

[HOUSEHUSBANDS' ACCEPTANCE OF NEGATIVE SOCIETAL PERCEPTIONS]**PENERIMAAN *HOUSEHUSBAND* TERHADAP PERSEPSI NEGATIF
MASYARAKAT**NIK MUHAMMAD FARHAN BIN NIK DIN¹ZUL-KIFLI BIN HUSSIN²

Fakulti Pengajian Islam dan Sains Sosial, Universiti Sultan Azlan Shah (USAS)

Email: nikfarhan03@icloud.comReceived: 27th April 2025Accepted: 11th May 2025Published: 1st June 2025**ABSTRACT**

Household harmony is the primary goal for every couple seeking happiness in family life. Traditionally, the husband is responsible as the breadwinner, while the wife manages the household. However, in modern life, there has been a shift in the roles of husbands and wives. This change has led to various social implications, particularly for husbands who face negative stigma from society. Therefore, this study aims to analyze the coping approaches and emotional effects experienced by househusbands as a result of society's negative perceptions of their role. A qualitative approach with a phenomenological design was employed to explore the experiences of househusbands concerning emotional stress and coping strategies. Data were obtained through semi-structured interviews with four informants using purposive sampling and were subsequently analyzed using thematic analysis. The findings revealed that househusbands often experience emotional stress due to being labeled as lazy, irresponsible, and failing to fulfill their role as a husband. Nevertheless, they adapt through various means, such as ignoring criticism, focusing on family happiness, and receiving strong moral support from their wives. This study recommends further research to evaluate the psychological impact on wives who have househusbands as their partners.

Keywords: *Coping Approach, Emotional Stress, Househusband, Role Change, Social Stigma*

ABSTRAK

Keharmonian rumah tangga merupakan matlamat utama bagi setiap pasangan yang menginginkan kebahagiaan dalam kehidupan berkeluarga. Secara tradisionalnya, suami bertanggungjawab sebagai pencari nafkah dalam keluarga manakala isteri menguruskan rumah tangga. Namun, dalam kehidupan moden berlaku perubahan fungsi dalam peranan suami isteri. Perubahan ini telah menimbulkan pelbagai implikasi sosial, terutamanya bagi suami yang berdepan dengan stigma negatif daripada masyarakat. Oleh hal yang demikian, kajian ini bertujuan untuk menganalisis pendekatan daya tindak dan kesan emosi yang dialami oleh *househusband* akibat persepsi negatif masyarakat terhadap fungsinya. Pendekatan kualitatif dengan reka bentuk fenomenologi digunakan bagi meneroka pengalaman *househusband* berkaitan tekanan emosi dan pendekatan daya tindak yang digunakan. Data diperolehi melalui temu bual separa berstruktur bersama empat orang informan secara persampelan bertujuan, dan seterusnya dianalisis menggunakan kaedah analisis tematik. Hasil dapatan menunjukkan *househusband* sering mengalami tekanan emosi akibat dilabel sebagai pemalas, tidak bertanggungjawab dan gagal menjalankan peranan sebagai suami. Walau bagaimanapun, mereka menyesuaikan diri melalui pelbagai cara seperti mengabaikan tohmahan, memberi tumpuan kepada kebahagiaan keluarga, serta menerima sokongan moral yang kukuh daripada

isteri. Kajian ini mencadangkan agar kajian lanjutan dijalankan bagi menilai kesan psikologi terhadap golongan isteri yang memiliki pasangan *househusband*.

Kata kunci: *Coping Approach*, *Househusband*, Perubahan fungsi, Stigma Sosial, Tekanan Emosi

PENGENALAN

Keharmonian rumah tangga merupakan salah satu impian bagi pasangan yang menginginkan kebahagiaan, kestabilan dan kesejahteraan dalam kehidupan berkeluarga (Hasliza Talib, 2024). Menurut Nur Zahidah Jaapar & Raihanah Azahari (2011) kebahagiaan boleh dibahagikan kepada tiga unsur iaitu *al-Sakinah*, *al-mawaddah* (kasih sayang) dan *al-Rahmah* (belas kasihan). Ketiga-tiga unsur ini membawa makna yang sama, iaitu menuju kepada kebahagiaan dalam kehidupan berkeluarga. Bagi mencapai kebahagiaan dalam rumah tangga, pasangan suami dan isteri perlu memainkan peranan yang penting dalam memastikan matlamat dalam kehidupan berkeluarga tercapai. Salah satu aspek yang berkait rapat dengan kebahagiaan dalam rumah tangga ialah nafkah. Menurut Kamus Dewan Bahasa dan Pustaka (2005) nafkah bermaksud wang atau makanan dan lain-lain yang diperlukan untuk hidup, sara hidup, perbelanjaan dan lain-lain yang wajib diberikan oleh suami kepada isterinya. Tanggungjawab suami menafkahi isteri ini disebut dalam al-Quran surah An-Nisa' ayat 34:

Maksudnya: *“Kaum lelaki itu adalah pemimpin dan pengawal yang bertanggungjawab terhadap kaum perempuan, oleh kerana Allah telah melebihkan orang-orang lelaki (dengan beberapa keistimewaan) ke atas orang-orang perempuan, dan juga kerana orang-orang lelaki telah membelanjakan (memberi nafqah) sebahagian dari harta mereka.”*

Berdasarkan dalil tersebut, Islam menempatkan suami sebagai pihak yang bertanggungjawab ke atas kewajipan sebagai pemberi nafkah utama untuk isteri dan isteri sebagai penerima hak nafkah ke atas kewajipan suami. Pembahagian peranan ini bertujuan untuk memastikan keseimbangan dalam institusi kekeluargaan serta memelihara keharmonian rumah tangga. Allah telah menciptakan manusia lelaki dan perempuan sebagai suami isteri mengikut peraturan semesta untuk membangun alam ini. Antara tugas-tugas perempuan yang telah dijadikan Allah ialah mengandung, melahirkan, menyusu dan membela anak selaku hasil hubungan dengan lelaki. Manakala bagi suami Allah SWT meletakkan ke atas bahunya tugas mengadakan keperluan-keperluan rumah tangga dan tugas memberi perlindungan kepada isteri supaya dapat memberi tumpuan kepada tugas-tugas yang penting (Sayyid Qutb, 1972). Peranan ini selari dengan fitrah kejadian manusia. Wanita dikurniakan sifat semula jadi yang lemah lembut dan penyayang bagi menjalankan tugas keibuan. Oleh itu, wanita selayaknya diberi keutamaan dalam menjalankan tugas domestik dalam hal berkaitan rumah tangga. Manakala lelaki pula dipertanggungjawabkan dalam mencari nafkah dan perlindungan serta keselamatan kepada keluarga. Namun, dalam aspek penentuan nafkah Islam melihat kepada kemampuan suami kerana nafkah merupakan tanggungjawab yang wajib ke atas suami dan syarak tidak akan membebaskan seseorang dengan kewajipan di luar kemampuannya Zulkifli Mohamad Al-Bakri (2017). Secara tersiratnya, suami hendaklah berusaha bersungguh-sungguh mencari nafkah bagi menampung kehidupan keluarga dan tidak berharap kepada pendapatan isteri.

Lazimnya, tugas dan tanggungjawab lelaki di luar rumah mencari nafkah dan pendapatan keluarga. Sementara, isteri pula bekerja di dalam rumah bagi menjaga hal ehwal

rumah, anak dan suami (Siti Halimah Putung & Dg Hafizah Ag Basir, 2017). Namun, dalam realiti kehidupan moden berlaku perubahan fungsi dalam kalangan suami isteri. Isteri mengambil alih tugas sebagai pencari nafkah utama manakala suami sebagai pengurus rumah tangga sepenuh masa (Shikin Ali, 2013). Hal ini menjadi titik tolak disebabkan dengan kemunculan fenomena *househusband* sebagai satu paradigma baharu dalam menentukan pembahagian peranan fungsi dalam sesebuah institusi kekeluargaan (Rici Tria viona, 2021). Jeremy Adam Smith (2009) mendefinisikan *househusband* sebagai seorang suami yang memutuskan untuk menjadi pengurus rumah tangga dan penjaga utama anak-anak sementara isteri pula bekerja di luar rumah sebagai pencari nafkah. Secara tidak langsung hal ini mempunyai hubungkait dengan pertukaran peranan antara suami isteri. Menurut John Simpson dan Edmund Weiner (1989) dalam Oxford English Dictionary (OED) penggunaan terawal istilah *househusband* diketahui sejak 1850-an dengan bukti bertulis pertama muncul dalam karya E.A Leatham pada tahun 1858. Hal ini bermaksud, istilah ini mula muncul pada 1850 secara umum penggunaannya dan secara rasminya terdapat dalam OED pada 1858. Beberapa penulis turut menggunakan istilah yang berbeza bagi menggambarkan peranan ini. Misalnya, Nazhra Aulia Pramanada dan Adi Dinardinata (2018) menggunakan istilah *stay at home dad* manakala Luqman Fais Maulana (2023) dalam penulisannya menggunakan istilah *ayah rumah tangga*. Istilah-istilah ini menggambarkan perubahan peranan fungsi lelaki dalam institusi keluarga selaras dengan perubahan zaman.

Fenomena ini mula berkembang dengan meluas di seluruh pelusuk dunia pada abad ke-20 atas beberapa faktor. Pada ketika itu berlakunya perubahan sosial dan ekonomi yang ketara termasuk peningkatan penyertaan tenaga kerja wanita. Menurut Fatimah Ali (1996) tahap pendidikan isteri yang lebih tinggi menjadi salah satu faktor berlakunya fenomena ini. Sebahagian isteri lebih produktif daripada suami dari segi ekonomi menyebabkan isteri mempunyai kelayakan terlebih dahulu berbanding suami dalam pekerjaan. Seterusnya, menurut Muhammad Daffa Ramadhan & Muhammad Yassir (2023) COVID-19 juga merupakan salah satu faktor fenomena *househusband* semakin meluas. Pada ketika itu ramai suami kehilangan pekerjaan dan menghadapi kesukaran untuk mendapatkan semula pekerjaan baharu. Persaingan yang tinggi di pasaran kerja dan kekangan kelayakan menyukarkan peluang mereka untuk diterima kerja. Kesannya, sebahagian suami mengambil peranan sebagai suami rumah tangga sepenuh masa demi menyeimbangi keperluan keluarga. Namun, dalam konteks masa kini, perubahan peranan ini telah mencetuskan pelbagai reaksi termasuk stigma negatif terhadap suami yang memilih menjadi *househusband*. Golongan ini sering dilabel sebagai tidak bertanggungjawab, kurang berwibawa atau bergantung kepada isteri, sekali gus menjejaskan emosi dan mental mereka. Menurut May Lia Elfina (2015) tekanan sosial yang tinggi menyebabkan suami merasa rendah diri dan inferior. Dari sudut psikologi, suami yang menjadi *househusband* kerap mengalami tekanan emosi khususnya apabila kehilangan pekerjaan atau berdepan masalah kesihatan hingga menyebabkan mereka berasa tersisih dan kehilangan harga diri.

Dalam kes yang lebih serius, keadaan ini boleh membawa kepada kemurungan bahkan pembunuhan diri (Urfan Hilmi et al., 2023). Dalam penulisan-penulisan awal sama ada yang ditulis oleh Nazhra Aulia Pramanada & Adi Dinardinata (2018) tidak menyebut secara jelas pembahagian *househusband*. Namun berdasarkan pembacaan, *househusband* boleh dikategorikan kepada tiga jenis. Pertama, suami bekerja sepenuh masa di rumah sambil menjaga anak dan isteri keluar bekerja. Kedua, suami tidak bekerja disebabkan faktor-faktor tertentu seperti tahap pendidikan dan COVID-19. Ketiga, suami tidak memiliki pekerjaan tetap

dan perkahwinan ini berlangsung atas dasar persetujuan bersama seperti nikah misyar. Nikah misyar merupakan perkahwinan yang lengkap dari segi rukun dan syaratnya, bahkan terjadinya ikatan perkahwinan ini atas dasar suka sama suka. Isteri telah merelakan beberapa haknya dalam pernikahan ini antaranya hak nafkah, hak giliran atau tempat tinggal atau tidur bersama tidak dipenuhi oleh suaminya (Ahmad Syakir Mohd Nassuruddin & Mohd Zain Mubarak, 2024). Kajian ini hanya memfokuskan kepada suami yang tidak bekerja disebabkan faktor-faktor tertentu manakala isteri bekerja untuk menampung kehidupan keluarga. suami yang menjadi *househusband* sering kali mengalami tekanan emosi akibat pandangan negatif masyarakat terhadapnya. Oleh yang demikian, kajian ini bertujuan untuk menganalisis pendekatan daya tindak dan kesan emosi yang dialami oleh *househusband* akibat persepsi negatif masyarakat terhadap peranannya. Dengan adanya kajian ini, secara tidak langsung dapat mengetahui kesan stigma negatif masyarakat terhadap *househusband* dan pendekatan yang digunakan bagi memastikan dirinya sentiasa kuat dalam menghadapi tohmahan masyarakat.

SOROTAN KAJIAN

Bagi menjelaskan lagi keperluan dan kepentingan kajian ini, beberapa sorotan kajian lepas telah dilakukan bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih menyeluruh dan menyokong keperluan penyelidikan terhadap isu suami yang mengambil peranan sebagai *househusband* dalam konteks masyarakat moden.

Kajian yang dilakukan oleh Nazhra Aulia Pramanada & Adi Dinardinata (2018) yang bertajuk “Pengalaman Suami menjadi *Stay-At-Home Dad* pada Usia Dewasa Awal” dijadikan sebagai rujukan utama kerana kajian ini merupakan antara kajian terawal yang meneliti peranan suami sebagai pengurus rumah tangga di Indonesia. Hasil kajian mendapati bahawa peranan ini masih belum diterima secara meluas dalam masyarakat Indonesia yang memegang kuat kepada norma tradisional di mana lelaki dianggap sebagai pencari nafkah utama dalam keluarga. Kesannya, para suami yang memegang peranan ini sering kali terdedah dengan stigma sosial, dipandang rendah oleh masyarakat sekeliling dan turut mengalami tekanan psikologi seperti rasa terasing, rendah diri dan beban emosi. Selain itu, mereka juga berhadapan dengan cabaran lain seperti ketidakstabilan kewangan dan gangguan dalam hubungan suami isteri, terutamanya dari segi komunikasi dan pembahagian tugas harian.

Seterusnya, kajian oleh Urfan Hilmi et al., (2023) bertajuk “*The Shift in the Husband’s Leadership and its Consequences to Family Goals*” pula memberi tumpuan khusus terhadap perubahan kepimpinan dalam institusi keluarga apabila suami mengambil peranan domestik sepenuhnya. Kajian ini meneliti aspek psikologi dan sosiologi berkaitan perubahan tersebut, dan mendapati bahawa suami yang menjadi *househusband* sering mengalami konflik dalaman akibat kehilangan identiti sebagai ketua keluarga. Tekanan ini berpunca daripada jurang antara jangkaan sosial dan realiti peranan baharu yang mereka pikul. Akibatnya, ramai daripada mereka mengalami kemurungan, kehilangan harga diri dan sukar menyesuaikan diri dalam peranan yang sebelum ini dikaitkan dengan wanita. Kajian ini juga menekankan bahawa perubahan struktur kepimpinan dalam keluarga memberi kesan langsung terhadap hala tuju dan matlamat institusi keluarga, termasuk dari segi kestabilan emosi, hubungan antara pasangan dan perkembangan anak-anak.

Akhir sekali, kajian oleh Luqman Fais Maulana (2023) bertajuk “Ayah Rumah Tangga: Evolusi Maskulinitas di Era Modern”. Kajian ini mengupas berkenaan dengan peranan lelaki sebagai pengurus rumah tangga dalam era moden dengan pendekatan yang menyeluruh merangkumi tiga perkara iaitu sosial, psikologi dan ekonomi. Kajian ini meneliti bagaimana fenomena ini semakin berkembang seiring dengan perubahan zaman, terutamanya apabila ramai wanita mula terlibat dalam dunia kerjaya dan menjana pendapatan yang setara atau lebih tinggi berbanding suami. Walaupun terdapat peningkatan jumlah suami yang menjadi *househusband*, kajian ini menunjukkan bahawa suami yang menjadi *househusband* masih berusaha untuk mencari keseimbangan antara peranan tradisional dan peranan domestik moden. Masyarakat masih cenderung melihat peranan ini sebagai ‘luar biasa’ atau tidak normal menyebabkan tekanan luaran dan dalaman terhadap para suami. Tambahan pula, dari sudut ekonomi, ramai *househusband* turut merasa terancam dengan ketidakpastian masa depan kewangan mereka kerana bergantung sepenuhnya kepada pendapatan isteri.

Kesimpulannya, ketiga-tiga kajian yang disoroti menunjukkan bahawa peranan suami sebagai *househusband* bukan sahaja melibatkan perubahan tanggungjawab dalam rumah tangga, malah turut mengundang cabaran besar dari aspek psikologi, sosial dan ekonomi, terutamanya berkaitan tekanan emosi, konflik identiti serta ketidakseimbangan dalam hubungan kekeluargaan akibat peranan yang sering bertentangan dengan norma kebiasaan masyarakat. Walaupun fenomena ini semakin mendapat tempat dalam era moden, penerimaan masyarakat masih terhad dan terikat dengan persepsi tradisional terhadap peranan fungsi. Oleh hal yang demikian, kajian ini ditulis untuk meneliti secara mendalam aspek emosi yang dialami *househusband* serta mengisi kekosongan dalam kajian lepas yang kurang meneliti pendekatan daya tindak yang digunapakai *househusband*. Dapatan awal menunjukkan bahawa *househusband* berusaha menghadapi stigma masyarakat melalui pelbagai pendekatan seperti membina sokongan sosial, melibatkan diri secara aktif dalam pengasuhan anak, dan memaknai semula peranan mereka sebagai tanggungjawab yang mulia.

METODOLOGI KAJIAN

Menurut Ahmad Sunawari Long (2015) metodologi kajian merujuk kepada kaedah yang akan digunakan sama ada untuk mengumpul data atau menganalisis data. Perkara ini merujuk kepada pendekatan, kaedah dan strategi yang digunakan dalam kajian ini bagi memastikan objektif serta matlamat kajian dapat dicapai. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan reka bentuk penelitian fenomenologi. Menurut John W. Creswell (2013) pendekatan fenomenologi bertujuan untuk memahami pengalaman hidup individu atau kumpulan yang terlibat secara langsung dengan sesuatu fenomena. Pemilihan reka bentuk ini selaras dengan keperluan kajian kerana memberi tumpuan kepada pemahaman yang mendalam terhadap fenomena yang sedang berlaku dalam konteks semasa.

Dari segi pengumpulan data kajian ini menggunakan instrumen temu bual separa berstruktur sebagai kaedah utama bagi mengukuhkan lagi data yang dikemukakan. Temu bual ini membolehkan maklumat diperolehi secara langsung daripada informan mengenai pandangan, perasaan, dan pengalaman mereka berkaitan fenomena yang dikaji. Menurut Ahmad Sunawari Long (2015) Temu bual adalah kaedah secara langsung untuk mendapatkan maklumat berbentuk pandangan daripada informan. Dalam konteks kajian ini, empat orang informan dipilih secara persampelan bertujuan (*purposive sampling*) berdasarkan kriteria tertentu, antaranya suami yang mengambil peranan sebagai pengurus rumah tangga sepenuh

masa dan berhadapan dengan persepsi negatif masyarakat. Pemilihan informan secara bertujuan ini adalah selaras dengan pendekatan fenomenologi yang menekankan pemilihan individu yang mempunyai pengalaman langsung dengan fenomena yang dikaji (John W. Creswell, 2013). maklumat daripada informan berkaitan dengan penerimaan *househusband* terhadap persepsi negatif masyarakat perlu dilakukan bagi mendapatkan maklumat secara langsung dari informan.

Data yang diperoleh daripada temu bual akan dianalisis menggunakan kaedah analisis tematik. Menurut Braun dan Clarke (2006) analisis tematik melibatkan proses mengenal pasti, menganalisis, dan melaporkan tema dalam data. Proses ini merangkumi beberapa langkah, termasuk transkripsi data temu bual, pembacaan, pemahaman data secara mendalam, pengkodan data dan pembentukan tema-tema yang relevan. Dalam kajian ini, rakaman temu bual akan ditranskripsikan sepenuhnya untuk memastikan ketepatan data. Seterusnya, transkrip tersebut akan dianalisis secara mendalam bagi mengenal pasti tema-tema yang berkaitan dengan pengalaman *househusband* dalam menghadapi persepsi negatif masyarakat. Proses ini membantu dalam memahami makna yang mendalam daripada pengalaman informan dan seterusnya mencapai objektif kajian. Terdapat pelbagai perisian untuk penghasilan tema-tema. Namun, kajian ini memilih untuk mengeluarkan tema-tema secara konvensional tanpa menggunakan sebarang perisian. Kajian ini juga termasuk salah satu cara untuk mengeluarkan tema-tema dalam transkrip temu bual secara manual melalui pemahaman mendalam terhadap konteks perbualan dan penggunaan bahasa oleh informan.

Jadual 1 : Jadual Indeks Kod Data Temu Bual

KOD	KETERANGAN
IN1, 25/3/25, B1-2	IN1 adalah informan pertama, 25/3/25 merujuk kepada tarikh diadakan temu bual dan B1-2 merujuk kepada bilangan baris petikan diambil.

DAPATAN DAN PERBINCANGAN

Menurut Kamus Dewan Bahasa dan Pustaka (2005) istilah “dapatan” diertikan sebagai sesuatu yang didapati atau ditemui hasilnya daripada proses atau penyelidikan yang dijalankan seperti menyediakan laporan tentang beberapa kajian yang telah dikaji. Kajian ini telah menggunakan pendekatan temu bual separa berstruktur dan analisis dokumen sebagai kaedah utama bagi membentuk hasil dan dapatan kajian. Pengkaji telah melakukan temu bual terhadap empat orang informan yang berstatus *househusband* bagi mendapatkan data yang tepat berkaitan isu yang ingin diketengahkan iaitu stigma dan persepsi negatif masyarakat terhadap suami yang menjadi *househusband*. Hasil daripada temu bual mendapati bahawa suami yang menjadi *househusband* sama ada pilihan atau terpaksa masing-masing mengalami tekanan emosi akibat pandangan serong masyarakat yang menganggap mereka tidak bertanggungjawab atau gagal menjadi seorang suami. Kajian ini juga meneliti bahawa golongan suami yang mengambil peranan sebagai *househusband* ini cenderung mengaplikasikan pelbagai daya tindak (*coping*) dalam menghadapi tekanan emosi.

Oleh hal yang demikian, berdasarkan dapatan yang diperoleh daripada informan, pengkaji telah mengenalpasti tiga tema utama. Tema-tema ini muncul hasil daripada pengalaman, perasaan, dan pendekatan daya tindak yang dikongsi oleh informan dalam menjalani peranan sebagai *househusband*. Berikut dilampirkan tiga tema iaitu:

Jadual 2 : Tema

TEMA	SUBTEMA
Tekanan emosi dan psikologi	Rasa rendah diri, kemurungan dan tekanan.
Stigma dan pandangan negatif masyarakat.	Lelaki tidak bertanggungjawab, tidak sesuai dengan norma budaya
Pendekatan daya tindak (coping approach)	Meluahkan perasaan, pengabaian terhadap tohmahan.

1. Tekanan Emosi dan Psikologi

Emosi dan psikologi merupakan komponen utama dalam kesejahteraan manusia yang saling berkait rapat dengan kestabilan sosial, identiti diri, dan persekitaran. Emosi negatif yang berpanjangan seperti tekanan dan kemurungan boleh menjejaskan kesihatan mental seseorang dan menyebabkan kecelaruan dalam kehidupan harian (Richard S. Lazarus & Susan Folkman, 1984). Dalam konteks peranan fungsi, tekanan psikologi boleh meningkat apabila seseorang tidak lagi memenuhi jangkaan sosial atau melanggar norma tradisional seperti yang berlaku kepada suami yang memilih atau terpaksa untuk menjadi *househusband*. Tekanan emosi dan psikologi ini berkait rapat dengan lima objektif utama maqasid syariah iaitu pemeliharaan jiwa (*hifz al-nafs*) dan akal (*hifz al-aql*) bagi memastikan kesejahteraan individu (Mohamad Aniq Aiman Alias et al., 2024)

Berdasarkan temu bual yang dijalankan, didapati bahawa *househusband* sering kali menghadapi tekanan emosi yang tinggi akibat peralihan peranan tradisional. Keempat-empat informan menyatakan mereka sering berdepan perasaan rendah diri, tekanan, serta stigma sosial yang membawa kepada kemurungan. Seperti dinyatakan IN1:

“Tipulah kalau saya cakap tak tertekan. Mesti akan tertekan.” (IN1, 25/3/25, B65)

Tekanan ini timbul bukan sahaja kerana kehilangan peranan sebagai pencari nafkah utama dalam keluarga, tetapi juga kerana terpaksa menjalankan tugas domestik yang sering dikaitkan dengan wanita. Menurut James R. Mahalik & Robert J. Cournoyer (2000) lelaki yang menghadapi konflik peranan jantina cenderung mengalami simptom kemurungan kerana merasakan kehilangan kawalan terhadap peranan tradisional mereka. Situasi ini dapat dijelaskan melalui *Teori Gender Role Strain* oleh Joseph Pleck (1981) yang menyatakan bahawa lelaki akan mengalami tekanan psikologi apabila mereka gagal memenuhi norma tradisional lelaki dalam budaya mereka. Konflik ini dikenali sebagai *role strain* atau *distress role conflict* kerana boleh menjejaskan identiti diri serta kestabilan emosi individu. Kajian oleh James R. Mahalik et al., (2003) turut mendapati bahawa lelaki yang terlalu bergantung kepada

norma maskuliniti sukar untuk menyesuaikan diri dalam konteks sosial yang berubah dan lebih mudah mengalami kemurungan apabila hilang peranan dominan. Lebih membimbangkan, tekanan yang tidak terkawal boleh menyebabkan tindak balas ekstrem. Sebagaimana dinyatakan oleh IN2 dan IN3:

“Waktu tu depression sikit ada nyaris macam nak ambil pisau nak pergi serang orang sebab saya tak dapat kawal emosi, stress sangat.” (IN2, 25/4/25, B156–157)

“...saya pernah fikir nak bunuh diri. Masa tu dah ikat tali apa semua dah memang tak boleh nak *control* diri. Allah masih sayang saya kebetulan isteri saya balik kerja awal dia sempat halang saya laa...” (IN3, 27/4/25, B281-282)

Kenyataan ini menunjukkan gambaran tekanan emosi melampau yang dialami *househusband*, selaras dengan Model Tekanan-Ketahanan (*Stress-Resilience Model*) oleh Luthar et al., (2000) yang menegaskan bahawa individu yang gagal membina daya tahan psikologi (*psychological resilience*) terhadap tekanan akan lebih cenderung mempamerkan tingkah laku negatif seperti mencederakan diri atau orang lain. Sokongan emosi yang rendah daripada pasangan dan keluarga boleh memperburukkan keadaan seperti yang dibuktikan dalam kajian oleh Hilwa Abdullah @ Mohd Nor dan Nor Asyirah Hamidi, (2019) mengenai sokongan sosial sebagai pelindung kepada kemurungan dalam kalangan lelaki. Tambahan pula, Dalam kajian oleh Siti Zaiton Mohd Ajis et al., (2021) lelaki secara tidak langsung dianggap sebagai penampung dalam memimpin keluarga serta komuniti sosial dan negara. Norma ini secara tidak langsung membentuk satu persepsi tanggungjawab lelaki yang mempengaruhi persepsi mereka terhadap peranan jantina. Apabila seseorang keluar daripada peranan tradisional ini, tindakan tersebut boleh dianggap tidak sesuai dan memalukan. Maka, jelaslah bahawa tekanan emosi yang dialami oleh *househusband* merupakan simptom psikologi yang kompleks berpunca daripada pertembungan antara tanggungjawab keluarga dan tekanan daripada masyarakat yang masih menolak peranan ini dalam institusi rumah tangga.

2. Stigma dan Pandangan Negatif Masyarakat

Stigma sosial ini merujuk kepada proses pelabelan, stereotaip, pemisahan, kehilangan status, dan diskriminasi terhadap individu atau kumpulan yang dianggap menyimpang daripada norma masyarakat Bruce G. Link & Jo C. Phelan (2001). Dalam konteks sosial, pandangan negatif masyarakat terhadap sesuatu kelompok lazimnya berpunca daripada ketidaksefahaman, keengganan menerima perubahan budaya atau pemikiran tradisional yang terlalu lama. Golongan *househusband* merupakan antara kelompok yang sering berdepan dengan tekanan stigma masyarakat kerana mereka dilihat mencabar norma kebiasaan yang telah lama dibentuk dalam masyarakat terdahulu. Mereka sering dianggap gagal dalam memenuhi hak sebagai seorang suami apabila menyerahkan tanggungjawab mencari nafkah kepada isteri. Tanggapan ini menjadikan mereka berdepan dengan pelbagai spekulasi dan label negatif seperti pemalas, tidak berguna dan tidak bertanggungjawab. Akhirnya, memberi gangguan kepada emosi mereka IN3 berkongsi pengalamannya yang sering dipandang rendah oleh jiran hanya kerana menguruskan rumah tangga sepenuh masa:

“...diorang kutuk saya laa diorang cakap saya ni biawak hidup, saya ni pemalas, lepastu saya ni lelaki tak guna.” (IN3, 27/4/25, B217-218).

Hal ini dapat dijelaskan menerusi *Labeling Theory* yang dikemukakan oleh Howard S. Becker (2008). Menurut beliau, apabila seseorang diberi label negatif oleh masyarakat, individu tersebut cenderung untuk menerima label tersebut yang pada akhirnya mempengaruhi tingkah laku mereka. Dalam konteks ini, *househusband* yang sering dilabel sebagai lelaki yang tidak bertanggungjawab dan tidak berguna sering mengalami tekanan emosi. Teori ini turut disokong oleh kajian Erving Goffman (2009) yang menegaskan bahawa stigma sosial mempunyai kesan besar terhadap pembentukan identiti seseorang serta menyebabkan individu merasa terasing atau malu terhadap diri sendiri. Kajian oleh Siti Zaiton Mohd Ajis et al., (2021) mendapati bahawa masyarakat Malaysia masih terikat kepada persepsi tradisional yang memandang lelaki sebagai ketua keluarga yang wajib menyediakan keperluan asas seperti tempat tinggal, makanan dan perlindungan kepada isteri dan anak-anak. Hal ini disokong oleh Nuria Astagini dan Fitriyah Nurhidayah (2017) yang turut menyatakan suami mengambil alih tanggungjawab rumah tangga sementara isteri bekerja adalah sesuatu yang jarang ditemui dan kurang diterima. Maka jelaslah bahawa, pertukaran peranan ini di Malaysia masih terikat dengan sempadan tradisional yang sukar ditembusi oleh pendekatan baharu seperti peranan suami sebagai pengurus rumah tangga.

3. Pendekatan Daya Tindak (*Coping Approach*)

Dalam menghadapi tekanan emosi dan stigma sosial yang melanda peranan mereka sebagai *househusband*, pengkaji melihat golongan suami telah mengaplikasikan pelbagai pendekatan daya tindak (*coping approach*) bagi mengekalkan kestabilan emosi dan psikologi untuk memastikan kebahagiaan rumah tangga. Antara pendekatan utama yang digunakan termasuklah meluahkan perasaan kepada pasangan, mendekatkan diri kepada Allah, serta mengabaikan pandangan negatif masyarakat. Pendekatan ini sejajar dengan Model *Coping* oleh Richard S. Lazarus dan Susan Folkman (1984) yang membahagikan pendekatan daya tindak kepada dua bentuk utama iaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Dalam konteks ini, dapatan yang diperoleh menunjukkan bahawa mereka lebih cenderung kepada *emotion-focused coping*, iaitu pendekatan yang memberi tumpuan kepada pengurusan emosi daripada menukar situasi. Sebagaimana yang dinyatakan oleh salah seorang IN2:

“Tapi bila duk fikir-fikirkan balik, daripada kita pening kepala marah sana marah sini kan, aaa baik saya fokus untuk *family* saya sahaja. So apapun yang orang cakap saya buat tak tahu je, asalkan apa yang saya buat ni dapat *happykan* saya punya *family*.” (IN2, 25/4/2025, B144-146)

Dapatan ini menunjukkan bagaimana informan memilih untuk mengabaikan tekanan luaran dan memberi tumpuan kepada nilai kekeluargaan sebagai sumber kekuatan. Pendekatan ini selari dengan kajian oleh Shelley E. Taylor et al., (2000) yang menjelaskan bahawa sokongan sosial dan hubungan emosi yang rapat dalam keluarga mampu mengurangkan kesan stress terhadap individu. Selain itu, kebergantungan kepada agama juga menjadi pendekatan yang signifikan dalam kalangan *househusband*. IN4 menyatakan:

“Prinsip saya senang je ikut hati mati, ikut rasa binasa tu je. Selalu saya akan istighfar banyak-banyak, ambil wudhu’ lepastu solat sunat. Dia Pencipta kita, Dia Maha mengetahui segalanya, hanya pada Dia saya berserah.” (IN4, 29/4/2025, B336-338)

Pendekatan ini memperlihatkan daya ketahanan spiritual yang menurut Kenneth I. Pargament (1997) merupakan bentuk *religious coping* yang membantu individu menghadapi tekanan hidup dengan menyerahkan urusan kepada Allah. Dalam Islam, konsep tawakal dan istikharah juga menekankan penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah SWT selepas berusaha sebaik mungkin. *Househusband* juga menunjukkan tahap ketahanan psikologi yang tinggi dengan berusaha sedaya upaya untuk bangkit dan pulih daripada tekanan hidup. Luthar et al., (2000) menjelaskan bahawa individu dengan ketahanan psikologi yang tinggi mampu menyesuaikan diri walaupun berdepan dengan tekanan yang melampau. Dalam kajian ini, kecekan *househusband* lahir daripada rasa tanggungjawab terhadap keluarga, khususnya anak-anak, yang menjadi motivasi dalaman untuk terus tabah menghadapi cabaran. Tambahan pula, sokongan pasangan dilihat sebagai elemen paling berkesan dalam membantu *househusband* mengatasi tekanan. Menurut James C. Coyne dan Anita DeLongis (1986) sokongan emosi daripada pasangan dapat memperkukuh kestabilan psikologi dan menurunkan tahap kebimbangan. Dapatan kajian ini turut menyokong kenyataan tersebut apabila IN3 mengatakan:

“Individu yang paling penting bagi saya isteri saya sendiri dia bagi motivasi yang sangat besar kepada saya.” (IN3, 27/4/2025, B304-305)

Kenyataan ini membuktikan bahawa sokongan isteri sangat signifikan dalam memberikan ketenangan dan kelegaan kepada suami yang mengambil peranan sebagai *househusband*. Secara keseluruhannya, pendekatan daya tindak yang dibangunkan oleh *househusband* dalam kajian ini menampilkan gabungan antara pengurusan emosi, spiritual, dan sokongan sosial yang efektif. Perkara ini telah membuktikan dengan adanya jaringan sokongan yang kukuh dan kekuatan dalaman suami juga mampu menangani tekanan psikososial dengan berkesan walaupun berdepan dengan norma budaya yang masih belum menerima sepenuhnya pertukaran peranan ini dalam institusi kekeluargaan.

Berdasarkan ketiga-tiga tema tersebut jelaslah bahawa perubahan peranan tradisional suami sebagai pengurus rumah tangga telah mencetuskan pelbagai kesan psikososial khususnya dalam aspek emosi dan mental. Suami yang mengambil peranan sebagai *househusband* dilihat sering berdepan dengan pelbagai stigma negatif oleh masyarakat yang pada akhirnya membawa kepada tekanan emosi dan tindakan ekstrem. Hal ini sejajar dengan *Teori Gender Role Strain* yang menyatakan bahawa kegagalan memenuhi norma jantina boleh mencetuskan konflik dalaman yang serius. Dalam kajian ini, hampir semua informan menyatakan mereka pernah mengalami kemurungan, tekanan, dan mempunyai keinginan untuk mencederakan diri. Selain itu, label sebagai pemalas, tidak bertanggungjawab dan gagal menjalankan tugas sebagai suami juga merupakan salah satu punca yang turut menyumbang kepada perkara ini. Hal ini dapat dijelaskan melalui *Labeling Theory* yang menyatakan bahawa seseorang yang dilabel secara negatif cenderung untuk menerima dan menginternalisasikan label tersebut. Walau bagaimanapun, terdapat pelbagai usaha daripada *househusband* untuk menangani tekanan emosi ini melalui pendekatan daya tindak (*coping approach*) yang pelbagai. Antaranya, meluahkan perasaan kepada pasangan, mengabaikan pandangan negatif masyarakat dan mendekatkan diri kepada Allah sebagai sumber ketenangan. Maka jelaslah bahawa peranan sebagai *househusband* memberikan kesan yang mendalam terhadap kesihatan emosi dan psikologi suami bukan sahaja melibatkan cabaran dalam rumah tangga, tetapi pergelutan dalaman terhadap perubahan fungsi mereka.

PANDANGAN PENGKAJI TERHADAP *HOUSEHUSBAND*

Berdasarkan analisis menyeluruh terhadap data temu bual, didapati bahawa menjadi *househusband* merupakan cabaran psikososial yang kompleks, melibatkan peralihan peranan fungsi yang signifikan. Fenomena ini sering dikaitkan dengan tekanan emosi akibat konflik pertukaran peranan, perasaan rendah diri dan stigma sosial terhadap lelaki yang tidak bekerja. Kajian terdahulu turut menyokong dapatan ini dengan menunjukkan bahawa lelaki yang menyimpang daripada norma tradisional cenderung mengalami tekanan psikologi yang lebih tinggi (James R. Mahalik et al., 2003). Meskipun mereka menunjukkan kebolehsuaian dan keupayaan menyesuaikan diri melalui pendekatan daya tindak seperti sokongan pasangan dan pendekatan spiritual, terdapat kebimbangan jika peranan ini dijadikan sebagai norma atau pilihan tetap dalam sesebuah institusi kekeluargaan. Peranan sebagai *househusband* perlu difahami sebagai penyesuaian bersifat sementara dalam keadaan tertentu seperti kehilangan pekerjaan, sakit atau keperluan untuk menjaga anak. Faktor-faktor ini tidak boleh dijadikan sebagai alasan untuk bergantung kepada isteri secara pasif.

Dalam hal ini, meskipun isteri menanggung nafkah dan suami sebagai *househusband*. *Qawwam* tetap menjadi milik suami bukan isteri. Konsep *qawwam* dalam Islam menekankan bahawa kepimpinan dan tanggungjawab utama dalam keluarga tetap berada di bawah tanggungjawab suami sebagaimana yang ditegaskan dalam Surah an-Nisa' ayat 34. Walaupun berlaku perubahan dari segi ekonomi suami tidak boleh melepaskan peranan kepimpinan spiritual, emosi, dan moral dalam keluarga. Hal ini bermaksud walaupun isteri menanggung perbelanjaan buat sementara waktu peranan utama dalam membuat keputusan dan menjaga kesejahteraan keluarga tidak sewajarnya dialihkan kepada isteri. Dalam hal ini, suami harus tetap berperanan secara aktif sebagai pelindung dan pembimbing keluarga, tidak sekadar mengambil pendekatan menyerah atau pasif terhadap peranan yang diamanahkan oleh agama.

Islam menegaskan bahawa suami ialah pemimpin dalam keluarga yang bertanggungjawab terhadap kesejahteraan isteri dan anak-anak. Hal ini kerana dalam al-Quran menyebutkan bahawa:

Maksudnya: “....dan kewajipan bapa pula ialah memberi makan dan pakaian kepada ibu itu menurut cara yang sepatutnya....”(Surah al-Baqarah, 2:233).

Dalil ini menegaskan bahawa tanggungjawab untuk menyediakan nafkah kepada isteri adalah kewajipan utama bagi seorang suami. M.Abdul Ghoffar E.M et al., (2004) dalam kitab Ibnu Kathir yang diterjemah mentafsirkan seorang ayah wajib memberikan nafkah dan pakaian kepada ibu bayi yang menyusu dengan cara yang ma'ruf, iaitu sesuai dengan kebiasaan yang berlaku bagi mereka di negara mereka masing-masing dengan tidak berlebih-lebihan atau juga terlampau kurang sesuai dengan kemampuan dan kemudahan yang dimiliki oleh ayah si bayi.

Dalam konteks ini, suami yang memilih untuk tidak berusaha mencari rezeki sedangkan dirinya mampu dari segi fizikal dan mental telah mengabaikan amanah yang ditetapkan oleh Allah SWT. Tambahan pula, kajian oleh Siti Zaiton Mohd Ajis et al., (2021) menunjukkan bahawa lelaki dalam masyarakat Melayu masih mengaitkan harga diri mereka dengan keupayaan menyara keluarga. Peranan sebagai *househusband* dalam keadaan tertentu dilihat boleh diterima secara bersyarat. Namun, sebagai suami tidak seharusnya merasa selesa dalam peranan tersebut tanpa berikhtiar. Sebaliknya, suami perlu terus berusaha mencari rezeki

kerana ini adalah sebahagian daripada kewajipan yang telah ditetapkan oleh agama Islam dan tugas sebagai seorang suami adalah memberi nafkah, memimpin serta melindungi keluarga.

Dalam hal ini, terdapat segelintir suami yang menjadikan keupayaan isteri bekerja sebagai alasan untuk menarik diri sepenuhnya daripada tanggungjawab mencari nafkah. Mereka bukan sahaja tidak menyumbang secara ekonomi bahkan enggan memainkan peranan aktif dalam memastikan kebajikan keluarga terjaga. Sikap sebegini bukan sahaja bertentangan dengan konsep *qawwam* dalam Islam malah mengundang ketidakstabilan dalam institusi kekeluargaan. Sikap penolakan terhadap *househusband* yang menyerahkan sepenuhnya tanggungjawab kepada isteri dapat dilihat dalam contoh berikut:

“Kamu mahu keluar, mahu bekerja? Silakan, tetapi kamu yang tanggung perbelanjaan anak-anak. Ada lelaki yang memang bersikap seperti ini – dia berkata kepada isterinya: aku mahu berehat, jika kamu perlukan apa-apa, hubungi ayah, ibu, atau saudara-mara...” (Jum’ah Salih Al-Kurdi, 2017).

Ungkapan ini menggambarkan dengan jelas bentuk kebergantungan pasif dan sikap lepas tangan yang bertentangan dengan prinsip kepimpinan lelaki dalam Islam. Dalam situasi ini, suami bukan sahaja gagal memainkan peranannya sebagai pelindung dan penyara, tetapi melepaskan seluruh beban tanggungjawab kepada isteri. Lebih membimbangkan ada yang mengarahkan isteri untuk bergantung kepada pihak luar seperti ibu bapa atau saudara-mara, sekaligus menunjukkan keengganan suami untuk berfungsi sebagai pemimpin keluarga. Perbuatan ini bukan sahaja mencemarkan maruah suami sebagai ketua keluarga, malah mewujudkan tekanan emosi dan beban berganda ke atas isteri, yang terpaksa memainkan dua peranan serentak sebagai pencari nafkah dan pengurus rumahtangga. Hal ini secara tidak langsung menyalahi fitrah dan perintah agama yang menetapkan suami sebagai pihak yang bertanggungjawab sepenuhnya terhadap nafkah dan kebajikan keluarganya. Oleh itu, meskipun terdapat keperluan mendesak yang membolehkan suami mengambil peranan sebagai *househusband* untuk sementara, kelonggaran tidak tidak seharusnya dijadikan justifikasi untuk berlepas tangan dan menukar peranan secara mutlak. Sebaliknya, peranan itu harus disertai dengan rasa tanggungjawab, kesedaran untuk kembali memikul amanah, serta keinsafan bahawa *qawwam* tetap milik suami, bukan isteri.

KESIMPULAN

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini memperlihatkan bahawa peranan *househusband* merupakan satu bentuk penyesuaian sosial yang mencabar norma tradisional masyarakat Malaysia yang masih mengekalkan persepsi lelaki sebagai pencari nafkah utama. Kajian ini membuktikan bahawa suami yang mengambil peranan sebagai pengurus rumah tangga sepenuh masa sering berhadapan dengan tekanan emosi dan rasa rendah diri disebabkan oleh stigma sosial yang memberi kesan terhadap kestabilan psikologi mereka. Persepsi masyarakat yang melabel mereka sebagai pemalas dan tidak bertanggungjawab telah menjejaskan keyakinan diri serta kesihatan mental golongan ini. Namun begitu, kajian ini juga menunjukkan bahawa *househusband* memiliki keupayaan daya tindak yang baik dalam menghadapi cabaran tersebut. Pendekatan daya tindak seperti pengabaian terhadap tohmahan, fokus kepada kebahagiaan keluarga, sokongan moral daripada isteri serta kekuatan spiritual menjadi mekanisme penting dalam mengekalkan ketahanan psikologi. Pendekatan ini sejajar dengan konsep *emotion focused coping* dan *religious coping* yang membantu individu menghadapi tekanan secara dalaman. Walau bagaimanapun, peranan *househusband* tidak seharusnya dijadikan norma

kekal dalam institusi keluarga Islam. Sebaliknya perlu difahami *househusband* sebagai salah satu bentuk penyesuaian bersifat sementara yang berpunca daripada faktor luar seperti kehilangan pekerjaan atau keperluan menjaga anak. Konsep *qawwam* dalam Islam tetap meletakkan suami sebagai pemimpin dan pelindung keluarga dan kewajiban memberi nafkah kekal sebagai tanggungjawab utama suami. Oleh itu, meskipun masyarakat wajar bersikap lebih terbuka terhadap perubahan struktur keluarga moden prinsip asas kepemimpinan lelaki dalam keluarga perlu terus dikekalkan sebagaimana yang dituntut oleh syariat.

RUJUKAN

- Ahmad Sunawari Long. (2015). *Metodologi Penyelidikan Pengajian Islam*. UKM Press.
- Ahmad Syakir Mohd Nassuruddin, Mohd Zain Mubarak, Zulfaqar Mamat, & A'inaa Iyana Amanina Mohd Zaim. (2024). Konsep Hiyāl dalam Perkahwinan: Satu Tinjauan Awal. *rabbanica*, 5(2), 133–149.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bruce G. Link & Jo C. Phelan. (2001). Conceptualizing Stigma. *Annual Review of Sociology*, 27, 363–385.
- Dewan Bahasa dan Pustaka. (2005). *Kamus Dewan* (4th ed.). Dewan Bahasa.
- Erving Goffman. (2009). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Simon and Schuster.
- Fatimah Ali. (1996). Pandangan Islam Terhadap Wanita Bekerja. *Jurnal Usuluddin*, 3, 157–190.
- Hasliza Talib. (2024, July 23). Kepentingan Nafkah dalam Membina Keluarga Bahagia. *Ikram*. <https://ikram.org.my/kepentingan-nafkah-dalam-membina-keluarga-bahagia/>
- Hilwa Abdullah @ Mohd Nor & Nor Asyirah Hamidi. (2019). Sokongan Sosial Dan Penghargaan Kendiri Sebagai Petunjuk Kemurungan Dalam Kalangan Mahasiswa Insituti Pengajian Tinggi (IPT). *Jurnal Sultan AlaudinSulaiman Shah*, 6(2), 58–70.
- Howard S. Becker. (2008). *Outsiders*. Simon and Schuster.
- James C. Coyne & Anita DeLongis. (1986). Going beyond social support: The role of social relationships in adaptation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 454–460. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.54.4.454>
- James R. Mahalik, Benjamin D. Locke, Larry H. Ludlow, Matthew A. Diemer, Ryan P. J. Scott, Michael Gottfried, & Gary Freitas. (2003). Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory. *Psychology of Men & Masculinity*, 4(1), 3–25. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.4.1.3>
- James R. Mahalik & Robert J. Cournoyer. (2000). Identifying gender role conflict messages that distinguish mildly depressed from nondepressed men. *Psychology of Men & Masculinity*, 1(2), 109–115. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.1.2.109>
- Jeremy Adam Smith. (2009). *The Daddy Shift: How Stay-at-home Dads, Breadwinning Moms, and Shared Parenting are Transforming the American Family*. Beacon Press.
- John Simpson & Edmund Weiner. (1989). *Oxford English Dictionary* (2nd ed., Vol. 7). Clarendon Press Oxford. <http://archive.org/details/OXD1989ENEN>
- John W. Creswell. (2013). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*. SAGE.
- Joseph H. Pleck (with MIT Press). (1981). *The myth of masculinity*. Cambridge, Mass. : MIT Press. http://archive.org/details/mythofmasculinit00plec_0
- Jum'ah Salih Al-Kurdi. (2017). *Kepimpinan Lelaki ke atas Wanita dalam Kitab-kitab Tafsir* [Master]. Universiti Qatar.
- Kenneth I. Pargament. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. Guilford Press.
- Luqman Fais Maulana. (2023). Ayah Rumah Tangga: Evolusi Maskulinitas di Era Modern. *Journal of Feminism and Gender Studies*, 3(3), 169–185.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- M.Abdul Ghoffar E.M, Abdurrahim Mu'thi, & Abu Ihsan Al-Atsari. (2004). *Tafsir Ibnu Katsir* (Vol. 1). Pustaka Imam asy-Syafi'i.

- May Lia Elfina. (2015). *Studi fenomenologi: Penerimaan Diri Pada Stay At Home Dad* [Degree]. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Mohamad Aniq Aiman Alias, Mohd Rushdan Mohd Jailani, Wan Abdul Fattah Wan Ismail, & Ahmad Syukran Baharuddin. (2024). The Integration of Five Main Goals of Shariah in The Production of Science and Technology for Human Well-Being. *AL-MAQASID: The International Journal of Maqasid Studies and Advanced Islamic Research*, 5(1), 1–16. <https://doi.org/10.55265/al-maqasid.v5i1.79>
- Muhammad Daffa Ramadhan & Muhammad Yassir. (2023). Istri Sebagai Pencari Nafkah Utama Dan Dampaknya Dalam Keluarga Perspektif Dalam Hukum Islam (studi Kasus Kehidupan Keluarga Wirausaha Di Kelurahan Sepinggian Kota Balikpapan, Kalimantan Timur). *Rio Law Jurnal*, 4(1), 187–198. <https://doi.org/10.36355/rlj.v4i1.1065>
- Nazhra Aulia Pramanada & Adi Dinardinata. (2018). Pengalaman Suami Menjadi Stay-at-Home Dad Pada Usia Dewasa Awal (sebuah Studi Kualitatif Fenomenologis Dengan Interpretative. *Jurnal Empati*, 7(2), 341–350.
- Nur Zahidah Hj Jaapar & Raihanah Azahari. (2011). Model Keluarga Bahagia Menurut Islam. *Jurnal Fiqh*, 8(1), 25–44. <https://doi.org/10.22452/fiqh.vol8no1.2>
- Nuria Astagini & Fitriyah Nurhidayah. (2017). Hiperrealitas Sosok Suami Tenaga Kerja Wanita (TKW) Dalam Sinetron Dunia Terbalik Di RCTI. *Widyakala*, 4(2), 60–69. <https://doi.org/10.36262/widyakala.v4i2.58>
- Richard S. Lazarus & Susan Folkman. (1984b). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Rici Tria viona. (2021). *Fenomena Bapak Rumah Tangga (stay at Home Dad) (studi Kasus 5 Keluarga Brt Di Kota Pariaman)* [Sarjana]. Universitas Andalas.
- Sayyid Qutb. (1972). *Fi Zilal al-Quran* (Vol. 1). Dar al-Syuruk.
- Shelley E. Taylor, Laura Cousino Klein, Brian P. Lewis, Tara L. Gruenewald, Regan A. R. Gurung, & John A. Updegraff. (2000). Biobehavioral responses to stress in females: Tend-and-befriend, not fight-or-flight. *Psychological Review*, 107(3), 411–429. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.107.3.411>
- Shikin Ali. (2013). *Satu Kajian Persepsi Isteri Dalam Novel Dan Masyarakat Melayu* [Sarjana]. National University of Singapore.
- Siti Halimah Putung & Dg Hafizah Ag Basir. (2017). Penglibatan Suami Dalam Kerja-Kerja Rumah Tangga: Kajian Kes Di Sabah. *Jurnal Fiqh*, 14(1), 1–26. <https://doi.org/10.22452/fiqh.vol14no1.1>
- Siti Zaiton Mohd Ajis, Arina Anis Azlan, & Emma Mohamad. (2021). Pembangunan Indikator Kesejahteraan Lelaki di Malaysia Melalui Perspektif Komunikasi Intrapersonal: Analisis Faktor Penerokaan. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 37(4), 199–219. <https://doi.org/10.17576/JKMJC-2021-3704-12>
- Suniya S. Luthar, Dante Cicchetti, & Bronwyn Becker. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Urfan Hilmi, Idzam Fautanu, Nandang Najmudin, & Badri Khaeruman. (2023). The Shift in the Husband's Leadership and Its Consequences to Family Goals. *Jurnal Iman Dan Spiritualitas*, 3(2), 335–340. <https://doi.org/10.15575/jis.v3i2.28186>
- Zulkifli Mohamad Al-Bakri. (2017). *Al-Fiqh Al-Manhaji Kekeluargaan Islam Dalam Fiqh Al Syafi'i* (Vol. 5). Darul Syakir Enterprise.