada hal yang tidak diinginkan dalam Masalah rumah tangga.

Penulis mendapati bahwa para suami melakukan aktivitas hobi Futsal selain menjaga kesehatan tubuh mereka juga untuk menjaga kesehatan mental dikarenakan dalam permainan futsal juga sering didapati adanya canda dan tawa,hal-hal istimewa lainya dari seni keindahan olahraga futsal sendiri yang mampu menjaga mereka dari rusak nya mental seseorang.

---

<sup>7</sup> Hasil wawancara



Hasil penelitian ini sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh hasil analisis dokter yaitu olahraga berfungsi sebagai "pengalih" pikiran dari kecemasan, sekaligus menghasilkan hormon endorfin yang meningkatkan suasana hati.<sup>8</sup>

## 2. Menjauhi Apa yang merusak Akal

Salah satu cara dari penjagaan Akal adalah menjauhi apa yang merusaknya dan diantara yang merusaknya adalah memikirkan sesuatu buruk. Dengan olahraga futsal sendiri dapat membantu menjaga dari kerusakan akal seperti mana yang diutarakan oleh beberapa narasumber bahwasanya ketika setelah melakukan aktivitas ini banyak hal baru yang membantu membuka wawasan ataupun membantu bagaimana menghadapi masalah dalam kehidupan sehari-hari melalui sharing antar sesama.<sup>9</sup>

### d. Dari segi Pandangan penjagaan Keturunan

Salah satu penjelasan dan tujuan dari maqasid *addoruriyat Al-khomsah* adalah pandangan dalam penjagaan keturunan dalam hal ini melalui wawancara terhadap narasumber penulis dapatkan bahwa dengan hobi futsal Suami ini dapat :

#### 1. Berpengaruh hal baik terhadap Anak

Ditengah maraknya kasus anak-anak zaman sekarang yang kebanyakan melakukan hal-hal negatif dengan hobi futsal suami dapat membantu mencegah dari hal buruk yang akan terjadi. Seperti hal yang diutarakan oleh salah satu narasumber yang mana hal tersebut sesuai dengan penelitian dokter bahwasanya hobi orangtua terkhususnya ayah sangat mempengaruhi pada kehidupan anaknya, maka dari itu dengan hobi orangtua tua yang melakukan aktivitas olahraga futsal mempengaruhi aktivitas anak yang menjadi menyukai aktivitas olahraga baik itu futsal maupun lainnya yang dapat mencegah dari terjatuh pada hal-hal buruk dalam kehidupan.<sup>10</sup>

#### 2. Meningkatkan sosial anak

---

<sup>8</sup> <https://www.biofarma.co.id/id/announcement/detail/manfaat-olahraga-bagi-kesehatan-mental?>

<sup>9</sup> Hasil wawancara

<sup>10</sup> <https://www.klikdokter.com/ibu-anak/kesehatan-anak/pengaruh-gaya-hidup-ayah-terhadap-kesehatan-anak?>

Penulis dapat bahwa terkadang narasumber membawa anak nya untuk mengikuti aktivitas Futsal adalah untuk sekedar hiburan namun disisi lain terdapat faidah yang berharga yaitu mampu meningkatkan sosial anak terkhususnya lagi secara komunikasi. Komunikasi dan sosial yang dididik sejak dini pasti akan berdampak positif terhadap dimasa yang akan datang dan itu akan menambahkan imajinasi lebih anak untuk menambahkan kreativitasnya.

e. Dari segi pandangan penjagaan Jiwa

Salah satu penjelasan dan tujuan dari maqasid *addoruriyat Al-khomsah* adalah pandangan dalam penjagaan kesehatan dan untuk hal ini penulis sengaja menaruh pada point terakhir pada pembahasannya dikarenakan pentingnya hasil yang penulis dapatkan, berbicara tentang kesehatan diantaranya:

1. Menjaga imun tubuh

Dengan diperbolehkannya suami tetap menjalankan hobinya maka dampak paling Nampak ialah tetap terjaganya imun tubuh suami yang dimana Kesehatan imun merupakan kunci ataupun dasar dari manusia dapat melakukan aktivitas. Dengan olahraga yang teratur dan menjadikan tubuh sehat serta imun yang baik maka sedikit kemungkinan adanya ketidak harmonisan dalam rumah tangga khususnya Ketika suami tidak melakukan kewajibanya.

Hal ini diperkuat dengan anjuran agama agar selalu menjaga kekuatan dan Kesehatan pada tubuh sebagaimana sabda Nabi Muhammad *sallallahu alaihi wassalam* :

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ

“Seorang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada mukmin yang lemah.”<sup>11</sup>

2. Sebagai alternatif penghilang penat

Diantara sekian banyak jawaban yang penulis dapat point penghilang penat menjadi salah satu point yang sering disebutkan, di tengah banyaknya tuntutan akan keinginan untuk menghilangkan penat dengan berbagai cara hobi futsal menjadi solusi paling mudah dikarenakan tidak memerlukan modal yang banyak baik perihal biaya dan waktu. Hal itu

---

<sup>11</sup> HR. Muslim, no. 2664

dapat ditunjukkan dengan rata-rata waktu yang dihabiskan dalam sekali melakukan aktivitas futsal adalah 3 jam dan dengan biaya 20.000 rupiah.

### 3, Memotivasi anggota keluarga tetap sehat

Dengan terjaganya antara hubungan hobi suami dan keharmonisan rumah tangga penulis dapat menyimpulkan point lain yaitu memotivasi anggota keluarga agar tetap sehat sebagaimana bahwasanya suami adalah cerminan keluarga maka dengan teraturnya suami menjaga Kesehatan tubuh maka akan memotivasi anggota keluarga agar tetap menjaga Kesehatan tubuh

Dan point sesuai dengan perintah agama agar suami menjaga keluarga dari hal-hal buruk yang tidak dianjurkan ataupun diinginkan , sebagaimana firman Allah *subhanahu wa taala* :

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْجِبَارَةُ}

*“Wahai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api”*<sup>12</sup>

Persamaan antara ayat diatas dengan point peneliti adalah perintah suami agar menjaga dirinya dan juga keuarganya dari penyebab-penyebab menjerumuskan kedalam api neraka dan diantara penyebab terjerumusny seseorang kedalamnya adalah tubuh yang tidak sehat membuatnya malas dan sulit untuk melaksanakan ibadah.

### **Cara suami menjaga keseimbangan antara hobi futsal dan tanggung jawab keluarga sesuai dengan prinsip maqasid syariyah**

Setelah diketahui berbagai dampak positif dari hobi futsal yang dilakukan oleh suami terhadap keharmonisan rumah tangga, maka penting pula untuk memahami bagaimana cara menjaga keseimbangan antara hobi futsal tersebut dengan tanggung jawab keluarga. Hal ini perlu ditinjau dalam kerangka prinsip maqāṣid al-syarī‘ah, agar aktivitas yang dilakukan tetap berada dalam koridor syariat dan tidak mengabaikan kewajiban keluarga. Diantara cara menjaga keseimbangan antara hobi futsal suami dan tanggung jawab keluarga sesuai dengan prinsip maqasid syariyah adalah :

#### 1. Tidak menyelsihi waktu shalat

---

<sup>12</sup> Surah At-Tahrim (66) ayat 6

Dengan tetap menjaga antara kewajiban antara ibadah dan hobi maka rasa tanggung jawab untuk tidak meninggalkan kewajiban keluarga akan tetap terjaga, berjalan dan terlaksana sebagaimana yang disampaikan oleh salah satu narasumber “ yang penting tidak mengganggu waktu shalat in sya Allah kewajiban lainnya tetap terjaga dan terlaksana mas ”.<sup>13</sup>

## 2. Tidak berlebihan dalam menjalankan hobi

Dengan adanya waktu yang teratur sebagai Batasan ataupun pengingat maka *in sya Allah* akan tetap menjaga antara hobi suami dan keharmonisan rumah tangga. Hasil survey yang penulis dapati adalah Batasan maximal yang dilakukan suami dalam menjalankan hobinya ialah 3x dalam satu minggu agar nantinya hal-hal yang tidak diinginkan yang dapat merusak keharmonisan rumah tangga baik waktu, biaya, kecurigaan serta hal lainnya tidak terjadi. Hal ini sesuai dengan pernyataan hasil survey yang menyebutkan bahwa rata-rata suami dalam menjalankan hobinya ialah 2x dan maksimal 3x dalam satu minggu dan ini juga sesuai dalam tujuan maqasid syarriyah yaitu *hifz al-mal* ataupun *hifz al-nafs* dan juga *hifz al-aql*.

## 3. Tidak berlebihan taupun boros dalam waktu dan harta

Sesuai dengan hasil yang penulis dapati dari penelitian kali ini kita mendapati bahwa salah satu cara agar menjaga keseimbangan antara hobi futsal suami dengan maqasid syarriyah adalah dengan tidak berlebihan ataupun boros baik dengan waktu dan harta, seperti yang diutarakan oleh salah satu narasumber “ ya paling seminggu 2x maksml 3x mas dan sekali main biaya iuran 10.00 ”.<sup>14</sup>

Dengan adanya Batasan untuk hobi futsal suami ini sangat dapat membantu menjaga keharmonisan rumah tangga sesuai dengan tujuan maqasid syarriyah yaitu *hifdz mal* dan dapat diperkuat melalui sabda nabi Muhammad *sallahu alaihi wassalam* :

(لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ)

“Tidak boleh membahayakan diri dan membahayakan orang lain”.<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> Hasil wawancara

<sup>14</sup> Seperti point sebelumnya

<sup>15</sup> "Al-Arba'in An-Nawawiyyah" (Hadits ke-32)



Dengan adanya dalil diatas menunjukan bahwa sesuatu yang membahayakan baik untuk diri sendiri dan orang lain tidak diperbolehkan maka sama halnya Ketika hobi futsal suami yang tidak seimbang dengan tujuan maqasid Syariah dalam menjaga keharmonisan rumah tangga oleh sebab itu maka sangat dianjurkan untuk para suami memperhatikan agar tidak berlebihan ataupun boros dalam menjalankan hobinya terkhususnya hobi futsal ini.

#### 4. Adanya komunikasi yang baik

Komunikasi adalah kunci dalam kehidupan bersosial terlebih lagi antara hubungan suami-istri dan keluarga maka dari itu Ketika suami hendak melaksanakan hobi futsalnya maka alangkah baiknya apabila adanya komunikasi terlebih dahulu baik waktu bermain , biaya yang digunakan untuk bermain ataupun menunjang hobinya. Penulis juga mendapati dalam penelitian ini antara kendala dan juga kelancaran hobi ini apabila suami mampu menjalankan komunikasi dengan baik, seperti yang diutarakan oleh salah satu narasumber “ *yang penting komunikasi dulu mas, bilang dulu mas pamit nek kalua mau main futsal kemana sama sampai jam berapa nya* ”.<sup>16</sup> Sebab komunikasi yang baik ini sesuai dengan tujuan maqasid syariah dalam menjaga antara hobi suami dengan keharmonisan rumah tangga yang sesuai dengan *doruriyatul khomsah* terkhususnya *hifz al-nafs* dan *hifz al-aql*.

#### 5. Pergi Bersama keluarga

Diantara sebab dapat berjalannya hobi futsal suami dan keharmonisan rumah tangga adalah bagaimana suami tidak hanya selalu keluar sendirian melainkan sesekali mengajak keluarganya untuk ikut pergi Bersama mengikuti ataupun menyaksikan hobi futsal suami ini.

Salah satu contoh yang bisa penulis dapati adalah bagaimana pernyataan narasumber Ketika ditanyai mengenai perihal bagaimana dapat berjalanya antara hobi suami dengan keharmonisan rumah tangga ialah hal ini yaitu sesekali mengajak keluarga untuk menikmati, merasakan, menyaksikan hobi futsal suami dan juga dengan cara ini dapat membantu untuk mencapai tujuan menjaga keharmonisan keluarga yang sesuai dengan maqasid syariah terkhususnya lagi perihal *hifz al-nafs* kemudian *al-aql* dan *al nasl*.

Diantara bukti yang menunjukan perihal diatas adalah Ketika keluarga suami bertemu dengan keluarga lain yang mana dapat menghasilkan relasi baru, pengalaman baru dengan bertukar cerita ataupun pengalaman dan yang tdiak kalah pentingnya adalah bagaimana para

---

<sup>16</sup> Hasil wawancara

anak dapat menjalin komunikasi dan kegiatan menyenangkan lainnya dengan teman-temannya.<sup>17</sup>

### **Dampak negatif yang timbul jika hobi futsal suami tidak dikelola dengan bijak dalam perspektif hukum keluarga Islam**

Setelah penulis menjelaskan bagaimana dampak-dampak positif dari hobi futsal suami terhadap keharmonisan rumah tangga dalam Perspektif Maqasid Syari'ah dan juga bagaimana cara menjalankan dan menjaganya maka langkah lebih baik dan sempurnanya juga apabila kita mengerti apa saja dampak negatif dari hal tersebut.

Adanya penjelasan mengenai dampak negatif bukan untuk semata mata agar menjadikan cara agar kita dapat melakukannya akan tetapi untuk kita ketahui bersama agar kita tidak terjatuh didalam nya seperti mana yang pernah diutarakan oleh Imam Syafi'i :

”عَلِمَ الْأَقْلُ مِنَ الشَّرِّ لِيَتَّقِيَهُ، وَلَمْ يُعَلِّمْهُ لِيَفْعَلَهُ”

*"Seorang mengetahui keburukan agar dia dapat menjauhinya, bukan agar dia melakukannya."*

Maka dari penulis disini ingin menyebutkan beberapa dampak negatif dari hobi futsal suami yang tidak dikelola dengan bijaksana dalam prefektif maqasid syari'ah dalam Hukum keluarga islam :

#### **1. Kelalian terhadap kewajiban**

Diantara sebab ataupun dampak negatif dari hobi futsal suami yang tidak deikelola adalah lalai akan kewajiban sehingga berdampak pada keharmonisan rumah tangga. Sedangkan menurut agama dalam Maqasid Syari'ah diwajibkan Ketika ingin melaksanakan sesutau untuk mengingat dampak terhadap *daruriyatul khamsah* sehingga tidak menjadi suatu hal maupun dampak negatif. Dalam Hukum Keluarga Islam pun juga ditekankan kepada suami agar tidak lupa ataupun lalai terhadap kewajibanya sebagai kepala rumah tangga agar tetap menjaga keharmonisan rumah tangganya sebagaimana sabda nabi Muhammad *sallahu alaihi wassalam* :

«كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ... وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُمْ»

---

<sup>17</sup> Hasil wawancara

"Setiap kalian adalah pemimpin, dan setiap pemimpin akan dimintai pertanggungjawaban atas yang dipimpinnya... Seorang laki-laki adalah pemimpin atas keluarganya dan ia akan dimintai pertanggungjawaban terhadap mereka."<sup>18</sup>

Dari hadits diatas disebutkan bahwa kewajiban kesadaran kepeimpinan keluarga adalah Amanah yang harus dilaksanakan dan dijaga dikarenakan akan menjadi tanggung jawab nantinya dihari Akhir.

## 2..Susahnya komunikasi

Komunikasi adalah elemen terpenting dalam kehidupan rumah tangga dengan tidak dikelolanya antara hobi futsal suami dengan keharmonisanrumah tangga maka tentunya akan menyebabkan susahnya komunikasi antar anggota keluarga dan tentunya juga akan berdampak negatif pada keharmonisan rumah tangga. Sudah banyak sekali kasus keretakan rumah tangga yang disebabkan oleh komunikasi yang susah maupun buruk sebagai mana data BPS 2023 mencatat sekitar 61,67% dari kasus perceraian disebabkan oleh perselisihan dan pertengkaran terus-menerus.<sup>19</sup>

## 3. Kurangnya efisiensi dalam penggunaan sumber daya waktu dan biaya.

Efisiensi dalam penggunaan sumber daya waktu dan biaya merupakan hal yang sangat penting tidak kalah pentingnya dengan point sebelumnya, dikarenakan komunikasi dan dana biaya adalah hal inti dalam menjalin rumah tangga. Fakta yang sering terjadi Ketika viralnya olahraga ini adalah kebanyakan suami banyak menggunakan dana untuk mengikuti trend ini dengan membeli perlengkapan yang terbilang mahal dan boros dan itulah yang menyebabkan keharmonisan rumah tangga terganggu.

Hal ini tidak sesuai dengan tujuan maqasid syari'ah yaitu hifz al-mal yang mana menyerukan untuk menjaga harta agar tidak boros dan menggunakan sesuai ditempatnya sebagaimana firman Allah *subhanahu wa taala* :

{إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ ط وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا }

"Sesungguhnya orang-orang yang boros itu adalah saudara-saudara setan, dan setan itu sangat ingkar kepada Tuhannya."<sup>20</sup>

<sup>18</sup> HR. Bukhari No. 893 / Muslim No. 1829

<sup>19</sup> <https://data.goodstats.id/statistic/simak-faktor-utama-penyebab-perceraian-di-indonesia-2024-OJc0n?>

<sup>20</sup> Surat Al-Isrā' (17) : Ayat 27

Dalam Hukum Keluarga Islam pun dianjurkan untuk menjaga efisiensi dalam penggunaan waktu dan biaya sebagaimana firman Allah subhanahu wa taala :

الرَّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ

"Kaum laki-laki adalah pemimpin bagi kaum wanita, karena Allah telah melebihkan sebagian mereka atas sebagian yang lain dan karena mereka telah menafkahkan sebagian dari harta mereka."<sup>21</sup>

Melalui penjelasan lebih dari ayat diatas dapat kita simpulkan bahwa Suami harus mampu mengatur waktu agar tetap menjadi pemimpin yang hadir secara emosional dan spiritual di rumah.

Berdasarkan penjelasan pada poin-poin sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa hobi futsal yang dijalani oleh suami dapat berdampak negatif terhadap keharmonisan keluarga apabila tidak sejalan dengan perspektif *maqāṣid al-syarī'ah* dalam hukum keluarga Islam. Ketidakseimbangan ini berpotensi menimbulkan berbagai pelanggaran yang dapat berdampak buruk terhadap keharmonisan rumah tangga, serta menjadi salah satu penyebab terjadinya keretakan dalam hubungan suami-istri dalam menjalani kehidupan berumah tangga.

#### D. Kesimpulan

Pada bab terakhir ini, penulis menyampaikan kesimpulan dari hasil penelitian yang berjudul "Pengaruh Hobi Futsal Suami terhadap Keharmonisan Rumah Tangga dalam Perspektif *Maqāṣid al-Syarī'ah* pada Hukum Keluarga Islam (Studi Kasus di Dusun Kertosari, Kecamatan Banyuwangi, Kabupaten Banyuwangi)". Kesimpulan ini diperoleh berdasarkan data yang telah dikumpulkan dan dianalisis selama proses penelitian. Adapun kesimpulan yang dapat diambil, antara lain:

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hobi futsal yang dijalani oleh suami memiliki dua sisi pengaruh terhadap keharmonisan rumah tangga dalam perspektif *Maqāṣid al-Syarī'ah*. Di satu sisi, hobi ini dapat memberikan dampak positif apabila dijalankan secara proporsional dan tidak mengabaikan tanggung jawab keluarga. Hal ini tercermin dari upaya suami dalam menjaga lima aspek utama *Maqāṣid al-Syarī'ah*, yaitu menjaga agama (*ḥifẓ al-dīn*), jiwa (*ḥifẓ al-nafs*), akal (*ḥifẓ al-'aql*), keturunan (*ḥifẓ al-nasl*), dan

---

<sup>21</sup> (QS. An-Nisā': 34)



harta (*hifz al-māl*). Dengan menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan pribadi dan kewajiban keluarga, keharmonisan rumah tangga dapat terpelihara dengan baik.

Di sisi lain, jika hobi futsal dijalankan secara berlebihan tanpa memperhatikan waktu, biaya, serta komunikasi dengan keluarga, maka berpotensi menimbulkan dampak negatif. Dampak tersebut di antaranya adalah kelalaian terhadap kewajiban sebagai kepala rumah tangga, kurangnya komunikasi yang efektif dengan pasangan, serta pemborosan dalam penggunaan waktu dan keuangan keluarga. Hal-hal ini dapat mengganggu stabilitas dan keharmonisan rumah tangga, serta menyelisihi nilai-nilai dasar dalam *Maqāsid al-Syarī'ah*.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan pentingnya kesadaran dan tanggung jawab suami dalam menyeimbangkan antara kegiatan hobi dan peran dalam keluarga. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan pertimbangan bagi masyarakat dalam menjalankan aktivitas rekreasional, khususnya bagi para suami, agar tetap selaras dengan prinsip-prinsip syariat Islam dan tidak menyimpang dari tujuan hukum keluarga dalam Islam.

## E. Daftar Pustaka

### Al-Quran

### Hadits

Setiyowati, I., Pratitis, N. T., & Suroso, S. (2022). Korelasi social support dan self-efficacy dengan stres ibu rumah tangga di masa pembelajaran daring. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 7(3), 592–604. <https://doi.org/10.28926/briliant.v7i3.993>

Pratama, A. R. (2025). MANFAAT BERMAIN FUTSAL UNTUK KEBUGARAN DAN KESEHATAN. *Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga*, 4(2), 31–40. <https://doi.org/10.6732/jayabama.v4i2.10157>

<https://m.harianjogja.com/leisure/read/2021/02/16/508/1063799/aktivitas-ini-bisa-tingkatkan-kualitas-hubungan-dalam-keluarga>

<https://www.biofarma.co.id/id/announcement/detail/manfaat-olahraga-bagi-kesehatan-mental?>

<https://www.klikdokter.com/ibu-anak/kesehatan-anak/pengaruh-gaya-hidup-ayah-terhadap-kesehatan-anak?>

<https://data.goodstats.id/statistic/simak-faktor-utama-penyebab-perceraian-di-indonesia-2024-OJc0n?>

