

KESETARAAN SEKSUAL PERSPEKTIF AL-QUR'AN: SOLUSI ATAS DOMINASI SEKSUAL

Imam Mahdi, Abd. Muid N, Badru Tamam
Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia
E-mail: imammahdi070797@gmail.com

ABSTRAK

Dalam konteks gender, dominasi seksual masih menjadi masalah signifikan di banyak masyarakat. Hal ini sering kali mengarah pada kekerasan terhadap perempuan, termasuk kekerasan seksual dalam pernikahan. Teks-teks agama, khususnya al-Qur'an, sering kali ditafsirkan secara tidak adil, mengakibatkan ketidaksetaraan antara laki-laki dan perempuan dalam relasi seksual. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep kesetaraan seksual dalam perspektif al-Qur'an dan memberikan solusi terhadap dominasi seksual yang terjadi dalam masyarakat. Penelitian ini menggunakan metode tafsir maudhu'i dengan pendekatan kualitatif. Data diambil dari teks-teks al-Qur'an dan literatur terkait untuk membangun argumen yang mendukung kesetaraan seksual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa al-Qur'an menekankan kesetaraan dalam hak-hak seksual antara suami dan istri. Terdapat lima aspek kesetaraan seksual yang diidentifikasi, termasuk hak atas integritas tubuh, pertimbangan kesehatan biologis dan mental, serta etika dalam relasi seksual. Penelitian ini menyimpulkan bahwa al-Qur'an memberikan landasan yang kuat untuk kesetaraan seksual, yang dapat menjadi solusi terhadap dominasi seksual. Dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip ini, masyarakat dapat mengurangi kekerasan terhadap perempuan dan menciptakan hubungan yang lebih adil dan seimbang dalam pernikahan.

Kata Kunci: seksual; al-qur'an, dominasi seksual

ABSTRACT

In the context of gender, sexual domination remains a significant problem in many societies. This often leads to violence against women, including sexual violence in marriage. Religious texts, especially the Qur'an, are often interpreted unfairly, resulting in inequality between men and women in sexual relations. This study aims to analyze the concept of sexual equality from the perspective of the Qur'an and provide solutions to sexual domination that occurs in society. This study uses the maudhu'i interpretation method with a qualitative approach. Data were taken from the texts of the Qur'an and related literature to build arguments in favor of sexual equality. The results of the study show that the Qur'an emphasizes equality in sexual rights between husband and wife. Five aspects of sexual equality were identified, including the right to bodily integrity, consideration of biological and mental health, and ethics in sexual relations. This study

concludes that the Qur'an provides a strong foundation for sexual equality, which can be a solution to sexual domination. By understanding and implementing these principles, society can reduce violence against women and create more just and balanced relationships in marriage.

Keywords: *sexual; quran, sexual domination*



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International

PENDAHULUAN

Pada akhir periode ke delapan belas, gagasan tentang tubuh satu jenis kelamin mendominasi konsep biologi dan gender di Eropa. Galen, seorang dokter Yunani pada abad kedua Masehi, mengemukakan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki satu tipe tubuh, perempuan sebenarnya adalah laki-laki yang belum berkembang (rahim dipresentasikan sebagai penis yang belum turun ke luar tubuh). Yang membedakan laki-laki dan perempuan adalah jumlah panas dan energi yang dihasilkan dalam tubuh (Masdoki, 2020). Kejantanan merupakan perkembangan penuh yang timbul dari panas tubuh yang cukup, sedangkan kewanitaan merupakan akibat dari panas tubuh yang kurang (Alfiyah, 2018). Sehingga laki-laki dipresentasikan sebagai sosok yang berani, inovatif, berakal sehat dan aktif, sedangkan perempuan sering kali dipandang sebagai sosok yang tidak terbentuk, penakut, kuno dan pasif (Abdullah, 2021).

Perbedaan laki-laki dan perempuan ini menimbulkan banyak komentar dari para pakar, di antaranya menjelaskan bahwa perempuan memiliki kekuasaan dan status lebih rendah dari pada laki-laki (Agustina et al., 2021). Dorothy Dinnerstein dan Nancy Chodorow menjelaskan bahwa kekuasaan dan status menjadi landasan dalam pembentukan pola hubungan gender (Rahmawati, n.d.). Kekerasan terhadap perempuan tetap menjadi masalah serius yang sulit diatasi, meskipun banyak upaya telah dilakukan untuk mengurangi angka kejadian tersebut. Berbagai undang-undang telah dibentuk oleh pemerintah, baik di tingkat pusat maupun daerah, namun kasus kekerasan masih sering muncul dan bahkan menunjukkan tren peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada kesadaran akan isu ini, implementasi dan penegakan hukum yang efektif masih menjadi tantangan (Asy-Syaukani & bin Muhammad, 2013); (Ahmad et al., 2023).

Ada dua faktor utama yang berkontribusi terhadap kekerasan dalam rumah tangga. Pertama, faktor internal yang berasal dari menurunnya kemampuan adaptasi antar anggota keluarga, yang dapat memicu tindakan diskriminatif dan eksploitasi terhadap individu yang lebih rentan (Aizid, 2018). Kedua, faktor eksternal yang berasal dari pengaruh lingkungan di luar keluarga, yang berpotensi memengaruhi perilaku anggota keluarga dan sering kali mengarah pada tindakan kekerasan terhadap perempuan dan anak-anak (Al-Azizi, 2017). Salah satu bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang paling tersembunyi yang dilakukan suami terhadap istri adalah kekerasan seksual. Hanya dalam beberapa dekade terakhir, pengakuan terhadap kekerasan seksual dalam konteks pernikahan muncul. Sebelumnya konsep kekerasan seksual dalam pernikahan hampir tidak pernah terdengar, karena laki-laki (baik secara seksual maupun lainnya) secara historis dipahami berhak untuk mendapatkan hak itu di dalam pernikahan.

Dalam sebagian besar sejarah umat manusia, Ikatan seksual pada dasarnya bersifat tidak setara. Perbedaan antara laki-laki dan perempuan ditentukan oleh perbedaan kekuasaan berdasarkan gender, di mana laki-laki dianggap lebih superior dan perempuan lebih rendah. Kedua gender menempati posisi tubuh yang sesuai dengan status sosial mereka. Terdapat beberapa pengecualian yang jarang terjadi, namun situasi yang terjadi di (Alhakim, 2021). Sebagian besar dunia saat ini ditandai oleh situasi di mana laki-laki menetapkan agenda seksual, sementara perempuan diharuskan mengikuti keinginan mereka. Di banyak negara Barat, bagian

dari sumpah pernikahan adalah istri harus berjanji untuk taat kepada suaminya. Undang-undang tidak melarang pemerkosaan dalam perkawinan karena merupakan hak laki-laki untuk berhubungan seks dengan istrinya (Al-Juzairi, 2015).

Kekerasan seksual dalam pernikahan, yang dikenal sebagai marital rape, mengacu pada pemaksaan aktivitas seksual dalam konteks ikatan perkawinan. Istilah "marital" berarti segala sesuatu yang berkaitan dengan pernikahan, sementara "rape" merujuk pada pemerkosaan. Dalam hal ini, marital rape mencakup pemaksaan yang dapat terjadi antara suami dan istri, namun seringkali lebih banyak dipahami sebagai tindakan kekerasan seksual yang dialami istri dari suaminya. Dengan demikian, marital rape adalah bentuk pemaksaan yang dilakukan suami terhadap istri untuk terlibat dalam aktivitas seksual tanpa mempertimbangkan kondisi dan keinginan istri (Amin, 2020); (Mahdi, 2024).

Di beberapa penafsiran yang penulis temui, terdapat banyak penafsiran yang cenderung tidak adil terhadap perempuan dalam kaitannya dengan relasi seksual, yang mengesankan bahwa perempuan (istri) dianggap sebagai objek seksual kaum pria (suami). Misalnya, Departemen Agama menafsirkan surah Al-Baqarah ayat 223 menggambarkan istri sebagai kebun subur yang siap ditanami, di mana suami diizinkan untuk mendatangi kebun tersebut dari berbagai arah, asalkan tujuannya adalah menyebarkan bibit agar tanaman (keturunan) dapat tumbuh dengan baik dan sehat. Dalam konteks ini, istri dilihat sebagai tempat yang ideal untuk menanam generasi masa depan dan suami diperbolehkan bercampur dengan istrinya dengan berbagai cara dengan syarat tindakan tersebut tidak menimbulkan mudarat. Penekanan pada niat positif dan tanggung jawab dalam hubungan ini menunjukkan pentingnya saling menghormati dan menjaga kesejahteraan dalam pernikahan, sehingga keduanya dapat berkembang dalam harmoni dan kebahagiaan (Arimbi, 2018).

Selanjutnya, Hamka dalam tafsir al-Azhar juga berpendapat bahwa istri adalah seperti sawah ladang tempat menanam benih dan melanjutkan keturunan manusia. Istri diibaratkan sebagai sawah yang dapat ditanami benih kapan saja. Namun, tentu saja saat musim panas yang terik, menanam benih tidaklah tepat karena dapat mengakibatkan kerugian dan merusak sawah. Dalam tafsir Ibn Katsir juga dijelaskan bahwa seorang suami boleh berhubungan dengan istrinya sesuai keinginannya, baik dari depan maupun belakang, asalkan tetap melalui satu cara (melalui kemaluan) (Bidayati, 2021). Sementara itu, Ahmad Musthafa al-Maraghi dalam Tafsir al-Maraghi menyatakan bahwa perempuan (istri) adalah tanah yang dapat ditanami. Istri diibaratkan sebagai tanah karena dia adalah tempat tumbuhnya anak, sama halnya dengan tanah yang digunakan untuk bercocok tanam. Al-Maraghi lebih lanjut menjelaskan bahwa seorang suami boleh mendatangi istri sesuka hatinya, dalam posisi berdiri, duduk, telentang, dari depan atau dari belakang (Baidowi, 2024). Namun, yang boleh kamu dekati hanya satu, yaitu tempat di mana kamu bercocok tanam. Menurut penulis, pemahaman ayat di atas selama ini cenderung tidak adil terhadap perempuan. Dalam ayat ini, wanita dipandang sebagai objek keinginan pria, terutama dalam hal seksual. Kesan ini terus-menerus ditekankan oleh kaum pria (suami).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk menganalisis *sexual equality* perspektif al-Qur'an, terkhusus untuk memberikan solusi terhadap dominasi seksual (Khoiriyah, 2020). *Sexual equality* yang dimaksud tidak berarti bahwa individu-individu dari jenis kelamin yang berbeda harus secara fisik tidak dapat dibedakan satu sama lain (sebagaimana yang sering dianggap oleh para misoginis sebagai tujuan pembebasan perempuan). Tetapi bahwa salah satu jenis kelamin tidak boleh berada dalam posisi yang mendominasi jenis kelamin lainnya dalam relasi seksual (Ash-Shalabi, 2012).

Tujuan Penelitian ini, yaitu untuk Mengungkap kajian teoritis tentang *sexual equality*., Mengungkap *sexual equality* pada masa Nabi Muhammad, dan M/engungkap *sexual equality* dalam relasi seksual perspektif al-Qur'an. Secara spesifik, penelitian ini diharapkan memberikan

kontribusi dalam beberapa aspek: secara akademik, tulisan ini menawarkan sumbangan ilmiah yang dapat memperkaya wawasan ilmu pengetahuan, terutama dalam bidang agama terkait kesetaraan seksual dari perspektif al-Qur'an, serta membantu mengatasi dominasi seksual yang diperlukan oleh kalangan akademisi untuk memperluas diskursus dan khazanah ilmiah. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan informasi berharga bagi umat Islam tentang relasi seksual dalam perspektif al-Qur'an, sehingga diskriminasi terhadap perempuan dalam konteks seksual dapat diatasi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, dengan fokus pada pemahaman kesetaraan seksual dari perspektif Al-Qur'an sebagai solusi atas dominasi seksual. Penelitian ini dilakukan melalui analisis menyeluruh terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan, interpretasi ilmiah, serta literatur yang tersedia. Lokasi penelitian berada di Universitas PTIQ Jakarta, di mana penelitian berlangsung selama enam bulan, dari Januari hingga Juni 2024. Penelitian ini mencakup beberapa aspek kesetaraan seksual, termasuk dimensi biologis, mental, spiritual, dan etika dalam hubungan perkawinan.

Populasi penelitian ini mencakup semua literatur, interpretasi, serta komentar yang relevan mengenai ayat-ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan hubungan seksual dan kesetaraan gender. Sampel terdiri dari teks-teks terpilih dan karya-karya ilmiah yang secara langsung membahas topik kesetaraan seksual dalam Islam. Teks-teks ini dipilih dengan cermat untuk mewakili berbagai sudut pandang, termasuk interpretasi tradisional, moderat, dan progresif dari Al-Qur'an.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam studi ini mencakup analisis tematik dan analisis konten kualitatif. Analisis tematik bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola-pola yang terdapat dalam teks. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi berbagai dimensi kesetaraan seksual sebagaimana diuraikan dalam Al-Qur'an. Sementara itu, analisis konten kualitatif digunakan untuk menafsirkan makna dan signifikansi dari ayat-ayat Al-Qur'an tertentu, termasuk interpretasi ilmiah dan literatur terkait. Pendekatan ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang tema-tema yang berkaitan dengan kesetaraan seksual dan implikasinya dalam mengatasi dominasi seksual.

Strategi penelitian dirancang untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang bagaimana kesetaraan seksual dikonseptualisasikan dalam ajaran Islam dan bagaimana ajaran-ajaran ini dapat menawarkan solusi untuk masalah dominasi seksual. Dengan berfokus pada metode deskriptif, Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas dan rinci mengenai status pengetahuan terkini tentang topik tersebut, dengan menyoroti area persetujuan dan pertentangan di antara para cendekiawan.

Pendekatan kualitatif memungkinkan eksplorasi topik yang bernuansa, dengan mempertimbangkan sifat kesetaraan seksual yang kompleks dan beraneka ragam dalam konteks ajaran Islam. Penelitian ini berupaya mengidentifikasi prinsip-prinsip dasar kesetaraan seksual dalam Al-Qur'an dan bagaimana prinsip-prinsip ini dapat diterapkan dalam konteks kontemporer untuk mempromosikan keadilan dan kesetaraan dalam hubungan perkawinan. Metodologi ini bertujuan untuk menawarkan kepada para pembaca pemahaman yang jelas tentang proses penelitian dan bagaimana proses tersebut dirancang untuk mengatasi masalah dominasi seksual melalui sudut pandang ajaran Islam. Dengan memberikan deskripsi terperinci tentang pendekatan penelitian, lokasi, kerangka waktu, aspek yang dicakup, populasi dan sampel, serta instrumen penelitian, penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk memahami temuan dan kesimpulan yang disajikan di bagian selanjutnya (Asmani, 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Integrasi antara *Sexual Equality* dan Hak Seksual

1. Hak atas integritas tubuh

Sebelum kedatangan Islam, perempuan seringkali terjebak dalam posisi subordinasi terhadap laki-laki, di mana mereka tidak memiliki kendali atas tubuh dan kehidupan mereka sendiri. Kewajiban serta risiko terkait reproduksi sepenuhnya ditanggung oleh perempuan, sementara hak untuk menentukan kapan dan dengan siapa mereka menikah sama sekali tidak ada. Kenikmatan seksual, yang seharusnya menjadi bagian dari hak reproduksi, hanya dinikmati oleh laki-laki, dan dalam banyak kasus, hak-hak perempuan direduksi melalui praktik-praktik menyakitkan seperti pemotongan klitoris atau mutilasi genital. Ini semua mencerminkan bentuk penindasan terhadap hak kenikmatan seksual perempuan, yang dipaksakan atas nama tradisi dan budaya, menjadikan perempuan Arab sebagai budak dalam memenuhi kepuasan kaum laki-laki.

Terkait hal ini Allah SWT. berfirman dalam surah an-Nūr ayat 33 sebagaimana firman-Nya:

وَلَيْسَتَغْفَى الدِّينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَالَّذِينَ يَبْتَغُونَ الْكِتَابَ مِمَّا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ فَكَاتِبُوهُمْ إِنْ عَلِمْتُمْ فِيهِمْ خَيْرًا وَآتُوهُمْ مِّنْ مَّالِ اللَّهِ الَّذِي آتَاكُمْ وَلَا تَكْرَهُوا فَوَيْلٌ لَّكُمْ عَلَى الْبِعَاءِ إِنْ أَرَدْتُمْ تَحَصُّنًا لِّتَبْتَغُوا عَرَضَ الْحَيَوةِ الدُّنْيَا وَمَن يُكْرِهْنَهُنَّ فَإِنَّ اللَّهَ مِنْ بَعْدِ إِكْرَاهِهِنَّ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ٣٣

“Orang-orang yang tidak mampu menikah sebaiknya menjaga kesucian diri mereka sampai Allah memberikan kemampuan kepada mereka melalui karunia-Nya. Jika hamba sahaya yang kalian miliki ingin membuat perjanjian untuk meraih kebebasan, maka buatlah perjanjian tersebut jika kalian mengetahui bahwa ada kebaikan dalam diri mereka, dan berikanlah kepada mereka sebagian dari harta yang Allah karuniakan kepada kalian. Jangan sekali-kali memaksa hamba sahaya perempuan kalian untuk berbuat pelacuran, sementara mereka ingin menjaga kesucian, hanya demi mencari keuntungan duniawi. Barang siapa memaksa mereka, maka sesungguhnya Allah adalah Maha Pengampun dan Maha Penyayang terhadap mereka yang terpaksa. (Q. S. An-Nūr: 33).”

Sayyid Quthb dalam Tafsir fi Zhilâlil Qur'an menjelaskan tentang sebab-sebab turunnya ayat ini, yang ditujukan kepada Abdullah bin Ubay bin Salul, pemimpin orang-orang munafik. Ia memiliki seorang budak wanita bernama Mu'adzah. Ketika ada tamu yang datang, ia menyuruhnya untuk melayani tamu tersebut dengan cara berzina demi mendapatkan imbalan dan menghormati tamu. Mu'adzah kemudian mengadukan perlakuan ini kepada Abu Bakar dan juga kepada Rasulullah. Rasulullah pun memerintahkan agar budak tersebut ditahan. Abdullah bin Ubay bin Salul mengeluarkan teriakan keras, “Siapa yang berani menghalangi kami dari Muhammad? Dia telah melangkah terlalu jauh dalam mengatur budak-budak kami!” Sebagai respons terhadap tantangan ini, Allah menurunkan ayat yang melarang memaksa budak wanita untuk melacurkan diri demi mendapatkan harta yang tidak berarti.

Larangan ini merupakan bagian dari upaya Al-Qur'an untuk membersihkan masyarakat Islam dan mencegah segala bentuk penyimpangan seksual. Praktik pelacuran seringkali menarik banyak orang karena dianggap mudah, namun tanpa adanya opsi tersebut, individu akan terdorong untuk mencari cara yang lebih bermartabat untuk memuaskan hasrat mereka (Asti, 2013).

2. Hak yang sama dalam hal seks

Tujuan utama dari pernikahan adalah untuk menghalalkan hubungan seksual. Hak untuk berhubungan seksual adalah hak yang dimiliki bersama, karena baik suami maupun istri memerlukannya. Selanjutnya, hak untuk saling menikmati satu sama lain juga merupakan hak bersama. Hak kenikmatan ini mencakup hubungan seksual, tetapi tidak terbatas pada itu saja. Setiap kenikmatan yang diperoleh suami harus dibagikan dengan istri. Ini adalah prinsip dalam Islam. Kenikmatan dianggap sebagai bagian dari nafkah yang wajib diberikan suami kepada istri, sehingga kenikmatan menjadi hak bersama dalam rumah tangga (Bastiar, 2018).

Allah SWT. berfirman:

وَالْمُطَلَّقَاتُ يَتَرَبَّصْنَ بِأَنفُسِهِنَّ ثَلَاثَةَ قُرُوءٍ وَلَا يَحِلُّ لَهُنَّ أَنْ يَكْتُمْنَ مَا خَلَقَ اللَّهُ فِي أَرْحَامِهِنَّ إِنْ كُنَّ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ
الْآخِرِ وَيَعُولُنَّ أَحَقُّ بِرَدِّهِنَّ فِي ذَلِكَ إِنْ أَرَادُوا إِصْلَاحًا وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ وَاللَّهُ عَزِيزٌ
حَكِيمٌ

“Para istri yang diceraikan diwajibkan untuk menahan diri selama tiga kali masa haid (quru'). Mereka tidak boleh menyembunyikan apa yang Allah ciptakan dalam rahim mereka, jika mereka benar-benar beriman kepada Allah dan hari akhir. Dalam periode tersebut, suami mereka memiliki hak untuk rujuk jika mereka menginginkan perbaikan. Para perempuan berhak mendapatkan perlakuan yang seimbang dengan kewajiban mereka, namun suami memiliki kelebihan atas mereka. Allah adalah Maha Perkasa dan Maha Bijaksana. (Q. S. Al-Baqarah/2: 228).”

Ayat ini secara umum membahas tentang talak dan hukum-hukumnya, serta hak-hak suami dan istri dalam rumah tangga. Wahbah Zuhaili dalam Tafsir al-Munir menjelaskan bahwa pernikahan dalam Islam bukanlah sekadar akad perbudakan atau penyerahan kepemilikan, melainkan sebuah akad yang menciptakan hak-hak bersama yang setara, sesuai dengan kepentingan kedua belah pihak. Dengan demikian, akad pernikahan memberikan hak-hak bagi istri terhadap suami dan sebaliknya, menciptakan keseimbangan dalam hubungan mereka.

B. Relasi Seksual dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Biologis

1. Menahan hasrat seksual ketika istri sedang mentruasi.

Al-Qur'an mengemukakan pandangan Islam tentang menstruasi dengan menyatakan bahwa seorang wanita yang sedang menstruasi berada dalam keadaan tidak suci. Hal ini termaktub dalam firman Allah surah al-Baqarah ayat 222:

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ ۚ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ ۚ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ
مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ٢٢٢

“Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah, "Itu adalah suatu gangguan." Oleh karena itu, hendaklah kamu menjauh dari wanita saat mereka haid, dan jangan mendekati mereka hingga mereka bersih. Setelah mereka telah benar-benar bersih, barulah kamu dapat bercampur dengan mereka di tempat yang Allah perintahkan. Sesungguhnya, Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan yang berusaha keras untuk menyucikan diri. (Q. S. Al-Baqarah/2: 222).”

Ayat ini turun berkaitan dengan peraturan-peraturan yang ada di antara orang-orang Yahudi dan Kristen tentang hubungan seks di antara laki-laki dan perempuan yang bertentangan satu sama lain, karena begitu berbedanya sehingga menimbulkan pertanyaan-pertanyaan bagi orang-orang yang bukan di antara mereka. Beberapa orang Yahudi berkata, hubungan antara laki-laki dan perempuan yang sedang dalam keadaan haid benar-benar tidak sah, bahkan makan semeja atau tinggal sekamar pun dilarang. Misalnya mereka mengatakan bahwa laki-laki seharusnya tidak duduk di bekas tempat duduknya perempuan yang sedang haid. Oleh karena itu, apabila seorang laki-laki duduk di sana maka ia harus mencuci bajunya. Kaum Nasrani sangat bertentangan dengan kelompok ini. Mereka sebenarnya tidak membedakan antara wanita yang sedang haid dan tidak sedang haid. Bahkan tidak ada larangan bagi mereka untuk melakukan hubungan apapun dengan istri-istrinya termasuk hubungan seks saat haid.

Haid sebenarnya mengandung mudharat dan berdampak negatif bagi baik lelaki maupun wanita, sehingga sebaiknya tidak melakukan hubungan seksual saat wanita sedang haid. Namun, tidak masalah untuk melakukan aktivitas lain seperti berciuman atau berpelukan. Ilmu kedokteran mendukung pandangan syariat ini. Para pakar medis menunjukkan bahwa persetubuhan saat haid dapat menyebabkan radang akut pada organ reproduksi wanita, dan darah haid yang masuk ke saluran penis terkadang dapat menyebabkan radang yang mirip sifilis. Selain itu, pria dapat terkena penyakit sifilis jika wanita mengidapnya. Hubungan seksual di saat haid juga berpotensi menyebabkan kemandulan bagi kedua pihak.

Lea Zaitoun dalam kajiannya *isu-isu seksual dalam Islam* menyebutkan secara lebih jelas dan komprehensif menyangkut alasan-alasan medis diharamkannya hubungan seks saat istri haid atau menstruasi, sebagai berikut:

- a. Selama menstruasi, wanita sering mengalami tekanan mental, tetapi saat berhubungan seksual, mereka bisa merasakan rangsangan mental. Oleh karena itu, berhubungan seks saat menstruasi dapat menyebabkan kebingungan mental bagi wanita.
- b. Darah haid wanita dapat memengaruhi kinerja pria.
- c. Darah haid membuat organ intim wanita terpapar kotoran dan bakteri, yang berpotensi menyebabkan infeksi saluran kemih pada pria.
- d. Selama haid, terjadi peningkatan tekanan darah, detak jantung, dan metabolisme dalam tubuh wanita.
- e. Wanita cenderung kurang menyukai hubungan seksual saat haid karena kondisi fisik yang tidak stabil dan berbagai rasa sakit yang muncul akibat menstruasi.
- f. Selama menstruasi, wanita sering mengalami gejala seperti kegelisahan, ketegangan otot, kekakuan leher, kantuk, kehilangan nafsu makan, dan gangguan pencernaan, di mana hubungan seksual dapat memperburuk kondisi ini.
- g. Wanita sering menghadapi masalah mental selama menstruasi, seperti depresi dan peningkatan emosi yang mudah marah.
- h. Berhubungan seksual saat menstruasi dapat mengubah siklus menstruasi normal wanita.

2. Melakukan hubungan seksual di tempat yang diperbolehkan.

Homoseksualitas merujuk pada orientasi seksual terhadap jenis kelamin yang sama. Hubungan homoseksual antara pria umumnya disebut gay, sedangkan hubungan antara wanita disebut lesbi. Kedua perilaku ini dianggap sebagai bentuk seks abnormal dalam konteks agama dan sosial, sehingga keduanya ditolak. Akibatnya, pelaku homoseksual dapat menghadapi sanksi, baik berupa dosa maupun stigma. Dalam Islam, perilaku homoseksual dikenal sebagai liwath, yang merujuk pada hubungan seksual melalui sodomi. Dalam psikologi, ini disebut anal seks, yaitu hubungan seksual melalui dubur atau anus. Sementara itu, perilaku lesbi disebut sihaq atau seks pinggang.

Al-Qur'an mencatat sejarah perilaku homoseksual pertama yang dilakukan oleh manusia, yaitu oleh kaum Nabi Luth AS. Hal ini termuat dalam firman-Nya:

وَلَوْطًا إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ إِنِّي أَنذَرُكُمْ لِقَوْمِ الْفَاحِشَةِ مَا سَبَقَكُمْ بِهَا مِنْ أَحَدٍ مِنَ الْعَالَمِينَ ٨٠ إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِنْ دُونِ
وَمَا كَانَ جَوَابَ قَوْمِهِ إِلَّا أَنْ قَالُوا أَخْرِجُوهُمْ مِنْ قَرْيَتِكُمْ إِنَّهُمْ أَنَاسٌ يَتَطَهَّرُونَ ٨٢ النِّسَاءُ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ ٨

"Kami juga telah mengutus Lut, yang berkata kepada kaumnya, "Mengapa kalian melakukan perbuatan yang sangat keji, yang belum pernah dilakukan oleh siapapun sebelum kalian di dunia ini? Sungguh, kalian telah melampiaskan nafsu kalian kepada sesama lelaki, bukan kepada perempuan. Kalian benar-benar merupakan kaum yang melampaui batas." Namun, jawaban kaumnya hanyalah, "Usirlah Lut dan pengikutnya dari negeri ini, karena mereka mengganggu diri mereka suci." (Q.S. Al-A'râf/7: 80-82)."

Wahbah Az-Zuhaili menjelaskan bahwa pengharaman liwath (homoseks) disebabkan oleh berbagai alasan sebagai berikut:

- a. Bahaya bagi individu yang menjadi objek. Homoseksualitas dapat menyebabkan penyakit mematikan yang dikenal sebagai AIDS, yang berarti hilangnya daya tahan tubuh. Allah SWT menciptakan rahim dengan kemampuan kuat untuk menyerap sperma, sedangkan organ tubuh pria yang menjadi objek tidak memiliki kemampuan tersebut. Hal ini dapat mengakibatkan keracunan darah dan meningkatkan risiko kesehatan..
- b. Merusak perilaku individu yang terlibat dalam homoseksualitas dan menyebabkan peningkatan hasrat yang berlebihan. Hal ini terjadi karena mereka tidak mampu mengukur bahaya yang ditimbulkan oleh tindakan tersebut.

- c. Timbulnya rasa malu dan aib bagi individu yang terlibat, serta meningkatnya permusuhan antara mereka.
- d. Mengabaikan perempuan demi laki-laki.
- e. Mengurangi keturunan karena tindakan tercela ini mencerminkan kebencian terhadap pernikahan dan ketidaksuakaan terhadap istri di luar konteks reproduksi.

Mengunjungi perempuan di tempat hubungan intim berarti mewujudkan reproduksi, terlepas dari keinginan laki-laki. Oleh karena itu, hukuman bagi kaum Nabi Luth AS. adalah siksaan di dunia, sementara siksaan di akhirat jauh lebih berat dan abadi. Mengenai hukuman liwath, para imam madzhab berpendapat sebagai berikut:

- a. Menurut Abu Hanifah, pelaku liwath hanya dikenakan sanksi ta'zir, baik dia sudah menikah maupun belum. Hal ini karena liwath tidak melibatkan percampuran nasab, dan biasanya tidak menimbulkan konflik yang mengarah pada pembunuhan pelaku. Tindakan ini bukanlah zina.
- b. Jumhur ulama, termasuk Malikiyyah, Syafi'iyah, dan Hanabilah, berpendapat bahwa pelaku liwath harus dikenakan hukuman hâd. Hal ini dikarenakan Allah SWT. menetapkan hukuman berat bagi pelakunya dalam kitab-Nya yang mulia. Dalam konteks ini, hukuman zina harus diterapkan, karena ada unsur zina dalam liwath. Menurut Malikiyyah dan Hanabilah, dalam satu riwayat yang kuat dari Ahmad, hukuman hâd untuk liwath adalah rajam, baik pelakunya sudah menikah (mukhsan) maupun belum. Sementara itu, menurut Syafi'iyah, hukuman pelaku liwath adalah hâd zina. Jika pelakunya mukhsan, dia wajib dirajam; jika tidak mukhsan, dia harus dicambuk dan diasingkan. Hal ini karena hukuman tersebut wajib diterapkan akibat penetrasi. Ada perbedaan antara yang sudah menikah dan yang belum, dengan mengacu pada hâd zina, di mana keduanya memiliki kesamaan bahwa hukumnya terkait dengan hubungan intim yang diharamkan. Mengenai hubungan dengan binatang, para imam madzhab empat sepakat bahwa orang yang melakukannya akan dikenakan sanksi ta'zir oleh penguasa, yang bertujuan untuk memberi efek jera, karena tindakan tersebut bertentangan dengan norma kesehatan. Oleh karena itu, tidak diperlukan hukuman hâd, cukup dengan sanksi ta'zir.

3. Setia pada pasangan yang sah.

Seks bebas (free sex) adalah perilaku penyimpangan seksual yang muncul dari budaya Barat yang menekankan kebebasan. Seks bebas berkembang seiring dengan pola hidup dan budaya negatif yang mengedepankan kebebasan tanpa batas. Perilaku seks bebas ini muncul akibat pola pikir yang keliru, misalnya, anggapan bahwa kebebasan individu harus dijamin selama tidak mengganggu kebebasan orang lain. Namun, anggapan ini jelas salah dan tidak dapat dijadikan justifikasi untuk melegitimasi seks bebas. Terlepas dari itu, seks bebas bertentangan dengan hukum, norma, dan agama yang berlaku di negara kita.

Di dalam al-Qur'an Allah memuji orang yang menjaga kemaluannya, bahkan Allah menjanjikan surga firdaus bagi mereka, karena mereka suci dari sifat amoral dan tidak bertanggung jawab, sebagaimana firmanNya:

وَالَّذِينَ هُمْ لِأُزُوجِهِمْ حَافِظُونَ ۖ إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مُلُومِينَ ۚ فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ۚ

“Dan orang-orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri-istri mereka atau hamba sahaya yang mereka miliki, tidaklah tercela. Namun, siapa pun yang mencari di luar itu, seperti berzina, adalah orang-orang yang melampaui batas. (Q.S. Al-Mu'minûn/23: 5-7).”

Seks bebas berkembang sejalan dengan pola hidup dan budaya negatif yang menekankan kebebasan tanpa batas. Tindakan ini muncul dari pola pikir yang keliru, seperti anggapan bahwa setiap individu berhak atas kebebasan selama tidak mengganggu orang lain. Namun, pandangan ini jelas salah dan tidak dapat dijadikan alasan untuk melegitimasi seks bebas. Sebagai catatan, seks bebas bertentangan dengan hukum, norma, dan agama yang berlaku di negara kita.

Pentingnya menjaga kesucian dan membatasi hubungan intim hanya pada istri dan hamba sahaya menunjukkan komitmen terhadap nilai-nilai moral dan etika dalam masyarakat. Tindakan menjaga kemaluan bukan hanya sekadar penghindaran dari dosa, tetapi juga mencerminkan rasa tanggung jawab dan penghargaan terhadap pasangan. Ketika individu melanggar batas ini dan terjerumus ke dalam perilaku yang tidak pantas, mereka tidak hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga dapat menghancurkan ikatan keluarga dan komunitas. Dengan demikian, menjaga kesucian menjadi kunci untuk menciptakan hubungan yang sehat dan harmonis, serta membangun masyarakat yang lebih baik.

C. Relasi Seksual dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental

1. Menahan hasrat seksual ketika ada perselisihan.

Semua kehidupan pasti ada konflik, dalam rumah tangga pun demikian, konflik antara suami-istri itu pasti ada dan terjadi. Di dalam Islam dikenal istilah *nusyuz*. Para ulama fikih dari berbagai mazhab telah berupaya mendefinisikan nusyuz, baik secara umum maupun khusus, tergantung pada pelaku nusyuz tersebut, sebagai berikut:

- Ulama mazhab Hanafi mendefinisikan nusyuz secara umum sebagai sikap saling membenci.
- Ulama mazhab Maliki berpendapat bahwa nusyuz adalah tindakan saling menganiaya antara suami dan istri.
- Imam Qurthubi dalam kitab tafsirnya menyatakan bahwa nusyuz adalah kebencian yang ditunjukkan oleh suami, istri, atau salah satu dari mereka terhadap pasangannya.
- Ulama Syafi'iyah menyatakan bahwa nusyuz adalah konflik antara suami dan istri.
- Ulama mazhab Hambali berpendapat bahwa nusyuz merupakan kebencian dan perilaku buruk dalam hubungan antara suami dan istri.

Dari definisi-definisi di atas, terlihat bahwa para ulama memiliki pandangan yang serupa dalam mengartikan nusyuz, bahkan definisi satu dengan yang lainnya hampir mirip. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa nusyuz sangat mungkin terjadi dalam kehidupan suami-istri, baik berasal dari istri maupun suami, yang terwujud dalam bentuk kebencian, perselisihan, pertengkaran, dan permusuhan yang dapat merampas hak-hak dan menimbulkan bahaya bagi kehidupan rumah tangga.

Dari sini, dapat disimpulkan bahwa nusyuz adalah kondisi tidak menyenangkan yang muncul dari istri atau suami. Mengenai nusyuz yang dilakukan oleh istri, Allah SWT. berfirman:

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ۚ فَالصَّالِحَاتُ قَنَاطَتٌ ۚ حِفْظٌ لِلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ۚ وَالَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ ۚ فَإِنْ أَطَعْتُمَ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا ۝ ٣٤

“Laki-laki (suami) berfungsi sebagai pelindung bagi perempuan (istri) karena Allah telah memberikan kelebihan kepada mereka dibandingkan perempuan, serta karena mereka memberikan nafkah dari harta mereka. Perempuan yang saleh adalah mereka yang taat kepada Allah dan menjaga diri ketika suami tidak ada, karena Allah melindungi mereka. Jika kamu khawatir perempuan-perempuan tersebut bersikap nusyuz, nasihatilah mereka, pisahkan tempat tidur, dan jika perlu, berikanlah mereka teguran. Namun, jika mereka taat, janganlah kamu mencari alasan untuk menyulitkan mereka. Sungguh, Allah Maha Tinggi dan Maha Besar. (Q.S. An-Nisā’/4: 34).”

Sayyid Quthb dalam tafsirnya menguraikan bahwa susunan ayat ini bertujuan untuk mengatur organisasi keluarga dan menjelaskan keistimewaan peraturannya guna mencegah konflik di antara anggotanya dengan merujuk pada hukum Allah, bukan pada nafsu, perasaan, atau keinginan pribadi. Ia menetapkan bahwa kepemimpinan dalam rumah tangga berada di tangan laki-laki, yang didasari oleh kelebihan yang Allah berikan kepada mereka dalam menjalankan tanggung jawab kepemimpinan, serta kemampuan dan keterampilan yang

diperlukan untuk memberikan nafkah bagi seluruh anggota keluarga. Pemberian kekuasaan kepada laki-laki ini juga dilengkapi dengan batasan-batasan untuk menjaga kestabilan organisasi, melindunginya dari berbagai keinginan yang bisa muncul, dan memberikan solusi saat terjadi perselisihan. Terakhir, Quthb menekankan pentingnya mempertimbangkan faktor eksternal jika penyelesaian internal gagal, karena dampaknya tidak hanya dirasakan oleh suami-istri, tetapi juga kepada anak-anak yang lahir dari mereka.

2. Hubungan intim dapat memberikan ketenangan jiwa.

Suami dan istri adalah pasangan yang diciptakan oleh Allah SWT. di dunia ini agar mereka saling memberikan ketenangan jiwa. Keduanya memiliki nafsu yang ingin dipenuhi. Dalam Islam, pernikahan bertujuan untuk memperkuat dan meneguhkan hubungan antara pria dan wanita, menjadikannya abadi. Mereka saling memberikan ketenangan jiwa satu sama lain. Sebagaimana firman Allah SWT:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ
٢١

“Di antara tanda-tanda kebesaran-Nya adalah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu merasa cenderung dan nyaman dengannya, serta menanamkan rasa kasih dan sayang di antara kalian. Sesungguhnya, pada hal tersebut terdapat tanda-tanda kebesaran Allah bagi orang-orang yang berpikir. (Q. S. Ar-Rûm/30: 21).”

Hal ini menunjukkan bahwa penciptaan pasangan bukan sekadar untuk memenuhi kebutuhan biologis, tetapi juga untuk menciptakan ikatan emosional yang mendalam. Rasa kasih sayang yang tumbuh di antara pasangan menciptakan lingkungan yang harmonis, di mana mereka dapat saling mendukung dan menguatkan dalam menghadapi tantangan hidup. Dengan adanya hubungan yang seimbang dan penuh cinta, pasangan dapat saling melengkapi, mengatasi perbedaan, dan membangun keluarga yang kuat. Oleh karena itu, memahami dan menghargai tanda-tanda ini menjadi penting bagi mereka yang ingin hidup dalam kedamaian dan kebahagiaan, serta menjalani kehidupan yang sejalan dengan tujuan penciptaan Allah.

Semua hal tersebut, yakni penciptaan manusia dari tanah, penetapan pasangan hidup dari jenis yang sama, dan penguatan hubungan di antara keduanya melalui cinta, kasih sayang, dan belas kasih adalah bukti nyata yang menunjukkan keberadaan Sang Pencipta yang menciptakan, menyediakan, dan memberikan nikmat serta karunia. Bagi mereka yang memperhatikan, merenungkan, dan memikirkan asal-usul kehidupan, terlihat jelas bagaimana berbagai hasil terwujud dan hubungan terjalin berdasarkan hikmah, manfaat, aturan, tatanan, dan sistem yang luar biasa..

D. Relasi Seksual dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Spiritual

1. Menahan hasrat seksual ketika melakukan ibadah haji

Apabila seseorang telah berihram dengan mengucapkan salah satu jenis haji yang diinginkannya maka tidak diperbolehkan baginya mengerjakan hal-hal yang dilarang ketika sedang dalam ihram, salah satunya adalah mengadakan hubungan intim (*jima* ') antara suami dan istri. Ini adalah larangan ihram yang paling berat dosanya dan paling berdampak pada pelaksanaan ibadah haji.

Allah SWT. berfirman:

الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَعْلُومَاتٌ ۖ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ ۚ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمُهُ اللَّهُ ۗ وَتَرْوَدُوا فَإِنْ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ وَاتَّقُوا يَأُولَى الْأَلْبَابِ ۚ ١٩٧

"(Musim) haji itu berlangsung pada bulan-bulan yang telah ditentukan. Siapa pun yang melaksanakan ibadah haji dalam bulan-bulan tersebut, janganlah dia berbicara kotor, berbuat maksiat, atau bertengkar. Semua kebaikan yang kamu lakukan, Allah mengetahuinya. Bawalah

bekal, karena sebaik-baik bekal adalah takwa. Dan bertakwalah kepada-Ku, wahai orang-orang yang berakal! (Q.S. Al-Baqarah/2: 197).”

Sayyid Quthb menjelaskan bahwa tampak dari ayat ini bahwa haji memiliki waktu tertentu, yaitu dalam beberapa bulan yang sudah diketahui, yaitu Syawwal, Dzulq'idah, dan sepuluh hari pertama bulan Dzulhijjah. Oleh karena itu, ihram haji hanya sah dilakukan pada bulan-bulan ini, meskipun ada sebagian yang berpendapat bahwa sah berdasarkan Sunnah. Khususnya bulan-bulan ini ditetapkan untuk melaksanakan syiar-syiar haji pada waktu yang telah ditentukan. Pendapat ini dipegang oleh Imam Abu Hanifah, Imam Malik, dan Imam Ahmad bin Hanbal, serta diriwayatkan dari Ibrahim an-Nakha'i, ats-Tsauri, dan al-Laits bin Sa'ad. Sementara itu, Imam Syafi'i dan beberapa sahabat seperti Ibnu Abbas, Jabir, Atha', Thawus, dan Mujahid berpendapat bahwa haji bisa dilakukan di luar bulan-bulan tersebut, meskipun pandangan ini dianggap kurang jelas. Bagi siapa pun yang telah berniat untuk melaksanakan haji pada bulan-bulan yang ditentukan dan melakukan ihram, mereka dilarang untuk melakukan rafats, berbuat fasik, dan bertengkar selama menjalankan ibadah haji. Rafats di sini berarti menyebutkan hubungan seksual dan segala hal yang bisa menimbulkan rangsangan, baik secara langsung maupun di depan perempuan. Jidāl adalah berdebat dan bertengkar hingga menyebabkan kemarahan, sedangkan fusuq merujuk pada perbuatan maksiat, baik yang besar maupun kecil.

Tujuan dari pelarangan ini adalah untuk menjauhkan segala sesuatu yang dapat menghilangkan suasana menjauhi dosa dan memurnikan ketaatan kepada Allah pada saat itu. Selain itu, pelarangan ini bertujuan untuk menghilangkan segala dorongan duniawi, melatih jiwa agar selalu terhubung dengan Allah tanpa gangguan, dan mendorong adab yang seharusnya diterapkan di daerah Masjidil Haram bagi para pengunjung yang datang dengan niat tulus, termasuk meninggalkan pakaian berjahit. Setelah dilarang dari perbuatan yang buruk, mereka juga didorong untuk melakukan perbuatan baik.

2. Menahan hasrat seksual ketika i'tikaf di malam-malam terakhir bulan Ramadhan.

Umat Islam sepakat bahwa i'tikaf merupakan ibadah yang sangat dianjurkan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Para fuqaha berpendapat bahwa i'tikaf menjadi wajib bagi siapa saja yang bernazar, karena nazar merupakan janji yang harus ditepati. Misalnya, jika seseorang mengucapkan, "Jika Allah SWT menyembuhkan sakitku, maka aku akan beri'tikaf sehari," atau "Aku bernazar akan beri'tikaf sebulan," maka ia wajib memenuhi nazar tersebut. Ini adalah konsensus di kalangan ulama. Sebaliknya, jika i'tikaf dilakukan tanpa nazar, maka hukumnya menjadi sunnah. Umumnya, i'tikaf dilaksanakan pada sepuluh hari terakhir bulan Ramadhan, sesuai dengan praktik Rasulullah SAW, yang rutin melakukannya sejak hijrah ke Madinah hingga wafatnya. Dengan demikian, i'tikaf menjadi momen penting dalam mencari kedekatan spiritual dengan Allah.

Walaupun Allah memberikan kebebasan bergaul suami istri di malam hari puasa dengan batas yang telah ditentukan, tetapi Allah melarang melakukan hubungan suami istri ketika sedang beri'tikaf di masjid. Sebagaimana firman-Nya:

ثُمَّ أَتَمُّوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ وَلَا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ ۚ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرُبُوهَا ۚ كَذَلِكَ يَبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ ١٨٧

“Kemudian sempurnakanlah puasa hingga malam tiba. Namun, janganlah kamu mendekati mereka saat kamu beri'tikaf di masjid. Itulah ketentuan Allah, maka janganlah kamu melanggarnya. Dengan demikian, Allah menjelaskan ayat-ayat-Nya kepada manusia agar mereka dapat bertakwa. (Q.S. Al-Baqarah/2: 187).”

Ibnu Katsir dalam tafsirnya menjelaskan bahwa ayat ini berkaitan dengan orang yang melakukan i'tikaf di masjid, baik selama bulan Ramadhan maupun di luar bulan tersebut. Dalam konteks ini, Allah SWT melarang orang tersebut untuk berhubungan dengan istrinya, baik di siang maupun malam hari, sampai i'tikafnya selesai. Larangan ini bertujuan untuk menjaga fokus dan kekhusyukan selama ibadah tersebut. Selain itu, Ibnu Katsir menekankan bahwa istilah al-

mubasyarah dalam ayat ini merujuk pada jima' (bersetubuh) dan tindakan yang menyertainya, seperti ciuman dan pelukan, yang juga dilarang selama masa i'tikaf.

Namun, Ibnu Katsir juga menyatakan bahwa memberikan sesuatu kepada istri atau melakukan tindakan sejenis lainnya diperbolehkan. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada larangan tertentu, interaksi yang tidak melanggar ketentuan tetap diizinkan, sehingga menjaga hubungan suami-istri tetap harmonis. Dengan penjelasan ini, kita bisa memahami pentingnya menjaga kesucian dan fokus dalam ibadah i'tikaf, sambil tetap mempertahankan kehangatan dalam hubungan keluarga.

E. Integrasi antara *Sexual Equality* dan Etika Seksual

1. Seks seperti pakaian yang menutupi kebutuhan suami-istri.

Perkawinan adalah sebuah perjanjian yang mengikat antara dua individu dengan jenis kelamin berbeda, yang dirumuskan sesuai dengan petunjuk Allah dan Rasul-Nya. Dalam ikatan ini, baik pria maupun wanita memiliki hak untuk menikmati hubungan seksual secara sah. Akad nikah, seperti halnya akad lainnya, menciptakan kesepakatan yang menempatkan kedua belah pihak dalam posisi setara, dengan prinsip-prinsip keseimbangan (tawazun), kesepadanan (takafu), dan kesamaan (musawah) sebagai fondasi utamanya. Mempertimbangkan prinsip-prinsip ini sangat penting untuk mencegah ketimpangan dan ketidakadilan dalam hubungan tersebut. Al-Qur'an dengan jelas menekankan pentingnya aspek-aspek ini dalam firman-Nya:

أَحَلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصَّيَامِ الرَّفَثِ إِلَى نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ ۚ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ ۚ فَالْآنَ بَاشِرُوهُنَّ وَأَبْتَغُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ ۚ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ۖ ثُمَّ أَتَمُوا الصَّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ وَلَا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ ۚ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ ۚ فَلَا تَقْرَبُوهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ ١٨٧

“Dihalalkan bagimu untuk berhubungan dengan istrimu pada malam hari selama puasa. Mereka adalah pelindung bagimu, dan kamu pun pelindung bagi mereka. Allah memahami bahwa kamu mungkin tidak dapat menahan diri, namun Dia menerima tobatmu dan memaafkan kesalahanmu. Oleh karena itu, campurilah mereka dan carilah apa yang telah Allah tetapkan bagimu. Makan dan minumlah sampai jelas perbedaan antara benang putih dan benang hitam, yaitu saat fajar. Setelah itu, sempurnakanlah puasa hingga malam tiba. Namun, selama kamu beri'tikaf di masjid, janganlah kamu berhubungan dengan mereka. Itulah ketentuan Allah, maka jangan mendekatinya. Dengan demikian, Allah menjelaskan ayat-ayat-Nya kepada manusia agar mereka bertakwa. (Q.S. Al-Baqarah/2: 187).”

Sayyid Quthb dalam tafsirnya menjelaskan bahwa pada awal diwajibkannya puasa, bercampur suami istri serta makan dan minum menjadi terlarang setelah seseorang tidur setelah berbuka. Jika seseorang terbangun di malam hari (meskipun sebelum fajar), ia tidak diperbolehkan bercampur dengan istrinya dan juga tidak halal untuk makan dan minum. Suatu ketika, ada seseorang yang belum mendapatkan makanan saat berbuka, lalu ia tertidur. Ketika terbangun, ia tidak diperbolehkan untuk makan dan minum. Karena itu, ia melakukan puasa wishal (berpuasa tanpa berbuka dua hari berturut-turut) dan merasa sangat lelah pada siang harinya. Berita tentangnya sampai kepada Rasulullah SAW, begitu juga berita tentang seorang laki-laki yang tidur setelah berbuka dan kemudian merasa terdorong untuk bercampur dengan istrinya. Hal ini membuat kaum Muslimin merasa keberatan untuk menjalani aturan tersebut, sehingga Allah memberikan kemudahan. Pengalaman ini meninggalkan kesan dalam hati mereka, sehingga mereka dapat merasakan nilai kemudahan dan besar rahmat Allah serta pengabulan-Nya terhadap keinginan mereka. Akhirnya, turunlah ayat yang menghalalkan bercampur suami istri antara waktu maghrib hingga fajar.

2. Foreplay sebelum melakukan hubungan intim

Dalam dunia seks, istilah foreplay merujuk pada pemanasan atau aktivitas sebelum berhubungan intim. Foreplay ini sama dengan pemanasan. Adapun cara melakukannya adalah dengan bercumbu rayu, hingga merangsang nafsu syahwat. Salah satu ayat al-Qur'an yang bisa

dijadikan dalil untuk mendatangi istri dengan baik dan melakukan pemanasan sebelum berhubungan intim terlebih dahulu adalah firman Allah berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَحِلُّ لَكُمْ أَنْ تَرْثُوا النِّسَاءَ كَرِهًا وَلَا تَعْضُلُوهُنَّ لَتَذْهَبُوا بِبَعْضِ مَا آتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَاحِشَةٍ مُبِينَةٍ ۚ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ۙ ١٩

“Wahai orang-orang yang beriman! Tidak diperbolehkan bagi kalian untuk mewarisi perempuan dengan cara paksa, dan janganlah menyakiti mereka untuk mengambil kembali sebagian dari apa yang telah kalian berikan, kecuali jika mereka melakukan tindakan yang jelas salah. Bergaullah dengan mereka dengan cara yang baik. Jika kalian tidak menyukai mereka, bersabarlah, karena mungkin ada kebaikan yang banyak dalam sesuatu yang tidak kalian sukai. (Q.S. an-Nisâ/4: 19).”

Dalam menafsirkan ayat ini, Sayyid Quthb menjelaskan bahwa di zaman jahiliah, terdapat tradisi di mana jika seorang laki-laki meninggal, kerabatnya (wali) berhak atas istrinya. Mereka memperlakukan istri sebagai harta warisan, yang bisa diwarisi seperti hewan dan barang. Mereka bisa menikahnya, menikahkannya dengan orang lain, atau mengambil mas kawinnya, sama seperti menjual hewan atau barang. Selain itu, mereka bisa melarangnya untuk menikah lagi dan menahannya di rumah tanpa ikatan nikah, sehingga ia harus menebus dirinya. Jika seorang wanita kehilangan suami, wali suami akan melemparkan pakaiannya kepada wanita tersebut, yang berarti ia dapat menguasai wanita itu seperti harta rampasan. Jika wanita itu menarik perhatian, wali mungkin akan menikahnya; jika tidak, ia akan ditahan sampai mati atau dibuang setelah menebus diri dengan sejumlah harta. Namun, jika wanita tersebut berhasil kembali ke keluarganya sebelum wali melemparkan pakaiannya, ia akan selamat dan terlindungi. Ada juga yang menceraikan istrinya dengan syarat bahwa ia tidak boleh menikah dengan orang lain kecuali yang diinginkannya, sampai wanita itu menebus diri dengan mengembalikan apa yang telah diterimanya, baik sepenuhnya maupun sebagian.

Sebagian orang di zaman jahiliah menahan istri setelah seorang laki-laki meninggal untuk anak kecil dalam keluarga, sehingga ketika anak itu dewasa, ia dapat mengambilnya. Jika seseorang merawat anak perempuan yatim, anak tersebut dilarang untuk menikah sampai anak laki-lakinya cukup besar untuk dinikahkan dengan wanita itu dan menguasai harta warisannya. Masih banyak tradisi jahiliah lain yang bertentangan dengan pandangan mulia yang diajarkan Islam mengenai hubungan antara laki-laki dan perempuan. Tradisi ini merendahkan harkat manusia, memperlakukan hubungan antarselain sebagai transaksi dagang atau hubungan hewan. Dari kondisi rendah ini, Islam mengangkat derajat hubungan tersebut ke tingkat yang lebih tinggi dan terhormat, sesuai dengan martabat Bani Adam yang dimuliakan dan diutamakan oleh Allah. Islam melarang pewarisan perempuan seperti barang atau hewan, dan memberikan kebebasan kepada wanita untuk memilih pasangan hidupnya, baik yang masih perawan maupun janda, setelah perceraian atau kematian suami. Selain itu, Islam mewajibkan suami untuk memperlakukan istrinya dengan baik, meskipun ia tidak menyukainya, selama mereka masih dapat menjaga hubungan yang baik.

3. Variasi dan Posisi hubungan intim

Pada dasarnya, Islam tidak secara terperinci mengatur tentang posisi dan variasi dalam hubungan intim. Islam hanya menuturkan lewat al-Qur'an yang menyatakan bahwa istri adalah seumpama sawah ladang yang boleh di garap dengan model apa aja. Sebagaimana firman Allah SWT:

نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَذُقُوا حَرْثَكُمْ أَيْ شِئْتُمْ وَقَدِمُوا لِأَنْفُسِكُمْ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلْقَوَةٌ ۚ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ ٢٢٣

“Istrimu adalah ladangmu, jadi datangilah ladangmu kapan saja dengan cara yang kamu inginkan. Pilihlah yang terbaik untuk dirimu. Bertakwalah kepada Allah dan ingatlah bahwa

kamu akan menemui-Nya kelak. Sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang beriman. (Q.S. Al-Baqarah/2: 223)."

Asbabun Nuzul ayat ini berhubungan dengan sebagian suku Quraisy yang menikahi wanita dan biasa melakukan hubungan seksual dengan cara tertentu, baik dari depan maupun belakang. Setelah mereka pindah ke Madinah, mereka mencoba menerapkan cara tersebut pada wanita-wanita Anshar. Namun, wanita-wanita Anshar mengkritik keinginan mereka ini. Berita tersebut pun menyebar hingga sampai ke telinga Rasulullah SAW, dan Allah menurunkan ayat ini sebagai respons.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa Kesetaraan Seksual dalam perspektif al-Qur'an sangat terkait dengan etika dalam hubungan seksual. Seks dipandang sebagai sesuatu yang menutupi kebutuhan masing-masing dan memberikan kehangatan. Oleh karena itu, baik suami maupun istri memiliki kewajiban untuk saling melayani dan juga berhak atas layanan dari pasangan. Dengan kata lain, hak perempuan untuk mengekspresikan naluri seksualnya setara dengan hak laki-laki. Selanjutnya akibat perbedaan hormon, maka suami harus melakukan *foreplay* (memberi rangsangan) untuk membantu mempersiapkan tubuh istri untuk berhubungan seks. Terakhir, Islam mempersilahkan pasangan suami-istri untuk melakukan hubungan seks dengan gaya, posisi dan variasi apa pun selama tidak ada paksaan dari salah satu pihak, dan selama tidak dilakukan di waktu dan tempat yang terlarang yaitu ketika istri haid dan penetrasi melalui anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *Sexual Equality* dalam perspektif al-Qur'an sebagai solusi terhadap dominasi seksual dapat dirinci menjadi empat hal, yaitu setara atas dasar pertimbangan kesehatan biologis, setara atas dasar pertimbangan kesehatan mental, setara atas dasar pertimbangan kesehatan spiritual, dan setara dalam kaitannya dengan etika seksual. Adapun rincian kesimpulan dalam penelitian ini adalah *Sexual Equality* merujuk pada konsep bahwa semua individu, tanpa memandang jenis kelamin, memiliki hak dan kesempatan yang sama dalam bidang seksualitas. Kesetaraan seksual bertujuan untuk menghilangkan diskriminasi dan ketidaksetaraan yang mungkin terjadi berdasarkan jenis kelamin. Hal ini mencakup upaya untuk memastikan bahwa pria maupun wanita memiliki akses yang setara terhadap pendidikan seksual, layanan kesehatan reproduksi, serta hak-hak dan tanggung jawab dalam hubungan intim. *Sexual Equality* berusaha untuk mengatasi stereotip gender dan peran tradisional yang dapat membatasi kebebasan individu dalam ekspresi dan pengalaman seksual mereka. *Sexual Equality* juga mencakup perlindungan terhadap pelecehan seksual, pemaksaan seksual, dan bentuk ketidaksetaraan lainnya yang mungkin timbul dalam konteks seksual.

Sejarah menunjukkan bahwa pada masa Jahiliyah sebelum Islam datang, masyarakat terjerat dalam beragam adat dan praktik yang merugikan perempuan. Sikap merendahkan dan meremehkan perempuan menjadi hal umum di tengah masyarakat Jahiliyah. Bahkan, reaksi terhadap kelahiran anak perempuan seringkali dipenuhi dengan kegelisahan, kebencian, dan rasa malu. Praktik mengubur hidup-hidup bayi perempuan yang baru lahir, ketika dewasa menjadi korban penculikan dan pernikahan paksa saat terjadi serangan terhadap kelompok mereka, praktik poligami yang tidak terbatas dan perlakuan tidak adil terhadap perempuan menjadi ciri khas dari kehidupan sosial pada masa tersebut. Di Tengah kondisi sosial yang patriarki ini, Nabi Muhammad SAW. diutus dengan risalah yang membawa perubahan fundamental. Sejarah Islam menunjukkan bahwa perempuan Muslimah memiliki banyak kontribusi dalam pengembangan dakwah, baik dalam politik, sosial, maupun pendidikan.

Ajaran Islam yang dibawa oleh Nabi Muhamamd SAW. Tidak mentolerir bentuk ketidakadilan apapun terhadap perempuan.

Sexual Equality dalam relasi seksual perspektif al-Quran di antaranya Suami dan istri diperlakukan setara oleh al-Qur'an dalam kaitannya dengan hak seksual. Sehingga baik suami maupun istri memiliki hak atas integritas tubuh mereka sendiri (Q. S. An-Nûr: 33) dan memiliki hak yang sama dalam hal seks (Q. S. al-Baqarah: 228), Suami dan istri diperlakukan setara oleh al-Qur'an dalam kaitannya dengan kesehatan biologis. Demi menjaga kesehatan biologis baik suami maupun istri diminta untuk menahan hasrat seksual ketika istri sedang menstruasi (Q. S. Al-Baqarah/2: 222), melakukan hubungan seksual di tempat yang diperbolehkan (Q. S. Al-A'raf/7: 81), dan setia pada pasangan yang sah (Q. S. Al-Mu'minûn/23: 5-7), Suami dan istri diperlakukan setara oleh al-Qur'an dalam kaitannya dengan kesehatan mental, yang mana ketika ada perselisihan dan tidak ada kecocokan antara suami istri, terkhusus ketika istri melakukan *nusyuz*, maka khususnya suami diminta untuk menahan hasrat seksual sampai perselisihan antara suami-istri tersebut dielesaikan (Q. S. An-Nisâ/4: 34). Suami dan istri diperlakukan setara oleh al-Qur'an dalam kaitannya dengan kesehatan spiritual. Haji yang mana tujuan utamanya untuk melatih jiwa agar selalu terhubung dengan Allah tanpa yang lain, memurnikan ketaatan kepada Allah SWT., serta untuk menjauhkan segala sesuatu yang menghilangkan nuansa menjauhi dosa, maka baik suami maupun istri diminta untuk menahan hasrat seksual sampai selesai melaksanakan ihram (Q. S. Al-Baqarah/2: 197), dan menahan hasrat seksual ketika melakukan i'tikaf pada malam-malam akhir bulan Ramadhan (Q. S. Al-Baqarah/2: 187), dan akibat perbedaan hormon, maka suami harus melakukan *foreplay* (memberi rangsangan) untuk membantu mempersiapkan tubuh istri sebelum melakukan hubungan seksual (Q. S. An-Nisâ/4: 19), Terakhir, Islam mempersilahkan pasangan suami-istri untuk melakukan hubungan seks dengan gaya, posisi dan variasi apa pun selama tidak ada paksaan dari salah satu pihak, dan selama tidak dilakukan di waktu dan tempat yang terlarang yaitu ketika istri haid dan penetrasi melalui anal (Q. S. Al-Baqarah/2: 223).

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Z. (2021). Peran Perempuan Dalam Dunia Pendidikan Perspektif Hamka. *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu Dan Budaya Islam*, 4(01), 115–135.
- Agustina, E., Ernawati, E., Irvita, M., & Putri, C. P. (2021). Dampak masa pandemi covid-19 dalam perspektif kesetaraan gender. *Unusia Conference*, 1(1), 89–100.
- Ahmad, N., Wahid, U., Kuswanti, S., & Hidayati, T. (2023). *Menelusuri Lanskap Kontemporer: Muslimat Al Washliyah dalam Islam dan Masyarakat*. YPM Publishing.
- Aizid, R. (2018). *Fiqh Keluarga Terlengkap*. Laksana.
- Al-Azizi, A. S. (2017). *Kitab Lengkap dan Praktis Fiqh Wanita*. Noktah.
- Al-Juzairi, S. A. (2015). *Fikih Empat Madzhab Jilid 4* (Vol. 4). Pustaka Al-Kautsar.
- Alfiyah, S. N. (2018). Implementasi pendidikan pranatal dalam Islam: studi atas ibu hamil di Desa Kajen Margoyoso Pati. *UIN Walisongo*.
- Alhakim, A. (2021). Kekerasan terhadap Perempuan: Suatu Kajian Perlindungan Berdasarkan Hukum Positif Di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 9(1), 115–122.
- Amin, M. (2020). Hadis tentang dilaknat perempuan yang menolak panggilan suaminya. *Fitrah: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 5(1), 115–136.

- Arimbi, D. A. (2018). *Memahami Penulis Perempuan Muslim Kontemporer Indonesia*. Airlangga University Press.
- Ash-Shalabi, M. A. (2012). Sejarah Lengkap Rasulullah Saw: Fikih dan Study Analisa Komprehensif. *Jakarta: Pustaka Al-Kautsar*.
- Asmani, J. M. (2015). Kepemimpinan Perempuan: Pergulatan Wacana Di Nahdlatul Ulama (NU). *Addin*, 9(1).
- Asti, B. M. (2013). *Datangilah Istrimu Sesuai Kehendakmu*. Media Pressindo.
- Asy-Syaukani, I., & bin Muhammad, A. (2013). Tafsir Fathul Qadir Jilid 11. *Edited by Sayyid Ibrahim. Jakarta: Pustaka Azzam*.
- Baidowi, A. (2024). *Memandang Perempuan: Bagaimana Al-Quran dan Penafsir Modern Menghormati Kaum Hawa?* Marja.
- Bastiar, B. (2018). Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri Mewujudkan Rumah Tangga Sakinah. *Jurisprudensi: Jurnal Ilmu Syariah, Perundang-Undangan Dan Ekonomi Islam*, 10(1), 77–96.
- Bidayati, K. (2021). *Perlindungan Hak Reproduksi Perempuan dan Interpretasinya di Pengadilan Agama: Studi Putusan Pengadilan Agama di DKI Jakarta 2015-2019*. Penerbit A-Empat.
- Budi, A. A. S. (2023). Kawin Paksa Dalam Perspektif Hukum Islam dan Konteks Kajian Hak Asasi Manusia. *Jurnal Dunia Ilmu Hukum (Jurdikum)*, 1(2), 44–49.
- Khoiriyah, A. M. (2020). Perlindungan dan Hak Pekerja Perempuan di Bidang Ketenagakerjaan. *IJouGS: Indonesian Journal of Gender Studies*, 1(1), 57–66.
- Mahdi, I. (2024). *Exual Equality Dalam Perspektif Al-Qur'an: Solusi Terhadap Dominasi Seksual*. Institut PTIQ Jakarta.
- Masdoki, M. (2020). *Kekerasan seksual terhadap istri berdasarkan Undang-Undang No. 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga dan Hukum Islam (Analisis Putusan Pengadilan Negeri Bangil, Denpasar dan Medan)*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Rahmawati, D. (n.d.). *Peran perempuan dalam pendidikan perspektif Husein Muhammad dan fenomena perempuan masa kini*.