

Revised: Desember 2025	Accepted: Desember 2025	Published: Desember 2025
----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------

Interpretasi Surah Al-Baqarah Ayat 234 Tentang Iddah Perempuan yang Meninggal Suaminya: Pendekatan Tafsir Ahkam dan Psikologi

Lailatul Rif'ah

Universitas Kiai Abdullah Faqih Gresik
email: rifah@unkafa.ac.id

Lailatul Mas'udah

Universitas Kiai Abdullah Faqih Gresik
email: masudah@unkafa.ac.id

Abstract

This study examines the concept of 'iddah for women whose husbands have passed away based on Qur'anic exegesis of QS. al-Baqarah [2]: 234 by integrating the perspectives of tafsir ahkam and grief psychology. Employing a qualitative library research design, the study analyzes classical and contemporary Qur'anic commentaries alongside relevant psychological theories on bereavement. The findings indicate that the prescribed 'iddah period of four months and ten days constitutes a binding legal injunction aimed at safeguarding lineage, preserving women's dignity, and honoring the sanctity of marriage. However, various social restrictions imposed on women during 'iddah in contemporary practice are not entirely grounded in the Qur'anic text but are largely shaped by cultural constructions and historical interpretations. From a psychological perspective, 'iddah functions as a transitional phase that facilitates emotional adjustment, identity reconstruction, and psychological stabilization following spousal loss. This study argues that 'iddah should be understood as a holistic Qur'anic injunction encompassing legal, social, and psychological dimensions, and thus requires contextual interpretation to ensure a more just, humane, and relevant application in the lives of contemporary Muslim women.

Keywords: 'iddah; tafsir ahkam; QS. al-Baqarah [2]: 234; grief psychology.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengkaji konsep iddah bagi perempuan yang ditinggal wafat suaminya berdasarkan QS. al-Baqarah [2]: 234 dengan mengintegrasikan pendekatan tafsir ahkam dan perspektif psikologi duka. Penelitian ini merupakan studi kepustakaan (library research) dengan metode analisis deskriptif-analitis terhadap penafsiran mufassir klasik dan kontemporer, serta dikaitkan dengan teori psikologi mengenai proses berduka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketentuan iddah selama empat bulan sepuluh hari bersifat normatif dan mengikat secara syar'i, dengan tujuan menjaga kejelasan nasab, kehormatan perempuan, dan nilai sakral ikatan pernikahan. Namun demikian, pembatasan sosial terhadap perempuan selama masa iddah yang berkembang dalam praktik masyarakat tidak sepenuhnya bersumber dari teks Al-Qur'an, melainkan dari konstruksi budaya dan penafsiran historis tertentu. Dalam perspektif psikologi, iddah berfungsi sebagai masa

transisi emosional yang membantu proses adaptasi, stabilisasi psikologis, dan rekonstruksi identitas setelah kehilangan pasangan. Penelitian ini menegaskan bahwa iddah merupakan ajaran syariat yang bersifat holistik, memadukan dimensi hukum, sosial, dan psikologis, serta relevan untuk dikontekstualisasikan dalam kehidupan perempuan Muslim masa kini.

Kata kunci: *iddah, tafsir ahkam, QS. al-Baqarah [2]: 234, psikologi duka.*

Pendahuluan

Iddah merupakan salah satu ketentuan syariat Islam yang berkaitan langsung dengan kehidupan keluarga dan posisi perempuan pascaputusan perkawinan, baik karena perceraian maupun kematian suami. Dalam konteks perempuan yang ditinggal mati suaminya, Al-Qur'an secara eksplisit mengatur masa *iddah* dalam QS. al-Baqarah [2]: 234, yang menetapkan masa tunggu selama empat bulan sepuluh hari. Ketentuan ini menunjukkan bahwa *iddah* bukan sekadar aturan hukum keluarga, melainkan juga memiliki dimensi teologis, sosial, dan kemanusiaan yang integral dalam ajaran Al-Qur'an.¹ Dalam khazanah tafsir Al-Qur'an, ayat *iddah* umumnya dipahami sebagai bentuk perlindungan terhadap perempuan dan penjagaan kejelasan nasab, sekaligus sebagai penghormatan terhadap ikatan perkawinan yang berakhir karena kematian. Tafsir klasik, seperti karya al-Ṭabari, Ibn Kathir, dan al-Qurṭubi, menempatkan ayat ini dalam kerangka normatif-hukum dengan menekankan kewajiban masa tunggu dan larangan menikah sebelum *iddah* berakhir. Penafsiran tersebut kemudian menjadi dasar pembentukan konstruksi fiqh keluarga Islam yang berkembang luas dalam masyarakat Muslim.²

Namun demikian, dalam konteks sosial kontemporer, pelaksanaan *iddah* sering kali dipahami secara formalistik dan normatif semata, bahkan tidak jarang dipersepsikan sebagai pembatasan terhadap ruang gerak dan peran sosial perempuan. Kondisi ini menunjukkan adanya jarak antara pesan normatif Al-Qur'an dengan realitas sosial perempuan Muslim masa kini. Oleh karena itu, diperlukan kajian tafsir yang tidak hanya berhenti pada makna literal ayat, tetapi juga menggali tujuan dan hikmah (*maqāṣid*) dari ketentuan *iddah* sebagaimana dikehendaki oleh Al-Qur'an.³ Selain itu, sejumlah praktik sosial yang dilekatkan pada pelaksanaan *iddah* kerap bercampur antara norma tekstual Al-Qur'an, penafsiran ulama, dan tradisi budaya lokal. Hal ini menuntut adanya pembacaan tafsir yang lebih kritis dan kontekstual untuk membedakan antara ketentuan normatif Al-Qur'an dan praktik sosial yang merupakan hasil konstruksi historis. Dengan demikian, kajian tafsir Al-Qur'an memiliki peran strategis dalam meluruskan pemahaman tentang *iddah* agar tetap berlandaskan pada teks Al-Qur'an sekaligus relevan dengan dinamika sosial kontemporer.⁴

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini memfokuskan kajian pada penafsiran Al-Qur'an terhadap konsep *iddah* perempuan yang ditinggal mati suami dengan

¹ Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI, *Al Qur'an Dan Terjemahan, Edisi Penyempurnaan* (Jakarta: Lajnah Pentashih Mushaf Al Quran, 2019).

² Ibn Jarīr al Ṭabarī, *Jamī' al Bayān an Ta'wil Ayyi al Qur'an* (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007); Abī al Fidā Ismā'il ibn Katsīr, *Tafsīr al Qur'an al 'Aẓīm* (Bairut: Maktabah al Tijariyah, 1991); Abū Abd Allah Muḥammad Ibn Ahmad Ibn Abū Bakr Ibn Farh al Anṣari al Khazrajī Al and Andalusi al Qurṭubi, *Tafsīr al Jamī' Li Ahkām al Qur'an Wa al Mubayyin Limā Taḍammanahu Min al Sunnah Wa Ayyi al Qur'an* (Kairo: Dār al Hadīth, 2002).

³ Abdullah Saeed, *Interpreting the Qur'an: Towards a Contemporary Approach* (London: Routledge, 2006).

⁴ Fazlur Rahman, *Islam and Modernity: Transformation of an Intellectual Tradition* (Chicago: University of Chicago Press, 1982).

menitikberatkan analisis pada QS. al-Baqarah [2]: 234. Artikel ini berupaya menghadirkan kajian tafsir yang integratif melalui pendekatan tekstual, historis, dan *maqāṣid al-syarī'ah*, sehingga diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai makna dan relevansi *iddah* dalam konteks kehidupan perempuan Muslim masa kini.⁵

Al Quran, yang jadi petunjuk hidup bagi umat Muslim, tidak begitu saja muncul tanpa latar belakang. Setiap ayat punya konteks sosial, budaya, serta sejarah yang melingkupi datangnya wahyu tersebut. Mengerti konteks ini dikenal dalam ilmu yang disebut *Asbāb al-Nuzūl*, yaitu mempelajari alasan kenapa ayat Al Qur'an itu diturunkan. Ilmu ini sangat berguna untuk dapat menangkap maksud ayat secara menyeluruh, mencegah salah tafsir, dan menemukan pelajaran hukum (*tasyri'*) yang ada di dalamnya. Surat Al-Baqarah, yang merupakan surat terpanjang di Al-Qur'an, mencakup bermacam-macam aturan hukum, keyakinan, dan perilaku baik. Beberapa ayat di dalamnya, yaitu ayat 234 surat Al-Baqarah, sangat berhubungan erat dengan kehidupan bermasyarakat umat Islam, khususnya tentang aturan keluarga dan tata krama sosial. Ayat 234 membahas mengenai masa tunggu bagi wanita yang suaminya meninggal dunia. Mengkaji bagian ini amatlah berarti sebab menyinggung aspek kemanusiaan yang sangat dalam: rasa duka, keteguhan hati, kewajiban, dan juga kepedulian terhadap sesama. Dengan memakai cara pandang *Asbāb al-Nuzūl* dan penafsiran dari para ahli agama, tujuannya adalah agar pengenalan atas ayat-ayat tersebut tidak sebatas aturan saja, melainkan juga sesuai konteks dan bisa diterapkan dalam kehidupan sekarang.

Kajian mengenai *iddah* perempuan yang ditinggal mati suami telah banyak dibahas dalam khazanah keilmuan Islam, baik dalam literatur fiqh maupun tafsir Al-Qur'an. Dalam konteks kajian tafsir, pembahasan *iddah* secara normatif bersandar pada QS. al-Baqarah [2]: 234, yang menetapkan masa tunggu selama empat bulan sepuluh hari bagi perempuan yang ditinggal mati suaminya. Ayat ini menjadi landasan utama dalam pembentukan konstruksi hukum dan etika sosial terkait *iddah* dalam Islam.⁶ Sejumlah penelitian tafsir klasik menempatkan ayat *iddah* sebagai ketentuan hukum yang bersifat *qaṭ'ī*, dengan penekanan pada larangan menikah selama masa *iddah* serta anjuran menjaga etika sosial tertentu sebagai bentuk penghormatan terhadap ikatan perkawinan. Mufasssir seperti al-Ṭabari, Ibn Kathir, dan al-Qurṭubī memahami ayat ini dalam kerangka perlindungan nasab dan penjagaan kehormatan perempuan, sekaligus sebagai mekanisme sosial untuk memastikan kejelasan status biologis perempuan pascakematian suami.⁷

Sementara itu, kajian tafsir kontemporer menunjukkan kecenderungan untuk membaca ayat *iddah* secara lebih kontekstual. Beberapa penelitian menyoroti bahwa penekanan utama Al-Qur'an dalam ayat tersebut adalah masa tunggu dan larangan menikah, sedangkan praktik sosial lain, seperti pembatasan aktivitas tertentu lebih banyak dipengaruhi oleh konstruksi budaya dan penafsiran fiqh klasik. Pendekatan ini berupaya membedakan

⁵ Jasser Auda, *Maqasid Al-Shariah as Philosophy of Islamic Law* (London: The International Institute of Islamic Thought, 2008).

⁶ RI, *Al Qur'an Dan Terjemahan*, Edisi Penyempurnaan.

⁷ Jarīr al Ṭabārī, *Jamī' Al Bayān an Ta'wil Āyī AL Qur'an*; Al and Qurṭubī, *Tafsīr Al Jamī' Li Ahkām Al Quran Wa Al Mubayyin Limā Taḍammanahu Min Al Sunnah Wa Ayi Al Quran*; Fidā Ismā'il ibn Katsīr, *Tafsīr Al Quran Al 'Azīm*.

antara norma tekstual Al-Qur'an dan praktik sosial yang berkembang dalam masyarakat Muslim.⁸

Pendekatan *maqāṣid al-syarī'ah* juga banyak digunakan dalam kajian tafsir mutakhir tentang *iddah*. Penelitian-penelitian ini menekankan bahwa *iddah* bertujuan menjaga kemaslahatan perempuan, melindungi nasab (*hifẓ al-nasl*), serta memberikan ruang transisi psikologis bagi perempuan yang mengalami kehilangan pasangan hidup. Dalam perspektif ini, *iddah* tidak semata dipahami sebagai pembatasan hak perempuan, tetapi sebagai instrumen etis-spiritual yang memiliki dimensi kemanusiaan dan sosial.⁹ Selain itu, kajian historis terhadap *asbāb al-nuzūl* dan konteks sosial turunnya ayat *iddah* menunjukkan bahwa Islam datang untuk mereformasi praktik pra-Islam yang cenderung merugikan perempuan. Dengan demikian, ketentuan *iddah* dalam Al-Qur'an dapat dipahami sebagai bentuk perlindungan progresif terhadap perempuan pada masa awal Islam, yang relevansinya terus dikaji ulang dalam konteks masyarakat Muslim kontemporer.¹⁰

Berdasarkan kajian terdahulu tersebut, terlihat bahwa penelitian tentang *iddah* perempuan yang ditinggal mati suami dalam perspektif tafsir Al-Qur'an masih membuka ruang pengembangan, khususnya dalam mengintegrasikan tafsir tekstual, historis, dan *maqāṣidī*. Oleh karena itu, artikel ini berupaya melengkapi kajian yang ada dengan menghadirkan analisis tafsir Al-Qur'an yang menekankan dimensi normatif sekaligus relevansinya bagi konteks sosial perempuan Muslim masa kini.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (*library research*), yang berfokus pada kajian tafsir Al-Qur'an mengenai konsep *iddah* perempuan yang ditinggal mati suami. Pendekatan ini dipilih karena objek kajian penelitian berupa teks Al-Qur'an dan karya-karya tafsir, sehingga analisis dilakukan melalui penelusuran, penelaahan, dan interpretasi sumber-sumber kepustakaan yang relevan.¹¹ Objek utama penelitian ini adalah ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *iddah*, khususnya QS. al-Baqarah [2]: 234, sebagai teks utama yang dianalisis.¹²

Sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua kategori, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer meliputi Al-Qur'an dan kitab-kitab tafsir otoritatif, baik tafsir klasik maupun kontemporer. Tafsir klasik yang dijadikan rujukan antara lain *Jāmi' al-Bayān* karya al-Ṭabari, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm* karya Ibn Kathir, dan *al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'ān* karya al-Qurṭubi. Sementara itu, tafsir kontemporer digunakan untuk melihat dinamika penafsiran ayat *iddah* dalam konteks masyarakat modern.¹³ Adapun sumber data sekunder berupa buku, artikel jurnal ilmiah, dan karya akademik lain yang membahas *iddah*, tafsir Al-Qur'an, *maqāṣid al-syarī'ah*, serta isu sosial perempuan dalam Islam.¹⁴

⁸ Saeed, *Interpreting the Qur'an: Towards a Contemporary Approach*.

⁹ Auda, *Maqasid Al-Shariah as Philosophy of Islamic Law*.

¹⁰ Rahman, *Islam and Modernity: Transformation of an Intellectual Tradition*.

¹¹ Lexy j Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja rosda karya, 2002).

¹² RI, *Al Qur'an Dan Terjemahan, Edisi Penyempurnaan*.

¹³ Jarīr al Ṭabārī, *Jami' al Bayān an Ta'wil Āyī AL Qur'an*; Al and Qurṭubi, *Tafsīr Al Jami' Li Ahkām Al Quran Wa Al Mubayyin Limā Taḍammanahu Min Al Sunnah Wa Ayi Al Quran*; Fidā Ismā'il ibn Katsīr, *Tafsīr Al Quran Al 'Aẓīm*.

¹⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan tafsir tematik (*tafsir maudhu'i*), dengan fokus tematik pada *iddah perempuan yang ditinggal mati suami*. Pendekatan ini dilakukan dengan cara menghimpun ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema *iddah*, kemudian dianalisis secara sistematis dengan memperhatikan konteks ayat, relasi antarayat, serta pandangan para mufassir terhadap ayat-ayat tersebut.¹⁵ Selain itu, penelitian ini juga menggunakan pendekatan historis untuk menelusuri *asbāb al-nuzūl* dan konteks sosial turunnya ayat *iddah*, serta pendekatan *maqāṣid al-syari'ah* untuk mengungkap tujuan dan hikmah syariat di balik ketentuan *iddah* dalam Al-Qur'an.¹⁶

Hasil dan Pembahasan

A. Asbabun Nuzul dan Makna Lughawi Surah Al-Baqarah Ayat 234

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

*“Orang-orang yang meninggal dunia di antaramu dengan meninggalkan isteri-isteri (hendaklah para isteri itu) menangguhkan dirinya (ber'iddah) empat bulan sepuluh hari. Kemudian apabila telah habis 'iddahnya, maka tiada dosa bagimu (para wali) membiarkan mereka berbuat terhadap diri mereka menurut yang patut. Allah mengetahui apa yang kamu perbuat.”*¹⁷

Sebab turunnya ayat ini berkaitan dengan peristiwa yang dialami oleh Furay'ah binti Malik ibn Sinān. Ia ditinggal wafat oleh suaminya dan bertanya kepada Rasulullah SAW mengenai tempat tinggal dan masa iddahnya. Rasulullah SAW kemudian bersabda agar Furay'ah tetap tinggal di rumah suaminya hingga masa iddahnya selesai, yaitu empat bulan sepuluh hari. Nabi Muhammad berkata kepada Furay'ah Binti Malik Ibn Sinān yang sedang ditinggal mati oleh suaminya. “berdiamlah di rumah sampai pada waktu yang ditentukan,” atau masa iddah selama empat bulan sepuluh hari.¹⁸ Peristiwa ini menegaskan bahwa ketentuan iddah bukanlah tradisi jahiliyah semata, melainkan hukum syariat yang ditetapkan secara tegas oleh Allah SWT melalui wahyu-Nya.¹⁹

Sedangkan makna kebahasaan ayat tersebut yaitu:

1. *يَتَوَفَّوْنَ* adalah mengambil sesuatu secara lengkap dan sempurna, karena orang yang mati dianggap sudah cukup umur dan rizkinya. Sebagian ulama memberi arti mencabut.²⁰

¹⁵ Abd Al-Hayyal-Farmawi, *Al-Bidayah Fi Al-Tafsir Al-Maudhu'i*. Terj. Suryan A. Jamrah Metode Tafsir Maudhu'i (Jakarta: Grafindo Persada, 1996).

¹⁶ Auda, *Maqasid Al-Shariah as Philosophy of Islamic Law*.

¹⁷ Badan Litbang dan Diklat Kementrian Agama RI, *Al Qur'an Dan Terjemahan*, Edisi Penyempurnaan (Jakarta: Lajnah Pentashih Mushaf Al Quran, 2019).

¹⁸ Ibn Jarir al Ṭabarī, *Jami' Al Bayān an Ta'wil Ayi AL Qur'an* (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007).

Diriwayatkan oleh Malik dalam bab Maqām al Mutawafā juz 2 / 592

¹⁹ Abi al-Hasan 'Ali ibn Ahmad al-Wahidi Al-Naisaburi, *Asbab Al-Nuzul* (Bairūt: al-Maktabah al-Tsaqafah, 1991).

²⁰ Fakhr ad-Dīn Muhammad ibn 'Umar ibn al-Husain ibn 'Ali al-Tamīmi Al-Rāzi, *Maḥāṣin Al- Ghaib* (Bairut: al-Maktabah at-Tauḥiqiyyah, n.d.).

2. بصنيتها bermakna menunggu.²¹ Menahan diri dari merias wajah, tidak memakai minyak wangi serta berpindah dari rumah suami yang ditempati semasa hidupnya selama empat bulan sepuluh hari.²²
3. فعن في أنفسهن بالمعروف فيما yakni perbuatan yang sudah dimaklumi dan tidak berdosa bagi wanita yang selesai masa iddah untuk menikah dengan orang lain selain suaminya yang pertama.²³
4. أزواجاً yang dimaksud adalah perempuan yang menjadi istri. Kebiasaan orang Arab menyebut suami dengan زوجا dan menyebut istri dengan زوجته. jika huruf Ta' dibuang menjadi زوجة namun penyebutan ini bereda dengan yang lebih fasih.²⁴

B. Perbedaan Pendapat Ulama dalam Iddah

Ayat ini merupakan sebuah perintah bagi para wanita yang ditinggal mati suaminya untuk beriddah selama empat bulan sepuluh hari. Hukum ini berlaku bagi wanita yang sudah disetubuhi maupun yang belum disetubuhi. Dalil tersebut berdasarkan umumnya lafadz dari ayat tersebut. Sedangkan bagi wanita yang hamil, iddahnya sampai melahirkan anaknya meskipun hanya sehari dari kematian suaminya, karena pada dasarnya masa iddah bertujuan untuk mengetahui kebersihan rahim.²⁵

Seperti yang dialami oleh Sabiah al Islamiyah ketika suaminya Sa'di Ibn Khawlah telah wafat. Setelah sehari masa iddah, Sabiah melahirkan anaknya. Kemudian datanglah Abū al Sanābil Ibn Bi'kak dan berkata “aku tidak pernah melihatmu berias secantik ini. Apa kamu menginginkan untuk menikah? Demi Allah tidak patut bagimu sebelum empat bulan sepuluh hari.” Kemudian Sabiah mengadu kepada Rasulullah dan beliau menyuruhnya untuk menikah. Seakan terjadi kerancuan antara alasan umumnya lafadz dalam ayat dengan alasan iddah pada umumnya. Namun jika dilihat dari hikmah yang ada pada perintah iddah, maka tidak akan timbul kerancuan.

Ulama berbeda pendapat mengenai masa iddah bagi budak. Sebagian ulama mengatakan cukup separuh dari masa iddah orang yang merdeka yaitu dua bulan lima hari. Sedangkan al Dār Qutnī menetapkan masa iddah yang sama antara budak dan yang merdeka. Ibn Mundzir berpendapat bahwa iddah bagi budak yaitu tiga kali haid. Sedangkan Malik, Syafi'i Ahmad dan Abū Thaur mengatakan Iddah budak hannya sekali haid. Al qurṭubi bahkan menambahkan bagi orang yang melakukan iddah hendaknya disertai dengan niat. Niat tersebut merupakan awal iddah. Maksudnya jika seseorang sudah melakukan iddah selama satu bulan tapi belum didahului niat, maka belum dimulai masa iddahnya, sehingga niat menurut al Qurṭubi hukumnya wajib.²⁶

²¹ Abū al layth Nasr Ibn Muhammad Ibn Aḥmad Ibn Ibrāhīm al Samarqandi, *Tafsīr Al Samarqandi Al Musammā Bah'r Al 'Ulūm* (Bairūt: Dār al-Kutub al-'Ilmiyah, 1993).

²² Muhammad ibn jarīr al Ṭabary, *Jāmi' Al Bayān Fī Ta'wil Ayi Al Quran* (Bairūt: al Muassasah al risalah, 2000).

²³ Jarīr al Ṭabārī, *Jami' Al Bayān an Ta'wil Ayi AL Qur'an*.

²⁴ M. Alī al Ṣābunī, *Tafsīr Āyāt Al Ahkām Al Qurān Al Karīm* (Bairūt: Dār Ibn Abbud Al Buqai, 2004).

²⁵ Aby al fidā Ismā'il ibn Kathīr, *Tafsīr Al Quran Al Aẓym* (Damaskus: Dār al Khair, 1991).

²⁶ Abū Abd ALLah Muḥammad Ibn Aḥmad Ibn Abū Bakr Ibn Farh al Anṣari al Khazrajī Al and Andalusi al Qurtūbi, *Tafsīr Al Jami' Li Ahkām Al Quran Wa Al Mubayyin Limā Taḍammanahu Min Al Sunnah Wa Ayi Al Quran* (Kairo: Dār al Hadīth, 2002).

Rasulullah melarang bagi para wanita yang ditinggal oleh suaminya untuk meratapi kepergiannya melebihi dari jumlah hari di masa iddah, karena wanita dizaman jahiliyah juga melakukan iddah, meratap dan berdiam diri tanpa merias wajah, tidak memakai minyak wangi dan celak selama setahun. Rasulullah tidak menyukainya dan menganggap perbuatan yang berlebihan.²⁷

Ayat ini kemudian menjadi perselisihan mengenai terjadinya *nasakh* dan *mansukh* antara ayat ke 234 dan 240. Jika dilihat dari tartib turunnya ayat, maka yang turun terlebih dahulu adalah ayat yang ke 240, sehingga sebagian ulama mengatakan ini bukanlah *nasakh mansukh* melainkan keringanan masa iddah yang disamakan dengan salatunya orang musafir, sedangkan al Qurṭubi berpendapat sebaliknya, yakni adanya nasakh mansukh.²⁸ Jika dilihat dari sebab turunnya ayat ke 240 maka tidak ada hubungan sama sekali diantara keduanya, karena pada ayat ke 240 menjelaskan tentang barang wasiat suami kepada istri yang ditinggal mati. Ketika itu ada seorang laki-laki dari Madina yang melakukan perjalanan bersama dengan beberapa anak laki-laki dan perempuan serta kedua orang tua dan satu orang istri. Di tengah perjalanan suaminya meninggal dunia dan sang istri melaporkannya kepada Rasulullah. Pada saat itu pula Rasulullah membagikan harta peninggalan dari si suami kepada anak-anaknya tetapi tidak kepada istrinya, karena beliau memerintahkan untuk bersedekah dengan harta peninggalan suaminya selama satu tahun sebagai wasiatnya,²⁹ sehingga, kedua ayat tersebut tidak ada hubungan sama sekali. Surah al Baqarah ayat 240 berbicara tentang wasiat seorang suami yang memerintahkan istrinya bersedekah selama setahun. Sedangkan ayat ke 234 berbicara tentang masa iddah istri yang ditinggal mati suaminya.

Terdapat beberapa alasan adanya perintah Allah mengenai masa iddah, diantaranya adalah:

1. Tolok ukur kepatuhan secara *'ubudiyah* terhadap perintah Allah bagi para wanita yang beriman.
2. Menunjukkan keprihatinan dan kesedihan karena telah ditinggal mati suami sebagai bentuk pengakuan keutamaan dan kebaikan suami.
3. Jika iddah talak, maka masa iddah bertujuan untuk kesiapan perempuan dalam menempuh kehidupan berikutnya ketika menginginkan menikah kembali dengan orang lain.
4. Mengakui keagungan sebuah pernikahan, menyempurnakannya dengan penantian yang panjang bukan permainan yang hilang sesaat.³⁰

C. Hikmah al Tasyrik

Allah mewajibkan iddah bagi para wanita bertujuan untuk menjaga kemuliaan kekeluargaan, menjaga janji setia, sebagai bentuk kehati-hatian nasab. Sedangkan *iḥḍād* yang menghindari merias wajah adalah bentuk kesedihan, penghormatan atas pertalian suci antara suami dan istri serta pengakuan keutamaan suami. Pada masa jahiliyah para wanita

²⁷ Abi al Fidā Ismā'il ibn Katsir, *Tafsir Al Quran Al 'Azīm* (Bairut: Maktabah al Tijariyah, 1991).

²⁸ M. Alī al Ṣābunī, *Tafsir Āyāt Al Ahkām Al Qurān Al Karīm*.

²⁹ Al-Naisaburi, *Asbab Al-Nuzul*.

³⁰ M. Alī al Ṣābunī, *Tafsir Āyāt Al Ahkām Al Qurān Al Karīm*.

tidak berias, tidak memakai minyak wangi, tidak memotong kuku dan rambut selama setahun serta tidak berkumpul sama sekali dengan manusia, sehingga ketika habis masa setahun mereka terlihat kotor dan menjijikkan, mulut bau dan jelek. Bahkan orang-orang kerap melemparinya dengan batu karena dianggap seperti anjing.

Pensyariatatan iddah memiliki berbagai hikmah, di antaranya:

1. Menjaga kejelasan nasab dan kehormatan keturunan.
2. Memberi ruang bagi perempuan untuk berduka dan menata kembali kehidupan batinnya.
3. Menunjukkan penghormatan terhadap ikatan pernikahan.
4. Sebagai bentuk ketaatan ('ubudiyah) kepada perintah Allah SWT.³¹

Islam datang untuk menghapus praktik jahiliyah yang berlebihan dalam berkabung, menggantinya dengan aturan yang manusiawi dan bermartabat. Sedangkan pada masa Rasulullah, diperbolehkan untuk membersihkan diri bahkan dianjurkan secara agama karena merupakan syiar Islam. Diperbolehkan keluar rumah dan berkumpul dengan masyarakat terutama dengan sanak kerabat karena Allah sudah mengatur segalanya termasuk tata karma dalam bermasyarakat.³²

D. Iddah dalam Perspektif Psikologi Duka

Dalam penelitian psikologi yang kontemporer, duka (*grief*) dipahami sebagai reaksi emosional yang rumit terhadap kehilangan yang berarti, terutama kehilangan orang yang dicintai. Duka bukan sekadar tentang kesedihan, melainkan juga meliputi beragam reaksi mental seperti kebingungan mengenai identitas diri, kecemasan, isolasi sosial, hingga perubahan cara pandang terhadap kehidupan. Para ahli psikologi sepakat bahwa menjalani proses duka memerlukan waktu, tempat, serta kerangka kerja yang memungkinkan individu untuk beradaptasi dengan cara yang sehat terhadap kenyataan kehilangan. Jika proses ini tidak dilakukan dengan baik, duka dapat berubah menjadi masalah psikologis yang lebih berat, seperti duka yang rumit atau depresi yang berkepanjangan.³³

Dalam konteks ini, ketentuan masa iddah yang berlangsung selama empat bulan sepuluh hari sesuai dengan Surat Al-Baqarah ayat 234 memiliki hubungan yang penting dengan pemahaman psikologi duka saat ini. Iddah dipandang bukan hanya sebagai kewajiban hukum, tetapi juga sebagai periode peralihan psikologis yang bertujuan untuk mendukung perempuan dalam menjalani proses kehilangan secara bertahap. Masa iddah menetapkan waktu yang jelas, sehingga perempuan tidak terburu-buru untuk kembali menjalani peran sosial dan emosional yang baru sebelum proses penyesuaian diri mereka stabil.

Psikologi modern berpendapat bahwa salah satu unsur utama dalam proses berduka adalah pembentukan kembali identitas diri. Kehilangan pasangan hidup sering kali dapat menggoyang fondasi identitas, terutama bagi wanita yang dalam beberapa konteks sosial sangat terhubung dengan peran sebagai istri. Masa iddah memberikan peluang bagi wanita untuk menyusun kembali identitas pribadi dan sosial mereka tanpa adanya tekanan dari luar

³¹ Nur Saiful et al., "Hikmah Dan Rahasia Masa Idda Dalam Filosofis Hukum Islam" 6, no. 2 (2025): 10–20.

³² M. Alŷ al Šābunŷ, *Tafsir Āyāt Al Ahkām Al Qurān Al Karīm*.

³³ Andi Isnı Pujirana Marwah, Besse Muthmainnah, Indi Santalia, "Berduka Dalam Konteks Al Quran Dan Hadith" 8, no. 1 (2025): 1–18.

untuk cepat menikah lagi atau memenuhi tuntutan masyarakat. Dalam konteks ini, iddah berperan sebagai mekanisme perlindungan mental yang sesuai dengan prinsip *self-adjustment* dalam teori berduka yang modern.³⁴

Selain itu, masa iddah juga memiliki fungsi dalam menstabilkan emosi setelah mengalami kehilangan. Psikologi duka menyoroti seberapa pentingnya pengakuan terhadap emosi, yaitu memberikan kesempatan bagi seseorang untuk merasakan dan mengungkapkan kesedihan secara alami tanpa penolakan atau pelampiasan yang berlebihan. Dalam Islam, kesedihan tidak dilarang, tetapi diatur agar tidak sampai pada tingkat ekstrem yang merugikan. Aturan iddah, seperti larangan untuk berhias secara berlebihan selama masa iddah, dapat dipahami sebagai tanda kesadaran emosional dan penghormatan terhadap hubungan pernikahan, bukan sebagai bentuk pengekan terhadap ekspresi diri perempuan.³⁵

Konsep iddah bagi perempuan yang ditinggal wafat suaminya sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Baqarah ayat 234 memiliki aspek hukum serta kebijaksanaan psikologis dalam menangani kesedihan. Masa tunggu empat bulan sepuluh hari memberi orang waktu yang cukup untuk mengalami, memproses, dan mengintegrasikan kehilangan emosional mereka. Psikologi kontemporer menganggap duka sebagai proses adaptasi yang membutuhkan waktu dan tidak dapat diselesaikan segera. Oleh karena itu, "iddah berfungsi sebagai mekanisme pertahanan psikologis untuk mencegah pengambilan keputusan impulsif pada tahap awal kesedihan mendalam.³⁶

Selain itu, menurut Dual Process Model of Coping with Bereavement yang diusulkan oleh Stroebe dan Schut, orang yang mengalami kesulitan secara alami beralih antara orientasi pada pemulihan kehidupan (orientasi pemulihan) dan orientasi pada kehilangan (orientasi kehilangan). Struktur waktu iddah memungkinkan osilasi terjadi secara seimbang tanpa tekanan masyarakat untuk membangun hubungan baru segera. Melalui iddah, Islam secara tidak langsung mengatur ritme pemulihan emosional, sehingga proses adaptasi terhadap kehidupan setelah kehilangan lebih sehat dan terarah.³⁷

Selain itu, teori rekonstruksi makna menyatakan bahwa kehilangan pasangan seringkali menyebabkan krisis makna dalam hidup seseorang. Dalam konteks ini, iddah berfungsi sebagai ritual spiritual yang membantu individu merekonstruksi makna hidup melalui kesabaran, refleksi, dan kedekatan kepada Tuhan. Oleh karena itu, "iddah" tidak dapat dipahami semata-mata sebagai pembatasan sosial, tetapi sebagai intervensi psikospiritual yang selaras dengan temuan psikologi modern mengenai kebutuhan manusia dalam menghadapi duka dan kehilangan.³⁸

³⁴ Admin Maha, "Mengenal 5 Tahapan Berduka Atau Stages of Grief Menurut Kübler-Ross," *FPSI Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang* (Malang, n.d.).

³⁵ Al and Qurṭūbi, *Tafsīr Al Jami' Li Ahkām Al Quran Wa Al Mubayyin Limā Taḍammanahu Min Al Sunnah Wa Ayi Al Quran*.

³⁶ David Kesler Elisabeth Kubler Roos, *On Death and Deaying*, 1969.

³⁷ Margaret Stroebe and Henk Schut, "THE DUAL PROCESS MODEL OF COPING WITH BEREAVEMENT : RATIONALE AND DESCRIPTION" 1187 (2010), <https://doi.org/10.1080/074811899201046>.

³⁸ Buletin Psikologi, "Kajian Psikologis Kebermaknaan Hidup" 14 (2006): 115–35.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis tafsir terhadap QS. al-Baqarah [2]: 234, penelitian ini menegaskan bahwa ketentuan iddah bagi perempuan yang ditinggal wafat suaminya merupakan ajaran syariat yang memiliki dimensi hukum (tafsir ahkam) sekaligus nilai-nilai kemanusiaan yang mendalam. Penafsiran mufassir klasik menunjukkan bahwa masa iddah empat bulan sepuluh hari bersifat normatif dan mengikat, dengan tujuan utama menjaga kejelasan nasab, kehormatan perempuan, serta penghormatan terhadap ikatan pernikahan. Perbedaan pendapat ulama terkait detail hukum iddah tidak mengubah substansi bahwa iddah merupakan instrumen perlindungan, bukan pembatasan hak perempuan.

Penelitian ini menemukan bahwa praktik sosial yang sering dilekatkan pada iddah—seperti pembatasan aktivitas perempuan secara berlebihan—tidak sepenuhnya bersumber dari teks Al-Qur'an, melainkan dari konstruksi budaya dan penafsiran historis tertentu. Al-Qur'an sendiri menegaskan kebolehan bagi perempuan untuk kembali menjalani kehidupan sosial secara patut setelah masa iddah berakhir, sebagaimana termaktub dalam frasa *bi al-ma'rūf*. Hal ini menunjukkan bahwa iddah tidak dimaksudkan sebagai mekanisme pengucilan sosial, melainkan sebagai masa transisi yang proporsional dan bermartabat.

Dalam perspektif psikologi duka, masa iddah sejalan dengan kebutuhan psikologis individu yang mengalami kehilangan pasangan hidup. Iddah berfungsi sebagai ruang adaptasi emosional, rekonstruksi identitas, serta stabilisasi psikologis sebelum memasuki fase kehidupan berikutnya. Dengan demikian, integrasi pendekatan tafsir ahkam dan psikologi dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa iddah merupakan ketentuan syariat yang bersifat holistik, menggabungkan dimensi hukum, sosial, dan psikologis. Temuan ini diharapkan dapat memperkaya kajian tafsir Al-Qur'an kontemporer serta mendorong pemahaman dan praktik iddah yang lebih adil, humanis, dan kontekstual dalam kehidupan perempuan Muslim masa kini.

Daftar Pustaka

- Admin Maha. "Mengenal 5 Tahapan Berduka atau *Stages of Grief* Menurut Kübler-Ross." FPSI Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang. Malang, n.d.
- Al-Farmawi, Abd al-Hayyal. *Al-Bidāyah fī al-Tafsīr al-Mawḍūʿī*. Diterjemahkan oleh Suryan A. Jamrah dengan judul *Metode Tafsir Mawḍūʿī*. Jakarta: Grafindo Persada, 1996.
- Al-Naisaburi, Abi al-Hasan 'Ali ibn Ahmad al-Wahidi. *Asbāb al-Nuzūl*. Beirut: al-Maktabah al-Tsaqafah, 1991.
- Al-Qurṭubī, Abū 'Abd Allah Muḥammad ibn Aḥmad ibn Abū Bakr ibn Farḥ al-Anṣārī al-Andalusī. *Al-Jāmi' li Aḥkām al-Qur'ān wa al-Mubayyin limā Taḍammanahu min al-Sunnah wa Āy al-Qur'ān*. Kairo: Dār al-Ḥadīth, 2002.
- Al-Rāzī, Fakhr ad-Dīn Muḥammad ibn 'Umar ibn al-Ḥusayn ibn 'Alī al-Tamīmī. *Mafātīḥ al-Ghayb*. Beirut: al-Maktabah al-Tawfiqiyyah, n.d.
- Al-Samarqandi, Abū al-Layth Naṣr ibn Muḥammad ibn Aḥmad ibn Ibrāhīm. *Tafsīr al-Samarqandī al-Musammā Baḥr al-'Ulūm*. Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1993.

- Al-Ṣābūnī, Muḥammad ‘Alī. *Tafsīr Āyāt al-Aḥkām min al-Qur’ān al-Kaīm*. Beirut: Dār Ibn ‘Abbūd al-Buq‘ī, 2004.
- Auda, Jasser. *Maqasid al-Shariah as Philosophy of Islamic Law*. London: The International Institute of Islamic Thought, 2008.
- Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI. *Al-Qur’an dan Terjemahannya: Edisi Penyempurnaan*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, 2019.
- Buletin Psikologi. “Kajian Psikologis Kebermaknaan Hidup.” Vol. 14 (2006): 115–135.
- Ibn Kathīr, Abū al-Fidā’ Ismā‘īl ibn ‘Umar. *Tafsīr al-Qur’ān al-‘Azīm*. Beirut: Maktabah al-Tijāriyyah, 1991.
- . *Tafsīr al-Qur’ān al-‘Azīm*. Damaskus: Dār al-Khayr, 1991.
- Ibn Jarīr al-Ṭabarī, Muḥammad ibn Jarīr. *Jāmi‘ al-Bayān ‘an Ta’wīl Āy al-Qur’ān*. Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- . *Jāmi‘ al-Bayān fī Ta’wīl Āy al-Qur’ān*. Beirut: al-Mu’assasah al-Risālah, 2000.
- Kübler-Ross, Elisabeth, dan David Kessler. *On Death and Dying*. New York: Macmillan, 1969.
- Lexy J. Moleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002.
- Marwah, Andi Isni Pujirana, Besse Muthmainnah, dan Indi Santalia. “Berduka dalam Konteks Al-Qur’an dan Hadis.” Vol. 8, no. 1 (2025): 1–18.
- Rahman, Fazlur. *Islam and Modernity: Transformation of an Intellectual Tradition*. Chicago: University of Chicago Press, 1982.
- Saeed, Abdullah. *Interpreting the Qur’an: Towards a Contemporary Approach*. London: Routledge, 2006.
- Stroebe, Margaret, dan Henk Schut. “The Dual Process Model of Coping with Bereavement: Rationale and Description.” *Death Studies* (2010). <https://doi.org/10.1080/074811899201046>.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Nur Saiful, et al. “Hikmah dan Rahasia Masa Iddah dalam Filosofis Hukum Islam.” Vol. 6, no. 2 (2025): 10–20.