

TINJAUAN HUKUM ISLAM TERHADAP PERILAKU ISTIMNA' DAN IMPLIKASINYA TERHADAP KUALITAS RUMAH TANGGA: STUDI PADA KARYAWAN PT PERTAMINA DURI

*Juvan Pabuka Almadjid, Arif Husnul Khuluq

Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i

*Email: juvanpabuka100@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the implications of masturbation behavior on the quality of marital relationships and household stability among employees of PT. Pertamina Duri, as well as to examine the Islamic legal perspective on this phenomenon. This research employs a qualitative approach with a descriptive method, utilizing in-depth interviews and document studies. The sample was selected purposively, consisting of married employees with experiences related to masturbation behavior. The findings reveal that the primary factors driving masturbation behavior in marriage include pre-marital habits, physical distance from one's spouse, stress, emotional pressure, and a lack of education about reproductive health. The impact of masturbation on marital relationships varies; in some cases, excessive masturbation can reduce sexual desire towards a spouse and trigger conflicts, whereas for others, masturbation within reasonable limits does not negatively affect household harmony if supported by good communication between partners. From an Islamic legal perspective, the majority of scholars prohibit masturbation except in cases of necessity to prevent adultery. However, within the context of marriage, masturbation assisted by a spouse is more acceptable compared to self-masturbation. Islam emphasizes the importance of open communication in marriage to maintain a balance between biological needs and household harmony.

Keywords: *Masturbation; Marital Relationship; Islamic law.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implikasi perilaku masturbasi terhadap kualitas hubungan suami istri dan stabilitas rumah tangga pada karyawan PT. Pertamina Duri, serta meninjau pandangan hukum Islam terkait fenomena ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif melalui wawancara mendalam dan studi dokumentasi. Sampel penelitian dipilih secara purposive, terdiri dari karyawan yang telah menikah dan memiliki pengalaman dengan perilaku masturbasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor utama yang mendorong perilaku masturbasi dalam hubungan pernikahan meliputi kebiasaan sebelum menikah, jarak fisik dengan pasangan, stres, tekanan emosional, serta kurangnya edukasi tentang kesehatan reproduksi. Dampak perilaku masturbasi terhadap hubungan suami istri beragam; pada beberapa individu, masturbasi yang berlebihan dapat menurunkan gairah seksual terhadap pasangan dan memicu konflik, sementara bagi sebagian lainnya, masturbasi dalam batas tertentu tidak memengaruhi keharmonisan rumah tangga jika didukung dengan komunikasi yang baik antara pasangan. Dari perspektif hukum Islam, mayoritas ulama mengharamkan masturbasi kecuali dalam kondisi darurat untuk menghindari zina. Namun, dalam konteks hubungan suami istri, masturbasi yang dilakukan dengan bantuan pasangan lebih dapat diterima dibandingkan dengan masturbasi yang dilakukan secara individu. Islam menekankan pentingnya komunikasi

terbuka dalam pernikahan untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan biologis dan keharmonisan rumah tangga.

Kata kunci: Masturbasi; Hubungan Pernikahan; Hukum Islam.

PENDAHULUAN

Istimna' berasal dari bahasa Arab *istamna'* yang berarti meminta kenikmatan dengan tangan sendiri. Dalam istilah fikih, *istamna'* merujuk pada aktivitas seksual individu tanpa pasangan, yang dilakukan dengan tangan sendiri maupun dengan yang lain untuk mengeluarkan sperma atau dikenal dengan masturbasi. Perilaku ini menjadi perdebatan dalam Islam, karena menyangkut nilai moral, hukum, dan tujuan utama pernikahan. Mayoritas ulama mengharamkan *istamna'*, kecuali dalam keadaan darurat seperti untuk menghindari zina. Namun, beberapa pendapat kontemporer mulai memberi kelonggaran jika dilakukan bersama pasangan yang sah atau sebagai bentuk pengendalian diri (Wijaya, 2019).

Dalam realitas sosial, *istamna'* (masturbasi) tidak hanya dilakukan oleh individu lajang, tetapi juga oleh pasangan yang telah menikah. Berbagai alasan menjadi pemicunya, seperti jarak geografis, istri yang sedang haid, ritme biologis yang tidak seimbang, serta tekanan psikologis akibat pekerjaan. Dalam konteks tertentu, *istamna'* bahkan menjadi mekanisme coping untuk menjaga kestabilan emosional dan mencegah penyimpangan perilaku seksual lainnya (Wehrli et al., 2024). Salah satu kawasan yang relevan untuk mengkaji fenomena ini adalah Kota Duri, sebuah kota kecil di Kecamatan Mandau, Kabupaten Bengkalis, Riau. Kota ini memiliki luas sekitar 930 km² dan populasi lebih dari 250.000 jiwa. Terletak sekitar 130 km dari Kota Pekanbaru, Duri telah berkembang sebagai pusat industri minyak nasional sejak dekade 1950-an. Awalnya dikelola oleh Caltex (kemudian Chevron Pacific Indonesia), kini ladang minyak tersebut dioperasikan oleh PT Pertamina (Chevron Indonesia, n.d.; Uly & Djumena, 2021).

Lingkungan kerja di industri migas seperti di Duri menghadirkan tantangan tersendiri bagi kehidupan rumah tangga para karyawan. Sistem kerja shift, tekanan operasional tinggi, serta keterbatasan interaksi fisik dengan pasangan, baik karena waktu maupun jarak menjadi hal yang mendorong sebagian karyawan untuk menyalurkan kebutuhan biologis secara individual. Dalam hal ini, praktik *istamna'* menjadi salah satu bentuk penyesuaian yang dipilih, meskipun praktik tersebut masih memunculkan beragam pandangan dalam hukum Islam dan masyarakat Muslim Indonesia.

Masturbasi dianggap sebagai perilaku yang umum pada seseorang meskipun begitu, masturbasi dapat memiliki implikasi yang signifikan terhadap hubungan suami-istri. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan masturbasi dapat mempengaruhi kedekatan emosional dan fisik dalam pernikahan. Sebuah studi menemukan bahwa orang yang sering melakukan masturbasi dapat mengalami kesulitan dalam mencapai kepuasan seksual dengan pasangan mereka yang mana dapat menyebabkan ketegangan dan konflik dalam hubungan suami-istri (Lehmiller, 2017). Penelitian lain menunjukkan bahwa kebiasaan masturbasi dapat memengaruhi

dinamika hubungan termasuk kepercayaan, komunikasi, dan kepuasan seksual pasangan. Pasangan yang terbuka dalam membahas kebiasaan seksual mereka cenderung memiliki hubungan yang lebih sehat dan stabil (Kılıç, Armstrong, & Graham, 2023). Oleh karena itu, penting untuk memahami implikasi dari kebiasaan ini dalam konteks hukum Islam dan implikasinya terhadap kualitas hubungan suami istri.

Dalam perspektif hukum Islam, masturbasi merupakan sebuah isu yang kompleks. Sebagian ulama menganggap bahwa masturbasi adalah perbuatan yang tidak diperbolehkan, sementara yang lain berpendapat bahwa dalam keadaan tertentu masturbasi dapat diterima sebagai alternatif untuk menghindari perbuatan zina. Hal ini menunjukkan bahwa pandangan Islam terhadap masturbasi dalam konteks hubungan suami istri pun dapat bervariasi dan memerlukan pemahaman yang mendalam mengenai ajaran agama dan norma sosial yang berlaku (Rohman, 2020).

Sejumlah penelitian sebelumnya telah membahas perilaku masturbasi dari berbagai perspektif. Warlenda et al. (2018) meneliti determinan masturbasi pada remaja di sekolah menengah atas, sementara Shahab (2017) mengkaji hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi terhadap perilaku masturbasi pada santri. Jaiswal (2024) membahas isu masturbasi dari sudut pandang psikologis dan kontrol diri, sedangkan Wehrli et al. (2024) menekankan masturbasi sebagai strategi coping pada perempuan. Di sisi lain, Nurdin et al. (2025) menelaah pandangan Ibn Hazm dan Imam Asy-Syafi'i terhadap praktik *istimna'* dalam konteks hukum Islam.

Namun, kajian-kajian tersebut umumnya berfokus pada remaja, lajang, atau perspektif medis-psikologis, bukan pada pasangan suami istri. Penelitian mengenai masturbasi dalam konteks pernikahan, khususnya di kalangan pekerja industri migas masih sangat terbatas. Belum banyak pula yang menghubungkan fenomena ini dengan prinsip-prinsip hukum Islam, seperti *maqāṣid al-syarī'ah*, maupun dengan fatwa keulamaan lokal di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan fokus pada karyawan PT Pertamina Duri sebagai representasi dari pasangan Muslim dalam lingkungan kerja dengan tantangan khusus.

Berdasarkan paparan di atas, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan perilaku masturbasi (*istimna'*) terjadi dalam hubungan rumah tangga pada karyawan PT Pertamina Duri; (2) menganalisis dampaknya terhadap kualitas hubungan suami istri dan stabilitas rumah tangga; serta (3) mengkaji fenomena tersebut dari sudut pandang hukum Islam. Dengan tercapainya tujuan tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan literatur fikih seksual kontemporer, sekaligus menjadi panduan praktis bagi pasangan Muslim dalam menjaga keharmonisan rumah tangga secara *syar'i*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk menggambarkan dan menganalisis implikasi perilaku masturbasi terhadap kualitas hubungan

suami istri dan stabilitas rumah tangga pada karyawan PT Pertamina Duri. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dan studi dokumentasi. Populasi penelitian adalah pasangan suami istri di Kota Duri yang memenuhi kriteria tertentu, seperti memiliki pengalaman terkait masturbasi dan merasakan efek dari perilaku tersebut. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling untuk memastikan informan memiliki relevansi dengan topik penelitian. Demi menjaga privasi dan kerahasiaan informan, nama asli tidak dicantumkan secara lengkap dan hanya inisial yang digunakan dalam laporan penelitian ini. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam kepada pasangan suami istri untuk menggali faktor penyebab perilaku masturbasi serta dampaknya pada hubungan mereka, dan studi dokumentasi yang mengkaji literatur relevan, termasuk pandangan hukum Islam mengenai masturbasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Faktor yang Menyebabkan Perilaku Masturbasi Terjadi dalam Hubungan Rumah Tangga pada Karyawan PT. Pertamina Duri

Dalam ajaran Islam sebuah pernikahan merupakan fitrah pada diri manusia yang mana menunjukkan bahwa setiap manusia membutuhkan itu, karena dengannya manusia dapat menyalurkan kebutuhan nafsunya dengan melakukan hubungan biologis, maka setiap manusia memiliki hak untuk menikah. Negara Indonesia juga mengatur terkait pernikahan yang mana tercantum dalam UU Perkawinan nomor 1 tahun 1974 pasal 1, selain itu juga mengatur batas usia seseorang untuk melakukan pernikahan yang tercantum dalam pasal 7 bahwa laki-laki diperbolehkan menikah ketika mencapai usia 19 tahun dan untuk wanita mencapai usia 16 tahun (Kusumawati, 2018). Namun, setelah revisi berdasarkan Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 (2019), batas usia minimal pernikahan bagi pria dan wanita disamakan menjadi 19 tahun dengan ketentuan bahwa dispensasi hanya dapat diberikan oleh pengadilan dalam keadaan mendesak dan harus didukung dengan bukti yang cukup.

Sebagian orang merasa perlu menyalurkan hasratnya, yang mungkin disebabkan oleh paparan dini terhadap hal-hal yang berkaitan dengan hubungan suami istri, seperti pornografi, pacaran, atau faktor lainnya. Mereka yang mengalami ini tentu saja tidak dapat menyalurkan nafsunya dengan cara yang benar dikarenakan mereka belum menikah, maka masturbasi merupakan salah satu cara bagi mereka untuk memuaskan nafsunya (Warlenda, Wahyudi, & Siregar, 2018).

Masturbasi juga kerap dilakukan oleh mereka yang sudah menikah, bisa disebabkan kebiasaan sebelum menikah yang terbawa hingga setelah menikah, seperti yang diungkapkan oleh ZK seorang pekerja di PT. Pertamina Duri Riau "Iya, karena kebiasaan di saat lajang" ketika ditanyakan terkait perilaku masturbasi yang berlanjut hingga masa pernikahan (ZK, wawancara pribadi, 2024). Masturbasi juga bisa disebabkan oleh faktor lain yang terjadi di dalam pernikahan mereka seperti istri yang sedang berhalangan atau sedang mengalami menstruasi kemudian suami butuh untuk memuaskan dirinya seperti yang diungkapkan oleh MDT yang merupakan pekerja di tempat yang sama dengan ZK "Masih ketika sedang halangan, melakukan masturbasi bersama

pasangan” saat ditanyai pertanyaan serupa (MDT, wawancara pribadi, 2024). Perilaku masturbasi dianggap sebagai perbuatan yang normal dan diterima oleh beberapa orang. SGM yang juga merupakan pekerja di PT. Pertamina Duri Riau ketika ditanyakan terkait pandangan terhadap masturbasi menjawab “Wajar-wajar saja” (SGM, wawancara pribadi, 2024). ZK juga menjawab pertanyaan tersebut dengan ucapan “Sebagai manusia normal” (ZK, wawancara pribadi, 2024).

Jacob et al. (2021) di dalam penelitiannya menyebutkan hal-hal yang mendorong seseorang untuk melakukan masturbasi berupa; stres, dan tekanan emosional. SGM menguatkan pernyataan tersebut dengan ungkapannya “Stres dan jarak fisik“ dalam menjawab pertanyaan penulis terkait pemicu dirinya melakukan masturbasi (SGM, wawancara pribadi, 2024). Penulis juga menemukan bahwa masturbasi juga disebabkan oleh keingintahuan seksual, kurangnya edukasi kesehatan reproduksi, serta pengaruh teman sebaya (Shahab, 2017). Studi lain juga menyebutkan bahwa faktor masturbasi antara lain; faktor internal (hormon, keingintahuan seksual) dan faktor eksternal (lingkungan sosial, media) (Ekawati, 2021). Hal ini dikuatkan dengan ungkapan dari ZK ”Ketika melihat cewek berpakaian yang tidak menutupi auratnya, dan membangkitkan gairah” setelah ditanyai perihal penyebab dirinya melakukan masturbasi (ZK, wawancara pribadi, 2024). Wehrli, Bodenmann, Clemen, dan Weitkamp (2024) menemukan bahwa masturbasi dapat digunakan sebagai strategi koping untuk membantu meredakan ketegangan emosional, dan hal ini menjadi salah satu alasan seseorang melakukan masturbasi. OP, salah satu pekerja di PT Pertamina, membenarkan pernyataan tersebut dalam wawancara pribadi (OP, wawancara pribadi, 2024).

Dampak Perilaku Masturbasi terhadap Kualitas Hubungan Suami Istri dan Stabilitas Rumah Tangga pada karyawan PT. Pertamina Duri.

Penelitian menunjukkan bahwa masturbasi atau paparan pornografi secara berlebihan dapat mengaktifkan sistem reward otak secara hipersensitif. Voon et al. (2014) menemukan bahwa individu dengan perilaku seksual kompulsif menampilkan respons berlebihan pada ventral striatum, menyerupai pola kecanduan. Jha dan Banerjee (2022) menegaskan bahwa ini dapat menyebabkan desensitisasi terhadap rangsangan normal dan berkembang menjadi toleransi di mana seseorang harus meningkatkan intensitas rangsangan seksual untuk mendapatkan kenikmatan yang sama. Pola ini menandai siklus craving berlebihan yang mirip kecanduan. SGM mengungkapkan bahwa dirinya merasakan kecanduan dalam melakukan masturbasi, hal ini dia ungkapkan ketika menjawab pertanyaan yang dilemparkan penulis kepadanya dalam wawancara (SGM, wawancara pribadi, 2024).

Tindakan masturbasi yang berlebihan dapat berdampak pada penurunan ketertarikan seksual terhadap pasangan. Dalam wawancara yang dilakukan penulis, beberapa partisipan menyatakan bahwa setelah terbiasa dengan masturbasi, mereka merasa kurang bergairah saat berhubungan seksual dengan pasangan. ZK (wawancara pribadi, 2024) mengungkapkan bahwa masturbasi yang terlalu sering membuatnya lebih sulit mencapai kepuasan saat berhubungan intim karena terbiasa dengan pola stimulasi yang berbeda dibandingkan dengan pengalaman

seksual bersama pasangan. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang telah dibahas, yang menunjukkan adanya potensi desensitisasi terhadap rangsangan alami akibat perilaku seksual kompulsif.

Meskipun masturbasi berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif dalam hubungan, tidak semua bentuk masturbasi berdampak buruk. Masturbasi yang sehat, terutama ketika dilakukan dalam batas wajar dan dibarengi komunikasi yang terbuka, tidak selalu berdampak negatif terhadap komunikasi dan hubungan emosional dalam pernikahan. Sebuah studi menunjukkan bahwa dalam hubungan yang sehat, masturbasi dapat menjadi bagian dari eksplorasi seksual individu yang meningkatkan pemahaman tentang preferensi masing-masing, sehingga memperkaya komunikasi pasangan terkait kebutuhan seksual (Kılıç et al., 2023; Fischer & Træen, 2022). Dalam wawancara yang dilakukan penulis, mayoritas partisipan juga mengungkapkan bahwa mereka tetap memiliki keterikatan emosional yang kuat dengan pasangan mereka meskipun melakukan masturbasi secara teratur (wawancara pribadi, 2024). Hal ini sejalan dengan temuan Kılıç et al. (2023), yang menunjukkan bahwa individu yang terbuka dalam komunikasi mengenai masturbasi dengan pasangan cenderung memiliki hubungan yang lebih harmonis dan kepuasan seksual yang lebih tinggi.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan penulis, sebanyak 90% partisipan menyatakan bahwa tindakan masturbasi tidak memengaruhi kualitas pernikahan mereka secara keseluruhan (wawancara pribadi, 2024). Partisipan melaporkan bahwa masturbasi bukanlah faktor yang menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga, asalkan dilakukan secara wajar dan dikomunikasikan dengan pasangan. Hal ini sejalan dengan temuan Kılıç, Armstrong, dan Graham (2023) serta Fischer dan Træen (2022) yang menunjukkan bahwa masturbasi tidak selalu berkaitan dengan penurunan kualitas hubungan, tetapi penggunaan pornografi secara berlebihan dapat berdampak negatif terhadap kepuasan pasangan.

Berdasarkan penelitian yang tersedia, masturbasi tidak selalu berkontribusi pada penghindaran hubungan seksual dengan pasangan. Dalam beberapa konteks, masturbasi digunakan sebagai cara untuk mengelola dorongan seksual ketika pasangan tidak tersedia atau mengalami keterbatasan. Hasil tinjauan sistematis menunjukkan bahwa masturbasi berfungsi sebagai kompensasi pada pria, sedangkan pada wanita seringkali menjadi pelengkap hubungan yang sehat tanpa merusak kualitas keintiman (Cervilla, Álvarez-Muelas, & Sierra, 2024). Selain itu, penelitian tentang mutual masturbation menunjukkan bahwa keterlibatan pasangan dalam masturbasi bersama dapat meningkatkan kepuasan seksual dan memperkuat komunikasi dalam hubungan (Kılıç et al., 2023). Artikel tambahan dari Ludden (2022) menegaskan bahwa masturbasi solo dapat melengkapi kehidupan seksual pada wanita dan bukan indikator ketidakpuasan relasional, selama dijalani dengan komunikasi terbuka. Oleh karena itu, masturbasi lebih dipengaruhi oleh kebutuhan biologis dan psikologis individu, bukan sebagai tanda ketidaktertarikan terhadap pasangan, selama pasangan menjaga keterbukaan dan kepercayaan dalam komunikasi.

Masturbasi dapat memberikan manfaat psikologis, seperti meningkatkan suasana hati, mengurangi stres, dan membantu individu merasa lebih baik secara emosional. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa masturbasi dapat berfungsi sebagai strategi coping yang sehat, membantu individu mengelola ketegangan emosional dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Selama dilakukan dalam batas yang sehat, masturbasi tidak memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental, melainkan justru dapat menjadi bagian dari mekanisme regulasi emosi yang positif (Wehrli et al., 2024) Pernyataan pada studi ini dikuatkan dengan pernyataan ZK yang menyebutkan bahwa dirinya merasa lebih baik setelah melakukan masturbasi, dia menggambarkan bahwa dirinya seperti tidak memiliki beban lagi (ZK, wawancara pribadi, 2024).

Untuk merangkum hasil temuan secara lebih sistematis, berikut disajikan tabel tematik mengenai faktor penyebab dan dampak masturbasi dalam hubungan pernikahan pada karyawan PT Pertamina Duri:

Aspek	Temuan kunci	Sumber/dukungan
Faktor penyebab	<ul style="list-style-type: none"> - Kebiasaan sejak lajang yang terbawa dalam pernikahan - Jarak fisik dengan pasangan (LDM, shift kerja) - Istri sedang haid - Stres & tekanan emosional - Rasa penasaran / keingintahuan seksual - Paparan pornografi - Kurangnya edukasi reproduksi - Lingkungan sosial & teman sebaya 	ZK, MDT, SGM, OP (wawancara pribadi, 2024); Warlenda et al. (2018); Shahab (2017); Ekawati (2021); Wehrli et al. (2024); Jacob et al. (2021)
Dampak negatif	<ul style="list-style-type: none"> - Penurunan gairah terhadap pasangan - Kecanduan / craving berulang - Desensitisasi terhadap stimulus pasangan - Potensi konflik dalam rumah tangga 	Lehmler (2017); Voon et al. (2014); Jha & Banerjee (2022); wawancara dengan ZK & SGM
Dampak netral/positif	<ul style="list-style-type: none"> - Meningkatkan pemahaman preferensi seksual diri - Sebagai strategi coping stres - Tidak mengganggu hubungan jika ada komunikasi - Tidak menyebabkan masalah jika dilakukan dalam batas wajar 	Wehrli et al. (2024); Kılıç et al. (2023); Fischer & Træen (2022); wawancara pribadi (2024)

Temuan-temuan ini menunjukkan perlunya telaah hukum Islam secara lebih mendalam, mengingat adanya kompleksitas dalam praktik dan implikasinya terhadap rumah tangga. Oleh karena itu, pada bagian berikut akan dibahas pandangan hukum Islam mengenai perilaku ini.

Pandangan Hukum Islam Mengenai Perilaku Masturbasi dalam Konteks Hubungan Suami Istri

Di dalam agama Islam, hubungan pernikahan tidak hanya dipandang sebagai ikatan lahiriah, tetapi juga sebagai sarana pemenuhan kebutuhan biologis yang sah serta pembinaan hubungan emosional dan spiritual antara suami dan istri. Sebagai bagian dari kehidupan seksual dalam pernikahan, perilaku masturbasi menjadi salah satu aspek yang sering diperdebatkan dalam hukum Islam. Perbedaan interpretasi muncul karena tidak adanya dalil yang secara eksplisit menyebutkan hukum masturbasi dalam konteks hubungan suami istri, sehingga para ulama melakukan ijtihad dengan mendasarkan pandangan mereka pada Al-Qur'an, hadis, dan kaidah fikih (Rohman, 2020).

Masturbasi memiliki beragam pandangan di kalangan ulama fikih. Mayoritas ulama dari Mazhab Hanafi, Maliki, dan Syafi'i menganggap masturbasi sebagai perbuatan yang dilarang kecuali dalam kondisi tertentu, seperti menghindari zina. Mazhab Hambali cenderung lebih fleksibel dan memperbolehkannya jika seseorang tidak mampu menikah atau berada dalam keadaan darurat (Rohman, 2020). Untuk menjelaskan hukum masturbasi perlu untuk membagi macam-macam dari perilaku masturbasi. Berikut adalah penjelasan mengenai macam-macam masturbasi dalam Islam dan hukum setiap macamnya:

1. Masturbasi yang Dilakukan Sendiri

Di dalam kitab-kitab fikih masturbasi sering dibahas dengan istilah *al-istimna bilyadd*, akan tetapi tidak terdapat dalil alquran yang secara langsung melarang atau mengancam perilaku masturbasi. Namun ada ayat-ayat yang menjelaskan untuk menjaga dan memelihara kemaluan sebagai bagian dari keimanan dan ketaatan diri kepada Allah (Umar & Musyahid, 2020). Ayat-ayat yang dimaksud adalah:

a. Al-Mu'minin 5-6

الَّذِينَ هُمْ لِأَفْوَاجِهِمْ حَفِظُونَ ۝ إِلَّا عَلَىٰ أَرْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ۖ

Artinya: “Dan orang yang memelihara kemaluannya(5) Kecuali terhadap istri-istri mereka atau hamba sahaya yang mereka miliki; maka sesungguhnya mereka tidak tercela(6)” (QS. Al-Mu'minin: 5-6).

b. Al-Ma'arij 29-30

وَالَّذِينَ هُمْ لِأُزْوَاجِهِمْ حَفِظُونَ ۚ إِلَّا عَلَىٰ أَرْوَاحِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ۚ ۳۰

Artinya: “Dan orang-orang yang memelihara kemaluannya (29) kecuali terhadap istri-istri mereka atau hamba sahaya yang mereka miliki maka sesungguhnya mereka tidak tercela (30)” (QS. Al-Ma'arij: 29-30).

Para ulama mazhab Maliki, Syafi'i, dan Zaidi mengemukakan bahwa masturbasi haram dilakukan oleh siapa pun, baik laki-laki ataupun perempuan, dewasa ataupun remaja, sudah menikah ataupun belum. Sebagaimana yang dijelaskan pada ayat-ayat Alquran di atas untuk selalu menjaga kemaluan atau kehormatan diri. Para ulama mazhab Hanafi juga mengharamkan perilaku masturbasi, tetapi ada sedikit perbedaan yaitu keringanan dalam melakukannya yang mana hukumnya menjadi mubah atau bahkan wajib ketika dalam keadaan tertentu seperti seseorang yang dapat terjerumus ke dalam keharaman yang lebih besar jika tidak melakukannya (Umar et al., 2020).

2. Masturbasi dengan Melibatkan Orang Lain

Masturbasi yang dilakukan dengan bantuan orang lain atau melibatkan interaksi fisik dengan orang lain untuk mencapai ejakulasi atau orgasme. Masturbasi dengan melibatkan orang lain ada dua jenis:

a. Masturbasi dengan melibatkan orang yang bukan pasangan sah.

Hukumnya haram secara mutlak, karena termasuk kategori mendekati zina. Interaksi fisik dengan orang lain yang bukan mahram jelas merupakan pelanggaran terhadap batasan-batasan syariat. Dalam Al-Qur'an, Allah SWT berfirman:

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّانَا إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلٌ

Artinya: “Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji dan suatu jalan yang buruk” (QS. Al-Isra': 32).

b. Masturbasi dengan Melibatkan Pasangan Sah

Menurut fatwa Darul Ifta Birmingham yang dijawab oleh Mufti Eunos Ali (2021) hukumnya boleh (mubah) selama dilakukan dalam konteks hubungan suami-istri yang sah dan tidak melibatkan tindakan yang dilarang oleh syariat. Dan ini termasuk bentuk kenikmatan yang dibolehkan bersama istri, maka tidak ada dosa di dalamnya. Dalil yang sering digunakan adalah Surah Al-Mu'minun ayat 5-7,

وَالَّذِينَ هُمْ لِأُزْوَاجِهِمْ حَفِظُونَ ۚ ۵ إِلَّا عَلَىٰ أَرْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ۚ ۶ فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ۚ ۷

Artinya: “Dan orang yang memelihara kemaluannya(5) Kecuali terhadap istri-istri mereka atau hamba sahaya yang mereka miliki; maka sesungguhnya mereka tidak

tercela(6) Tetapi barang siapa mencari di balik itu (zina, dan sebagainya), maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas(7)” (QS. Al-Mu'minun: 5-7.).

Surat ini menegaskan bahwa menjaga kemaluan dengan pasangan sah merupakan perintah dalam Islam. Sebagian ulama berpendapat bahwa masturbasi yang dilakukan oleh pasangan terhadap pasangannya diperbolehkan karena masih dalam hubungan halal (Prayoga & Mukhsin, 2024).

3. Masturbasi dalam Keadaan Darurat

Masturbasi yang dilakukan seseorang (yang tidak mampu menikah) karena takut tidak bisa menahan diri dari zina dan tidak bisa menjauhinya kecuali dengan masturbasi, atau seseorang yang akan sakit jika tidak melakukannya. Masturbasi itu jika untuk meredakan birahi yang sudah dominan, maka ada Ulama yang menghukumi boleh, dengan alasan darurat. Dan menurut Imam Ibnu Abidin dari madzhab Hanafi hukumnya malah wajib.

وصرح ابن عابدينمن الحنفية بأنه لو تعين الخلاص من الزنا به وجب

Artinya: “Imam Ibnu ‘Abidin menjelaskan dari madzhab Hanafi bahwa sesungguhnya istimna” dapat menyelamatkan dari perbuatan zina, maka hukumnya wajib” (Prayoga et al., 2024).

4. Masturbasi untuk Tujuan Medis

Masturbasi yang dilakukan untuk tujuan medis, seperti pengambilan sampel sperma atas anjuran dokter untuk pemeriksaan kesuburan atau diagnosis penyakit, termasuk dalam kategori rukhsah (keringanan) dalam kondisi darurat. Hal ini merujuk pada kaidah fiqh al-dharūrāt tubīh al-mahzūrāt (keadaan darurat membolehkan hal-hal yang terlarang). Masturbasi medis hanya dibolehkan jika benar-benar diperlukan, dilakukan atas saran medis profesional, tanpa niat bersyahwat, serta tidak dijadikan kebiasaan (Islam Q&A, 2015; Darul Iftaa Chicago, 2024). Apabila memungkinkan, tindakan ini lebih utama dilakukan dengan bantuan pasangan sah, karena stimulasi oleh pasangan diperbolehkan dalam hubungan pernikahan. Namun, jika tidak memungkinkan karena pasangan tidak ada atau dalam kondisi tertentu, maka diperbolehkan dilakukan sendiri atas dasar darurat, dengan tetap memperhatikan batasan syariat. Hal ini sesuai dengan kaidah "mā ubiḥa li al-ḍarūra yuqaddaru bi qadariha" yang berarti “sesuatu yang dibolehkan karena darurat hanya boleh dilakukan sebatas kadar kebutuhan” (Islam Q&A, 2015).

Di Indonesia, meskipun MUI belum mengeluarkan fatwa tersendiri, ketegasan nilai Islam di masyarakat diarahkan agar aktivitas seksual hanya terjadi dalam koridor pernikahan. Nilai ini ditegaskan tidak hanya dari teks Al-Qur'an dan Hadis, tetapi juga ajakan membentuk keluarga sakinah dan menghindari perbuatan yang melemahkan kehormatan dan kesehatan mental maupun fisik para pelakunya .

Jika ditinjau dari perspektif maqāṣid al-syarī'ah, masturbasi dapat dinilai secara kontekstual. Dalam kondisi tertentu, ia dapat masuk dalam tujuan ḥifz al-naḥs (menjaga jiwa) dan ḥifz al-'ird (menjaga kehormatan), khususnya ketika menjadi alternatif untuk menghindari perzinahan. Akan tetapi, apabila praktik tersebut mengganggu fungsi utama pernikahan seperti ḥifz al-nasl (menjaga keturunan) atau merusak hubungan emosional, maka hukumnya dapat berubah menjadi makruh atau haram. Dengan demikian, pendekatan fikih terhadap masturbasi dalam pernikahan tidak bisa digeneralisasi, melainkan harus melihat pada niat, frekuensi, kondisi pasangan, serta dampaknya terhadap keharmonisan rumah tangga (M., 2024).

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkap bahwa perilaku masturbasi di kalangan karyawan PT Pertamina Duri dalam konteks pernikahan dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya kebiasaan sebelum menikah, jarak fisik dengan pasangan, istri yang sedang berhalangan, tekanan emosional, stres, serta kurangnya edukasi kesehatan reproduksi. Masturbasi sering kali menjadi sarana untuk mengelola dorongan seksual, terutama ketika pasangan tidak tersedia secara fisik. Dampak masturbasi terhadap hubungan suami istri sangat bergantung pada intensitas praktik dan kualitas komunikasi pasangan. Masturbasi yang dilakukan secara berlebihan berpotensi menimbulkan kecanduan, menurunkan ketertarikan seksual terhadap pasangan, serta mengganggu keharmonisan rumah tangga. Sebaliknya, masturbasi yang dilakukan dalam batas wajar dan disertai komunikasi terbuka cenderung tidak menimbulkan masalah berarti, bahkan dapat mendukung keseimbangan dalam hubungan seksual.

Dari sudut pandang hukum Islam, mayoritas ulama memandang masturbasi sebagai perbuatan terlarang, kecuali dalam kondisi darurat untuk mencegah perbuatan yang lebih buruk, seperti zina. Masturbasi yang dilakukan dengan bantuan pasangan sah dipandang lebih dapat diterima, asalkan tidak bertentangan dengan nilai-nilai syariat. Islam menekankan pentingnya komunikasi terbuka dalam pernikahan agar kebutuhan biologis dan emosional dapat terpenuhi secara halal dan sehat, serta mencegah terjadinya pelampiasan syahwat secara menyimpang. Oleh karena itu, keberhasilan menjaga kualitas rumah tangga sangat bergantung pada kemampuan pasangan dalam mengelola kebutuhan

seksual dengan bijak, saling memahami, dan mematuhi ajaran agama. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi, pemahaman, dan komitmen untuk menjalani kehidupan seksual yang sehat dan sesuai syariat merupakan kunci utama dalam menjaga kualitas hubungan suami istri di tengah fenomena masturbasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Cervilla, O., Álvarez-Muelas, A., & Sierra, J. C. (2024). Relationship between Solitary Masturbation and Sexual Satisfaction: A Systematic Review. *Healthcare (Basel)*, 12(2), 235. <https://doi.org/10.3390/healthcare12020235>
- Chevron Indonesia. (n.d.). PT CPI Duri and the local community. <https://indonesia.chevron.com/news/latest-news/2021/pt-cpi-duri-and-the-local-community#:~:text=KOTA%20Duri%20adalah%20sebuah%20kota,penduduk%20sekitar%20256%20ribu%20jiwa>
- Darul Ifta Birmingham. (2021, May 7). Mutual masturbation between spouses (Fatwa ID: 05282). *Institute of Islamic Jurisprudence*. <https://daruliftabirmingham.co.uk/home/mutual-masturbation-between-spouses/>
- Darul Iftaa Chicago. (2024, December 22). *Masturbation for sperm analysis* [Fatwa]. <https://daruliftaa.us/fatwa/292/>
- Ekawati, F. (2021). *Intervensi perilaku dalam pencegahan seks berisiko pada remaja: Telaah literatur* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar). UIN Alauddin Makassar Institutional Repository. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/id/eprint/19902>
- Fischer, N., & Træen, B. (2022). A seemingly paradoxical relationship between masturbation frequency and sexual satisfaction. *Archives of Sexual Behavior*, 51, 3151–3167. <https://doi.org/10.1007/s10508-022-02305-8>
- Islam Q&A. (2015, June 26). He masturbated during the day in Ramadan in order to provide a sample of semen for testing in the case of infertility; what are the consequences of that action? Fatwa no. 222234. <https://islamqa.info/en/answers/222234>
- Jacobs, T., Geysmans, B., Van Hal, G., Glazemakers, I., Fog-Poulsen, K., Vermandel, A., De Wachter, S., & De Win, G. (2021). Associations between online pornography consumption and sexual dysfunction in young men: Multivariate analysis based on an international web-based survey. *JMIR Public Health and Surveillance*, 7(10), e32542. <https://doi.org/10.2196/32542>

- Jaiswal, S. S. (2024). *Masturbation, end of the world & self-control, a new beginning* (Trans.). *Indian Journal of Social Science and Literature*, 3(4), 7–11. <https://doi.org/10.54105/ijssl.D1124.03040624>
- Jha, A., & Banerjee, D. (2022). Neurobiology of sex and pornography addictions: A primer. *Journal of Psychosexual Health*, 4(4), 227–236. <https://doi.org/10.1177/26318318221116042>
- Kılıç, D., Armstrong, H. L., & Graham, C. A. (2023). The role of mutual masturbation within relationships: Associations with sexual satisfaction and sexual self-esteem. *International Journal of Sexual Health: Official Journal of the World Association for Sexual Health*, 35(4), 495–514. <https://doi.org/10.1080/19317611.2023.2237950>
- Kusumawati, Y. (2018). Meneropong frekuensi praktek perkawinan di bawah umur di Kota Bima. *SANGAJI*, 2(2), 233–250.
- Lehmiller, J. J. (2017). *The psychology of human sexuality* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Ludden, D. (2022, November 15). How Solo Sex Affects Your Partnered Sexual Satisfaction. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/talking-apes/202211/how-solo-sex-affects-your-partnered-sexual-satisfaction>
- M., M. R. (2024). Hifz al-Nafs dalam Maqasid Syariah: Analisis Teoritik. *Al-Takamul Al-Ma'rifi*, 7(1), 8–19. Retrieved from <https://jurnal.usas.edu.my/altakamul/index.php/altakmulfiles/article/view/210>
- Nurdin, R., Syahidah, S., Putri, D. M., Aminah, N., & Setiarno, M. L. (2025). Masturbation in the perspective of Ibn Hazm and Imam Asy-Syafi'i. *Jurnal Media Informatika*, 6(3), 1745–1753. <https://doi.org/10.55338/jumin.v6i3.5953>
- Prayoga, M. K., & Mukhsin, A. (2024). Istimna' bi yadin nafsi bagi pasangan long distance marriage (LDM) menurut ulama Kota Medan. *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan, Komunikasi, dan Pemikiran Hukum Islam*, 15(2), 253–277. <https://doi.org/10.30739/darussalam.v15i2.3191>
- Rohman, F. (2020). *Masturbasi dalam perspektif hukum Islam: Sebuah kajian komprehensif*. EraMadani. <https://eramadani.com/masturbasi-dalam-perspektif-hukum-islam-sebuah-kajian-komprehensif/>
- Shahab, M. N. (2017). *Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku masturbasi pada santri Madrasah Tsanawiyah dan Aliyah di Pondok Pesantren X, Bogor* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta). UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Institutional Repository. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/37279>

- Uly, Y. A., & Djumena, E. (2021, August 9). *Diambil alih Pertamina dari Chevron, ini sejarah panjang 97 tahun Blok Rokan*. Kompas.com. <https://money.kompas.com/read/2021/08/09/124100826/diambil-alih-pertamina-dari-chevron-ini-sejarah-panjang-97-tahun-blok-rokan>
- Umar, F., & Musyahid, A. (2020). Masturbasi sebagai Pemenuhan Kebutuhan Seksual Janda: Perspektif hukum Islam. *Shautuna: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Perbandingan Mazhab*, 1(1), 96–107. <https://doi.org/10.24252/shautuna.v1i1.12426>
- Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan. *Lembaran Negara RI Tahun 2019 Nomor 186*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Voon, V., Mole, T. B., Banca, P., Porter, L., Morris, L., Mitchell, S., Lapa, T., Karr, J., Harrison, N. A., Potenza, M. N., & Irvine, M. (2014). Neural correlates of sexual cue reactivity in individuals with and without compulsive sexual behaviours. *PLOS ONE*, 9(7), e102419. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0102419>
- Warlenda, S. V., Wahyudi, A., & Siregar, Z. S. (2018). Determinants of masturbation of adolescent at Tapung Public High School 3 in the District of Kampar, 2017. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 4(2), 46–51. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol4.iss2.257>
- Wijaya, M. T. (2019, Agustus 22). *Onani dan Masturbasi Menurut Hukum Islam*. nuonline. <https://islam.nu.or.id/nikahkeluarga/onani-dan-masturbasi-menurut-hukum-islam-nGyre>
- Wehrli, F. S. V., Bodenmann, G. J., Clemen, J., & Weitkamp, K. (2024). Exploring the role of masturbation as a coping strategy in women. *International Journal of Sexual Health*, 36(3), 237–256. <https://doi.org/10.1080/19317611.2024.2344812>