

## URGENSI PENDIDIKAN SEKS PASANGAN SUAMI ISTRI DI MASA HAID DALAM PERSPEKTIF FIIQH

**Muhammad Rayhan Salim, Achmad Tito Rusady**

International Open University

[rey9anteng@gmail.com](mailto:rey9anteng@gmail.com) [achmad.tito@bahasa.iou.edu.gm](mailto:achmad.tito@bahasa.iou.edu.gm)

### Abstrak

Pendidikan seks bagi pasangan suami istri adalah kebutuhan urgent. Pendidikan seksual dibutuhkan pasangan suami istri untuk menjalani pernikahan mereka dalam rangka mencari keluarga harmonis, sakinah, dan mawaddah. Fiqih memperhatikan masalah ini dalam agama Islam, ada begitu banyak dalil baik dari alQuran, hadits, perkataan sahabat, dan pandangan ulama terkait masalah pendidikan seks, terlebih khusus ketika haid. Bagaimana implementasi hubungan seksual yang diberikan Islam saat suami memiliki hasrat yang tinggi namun istri sedang haid. Penelitian ini ditujukan untuk memberikan wawasan dan edukasi islami tentang pendidikan seks ketika haid dalam perspektif fiqih. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian gabungan antara studi kepustakaan dan wawancara kepada beberapa narasumber terkait hubungan seksual mereka ketika haid. Dengan pendekatan ini, peneliti berharap dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman secara utuh, baik dari literalisasi buku-buku klasik maupun kontemporer, dan secara realita yang terjadi di lapangan, sehingga memiliki bukti yang kuat baik secara ilmiah maupun realita. Penelitian dilakukan di kota Pekanbaru dan sekitarnya.

Keywords: Pendidikan Seks, Fiqih, Hubungan Seksual.

### Abstract

Sex education for married couples is an urgent need. Sexual education is needed by couples to undergo their marriage in order to find a harmonious family, sakinah, and mawaddah. Fiqih pays attention to this issue in Islam, there are so many good postulates from the Quran, hadith, the words of friends, and the views of scholars regarding the issue of sex education, especially during menstruation. What alternative does Islam provide when the husband has high desires but the wife is menstruating. This research is aimed at providing Islamic insight and education about sex education during menstruation from the perspective of fiqh. The method used is a qualitative approach with a combination of research between literature studies and interviews with several sources related to their sexual relations during menstruation. With this approach, the researcher hopes to provide knowledge and understanding in its entirety, both from the literalization of classical and contemporary books, and in the reality that occurs in the field, so that it has strong evidence both scientifically and realistically. The research was conducted in the city of Pekanbaru and its surroundings.

Keywords : Sex Education, Fiqh, Sexual Relation.

## PENDAHULUAN

Pernikahan ialah sebuah ibadah yang dinilai sakral dengan sumpah setia dan menjadi sebuah adat yang harus dijalankan bagi masyarakat di Indonesia bagi laki-laki dan wanita yang sudah mencapai usia matang untuk menikah. Dalam fiqih, pernikahan terjadi dengan dilaksakannya sebuah akad antara mempelai pria dan wanita, dan nikah yang dimaksud ialah kehalalan kelamin wanita untuk sang pria. Dan salah satu tujuan dari menikah ialah untuk menyalurkan hasrat biologis seorang lelaki.

Adapun dalam ushul fiqih, nikah ditujukan sebagai media untuk menyambung silsilah keturunan umat manusia di muka bumi dari masa ke masa. Pernikahan digunakan untuk melangsungkan kehidupan manusia dengan cara menyalurkan syahwat atau hasrat biologisnya. (Widad, 2017)

Pernikahan juga seperti ibadah yang lainnya. Perlu adanya pendidikan dan pembekalan yang diperlukan dalam menjalankannya bagi yang ingin melaksanakan pernikahan. Maka, pendidikan seks bagi calon pengantin adalah konsumsi wajib yang harus mereka kuasai. Pendidikan seks merupakan bagian penting dalam konteks hubungan rumah tangga suami istri. Dalam Islam, hubungan seksual tidak dianggap sebatas pemuasan dan penyaluran hasrat biologis semata, tetapi juga menjadi sebuah ibadah, di dalam sebuah hadits disebutkan bahwa hubungan suami istri itu bernilai ibadah, "*dan dalam setiap hubungan kalian (dengan istri kalian) ada pahalanya*" [H. R Muslim] dan bentuk kasih sayang dapat menumbuhkan rasa sayang, cinta, dan keharmonisan dalam rumah tangga, serta mendatangkan keberkahan jika dijalankan sesuai dengan ketentuan syariat. (Salsabila et al. 2024)

Di antara pendidikan seks bagi pasangan suami istri adalah memahami darah haid, masanya dan hukum- hukum yang berkaitan dengannya. Haid adalah kondisi alami yang terjadi di setiap wanita yang sudah mencapai usia baligh, dan Islam telah memberikan batasan serta panduan etis yang sangat jelas dalam interaksi seksual pada masa tersebut. "*Dan mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah: itu adalah sesuatu yang kotor, maka jauhilah wanita (istrimu) saat haid, jangan kalian dekati mereka sampai mereka kembali suci*" [Q.S alBaqarah : 222]. Dalam tafsir asSa'di disebutkan bahwa Imam Ahmad berkata, kami diberitahu oleh Abdurrahman bin Mahdi, kami diberitahu oleh Hammad bin Salamah, dari Tsabit, dari Anas, bahwasanya dahulu orang-orang Yahudi mereka tidak akan makan dan tidak akan berkumpul dalam satu rumah dengan

istri mereka, jika istri mereka sedang haid. Namun, ayat ini dalam Islam menjadi asas larangan mendekati istri ketika haid sampai selesai dengan keringanan. Rasulullah ﷺ bersabda, "Berbuatlah semua yang berkaitan dengan (seksualmu) kecuali berhubungan badan" [H.R Muslim]. Tatkala Yahudi di kota Madinah mendengar hadits tersebut, mereka mengingkarinya karena mereka benar-benar menjauhi istri mereka, bahkan sampai mengeluarkannya dari rumah. Faedah dari hadits ini, Rasul tetap memperbolehkan umat Islam untuk mendekati istri-istri mereka tatkala haid dengan mencumbuinya tanpa bersetubuh dengannya. (asSa'di 2000), sehingga yang dimaksud "jauhilah" dalam ayat ini membutuhkan pemahaman dan penjelasan fiqih yang mendalam, karena menjauh ini tidak bermakna menghindari istri secara mutlak, melainkan menjauhi aktivitas hubungan seksual (jima'). Aktivitas lain seperti berpegangan tangan, ciuman, atau tidur bersama tetap diperbolehkan selama tidak mengarah kepada hubungan seksual. Akan tetapi dalam praktiknya banyak pasangan yang belum memahami perincian dari larangan tersebut, bahkan sebagian masyarakat masih menganggap pembahasan tentang seksualitas sebagai hal tabu yang tidak layak didiskusikan secara terbuka, meskipun dengan dalih pendidikan. Akibatnya, tak jarang terjadi pelanggaran syariat, baik secara sadar maupun tidak, yang berdampak kepada aspek keagamaan, kejiwaan, dan kemasyarakatan.

Artikel ini menggunakan studi kepustakaan dengan pemahaman normatif-teoritis serta pendekatan empiris- konstektual, sehingga diharapkan membahas hal yang sesuai dengan realita yang didapatkan di lapangan.

## PEMBAHASAN

Haid dan wanita adalah dua hal yang tidak mungkin dipisahkan. Merupakan tanda baligh seorang wanita tatkala dia sudah mendapati darah haid keluar dari rahimnya. Rasulullah bersabda tatkala Aisyah *radhiyallahu 'anha* mengalami haid saat pergi haji bersama beliau dan menangis akibat kejadian tersebut, "*Ini adalah sesuatu yang Allah telah tuliskan atas para wanita anak Adam*". Haid memiliki arti yakni darah yang mengalir, dan secara terminologi ialah darah yang mengalir dari rahim wanita secara alami dan memiliki waktu yang berbeda antara setiap wanita. (Tuasikal, 2020)

Untuk memperjelas definisi yang ada, mari lihat definisi dari ulama empat madzhab, yakni Hanafiyyah, Malikiyyah, Syafi'iyah dan Hanabilah. *Pertama*, menurut Hanafiyyah bahwa yang

disebut darah haid ialah darah yang keluar dari rahim wanita yang sedang tidak hamil, usia baligh dan belum menopause, bukan sebab melahirkan atau sakit. *Kedua*, menurut Malikiyyah bahwa darah haid darah yang keluar dengan sendirinya dari kemaluan wanita pada usia baligh, walaupun hanya setetes. *Ketiga*, menurut ulama Syafiiyyah bahwa darah adalah yang keluar dari wanita sehat bukan karena sakit. *Keempat*, adapun Hanabilah memiliki definisi lain, bahwa darah haid bersifat alami yang biasa keluar dari rahim wanita dalam keadaan sehat di usia baligh dan tidak hamil dalam waktu- waktu tertentu tanpa sebab melahirkan. (azZuhaili, 1985)

Ada beberapa yang tidak boleh dilakukan wanita saat sedang mengalami masa haidnya, *Pertama*, melakukan shalat lima waktu dan sejenisnya.

*Kedua*, membaca alQuran.

*Ketiga*, melakukan thawaf di sekitar Ka'bah.

*Keempat*, berpuasa baik puasa wajib ataupun meng- *qodho* dan puasa sunnah.

*Kelima*, masuk dan berdiam diri di masjid, kecuali dalam kondisi darurat.

*Keenam*, melakukan hubungan suami istri. (Widad, 2017)

Pendidikan Seks ialah susunan dari dua kata, pendidikan yang berartikan kegiatan memelihara, merawat, dan memberikan latihan. Dalam memelihara, dan memberi latihan diperlukan adanya ajaran dan pedoman mengenai akhlak yang baik. Seks sendiri menurut Zulfah ialah segala hal yang berkaitan dengan seks. Pengertian seks dibagi menjadi dua macam, yaitu seks dalam arti luas dan seks dalam arti sempit. *Satu*, seks dalam artian sempit ialah alat kelamin itu sendiri, anggota-anggota tubuh yang membedakan wanita dan pria, kelenjar-kelenjar dan hormon yang mempengaruhi alat kelamin, senggama atau proses pembuahan sel telur. *Dua*, seks dalam artian luas bisa bermakna seluruh hal yang terjadi akibat dari perbedaan jenis kelamin, seperti: perbedaan tingkah laku, perbedaan atribut, dan permasalahan dalam percintaan. (Zulfah, n.d.)

Menurut Marhayati, seks dalam kamus lengkap ilmu psikologi memiliki dua arti yang berbeda dengan definisi di atas. *Satu*, menyinggung segala hal yang berkaitan dengan semua permasalahan alat kelamin dan reproduksi (pengembangbiakan) manusia yang dilakukan dengan bersatunya alat kelamin pria dan wanita yang menghasilkan sperma dan sel telur. *Kedua*, pengertian seks secara umum adalah segala hal yang berkaitan dengan perasaan, emosi, dan

perilaku seseorang, yang dihubungkan dengan rangsangan di daerah kelamin, daerah *erogeneous*, atau dengan proses senggama atau berhubungan badan. (Marhayati, 2021)

Seks adalah sebuah kata yang dapat mengacu kepada organ *genital* atau alat kelamin, atau senggama, atau persetubuhan antara pasangan. Aktivitas seksual adalah segala gerak-gerik yang didorong oleh hasrat seksual dengan lawan jenis. Bentuk tingkah laku ini bisa bermacam-macam, mulai dari bercumbu, berkencan, berpelukan, sampai bersenggama. Objek seksual bisa berupa pasangan nyata, atau khayalan diri sendiri. Ini pendapat menurut Sarwono. (Irmayanti and Zuroida, 2019)

Adapun sebagai sebuah kesatuan pendidikan seks yang juga sering disebut *sex education* berartikan, Menurut Salsabila, dkk pendidikan seks atau *sex education* adalah suatu informasi berkaitan persoalan masalah seksualitas manusia secara benar dan jelas. Informasi ini meliputi proses terjadinya pembuahan, kehamilan sampai proses kelahiran, tingkah laku seksual, hubungan seksual, serta aspek-aspek kesehatan, kejiwaan dan kemasyarakatan. Ini mencakup mulai pertumbuhan alat kelamin pria dan wanita, bagaimana fungsi alat kelamin, bagaimana perkembangannya, mimpi basah, tentang menstruasi dan lainnya. Termasuk masalah yang berkaitan dengan perkawinan, kehamilan dan sebagainya.

Pendidikan seks dapat dikategorikan sebagai cikal bakal pendidikan kehidupan berumah tangga yang harmonis dan memiliki nilai yang penting serta nilai ibadah. Dimana masih banyak pasangan suami istri atau calon pengantin yang belum mengerti tata cara hubungan seksual yang dinilai benar oleh Islam. Untuk itu perlu adanya pembelajaran, pembekalan dan mencari tahu tentang pendidikan seks. (Salsabila, Nurnasrina, and Nurlaili, 2024)

Dikutip Zulpiadi dari pendapat Richard L Daft, bahwa pendidikan seks merupakan sesuatu yang cukup penting dan berperan dalam kehidupan, sehingga membutuhkan perhatian yang besar dari semua orang, pendidik, orangtua, guru, peneliti dan para pakar. Apalagi di zaman digitalisasi seperti ini yang mempermudah setiap orang dalam mengakses informasi apapun di internet. Hal ini tidak hanya dibutuhkan di negara-negara maju tetapi di negara berkembang seperti Indonesia juga diperlukan. (Zulpiadi, 2010)

Masyarakat terkadang masih menganggap pendidikan seksual adalah sebuah pembahasan atau materi yang tidak terlalu penting untuk dibahas dan dipelajari. Padahal pendidikan seksual merupakan salah satu hal yang sudah seharusnya diajarkan semenjak dini, sebab boleh jadi hal ini

merupakan solusi atau jalan yang bisa kita tempuh untuk menghindari terjadinya kehamilan di luar nikah atau penyakit-penyakit kelamin lainnya yang disebabkan oleh ketidaktahuan tentang pendidikan seksual, jadi ini dapat membuat pasangan suami istri lebih tenang dalam meninggalkan anak-anak mereka di sekolah atau tempat bermain seperti di taman dan *playground*. Hal ini juga mendukung anak-anak dalam memanfaatkan waktunya dan menjalani hubungan seksual di waktu yang tepat. Berikut beberapa fungsi pendidikan seksual bagi masyarakat terutama pasangan yang mau atau akan menikah,

1. Mencegah efek buruk dari media sosial, berita dan lingkungan

Pada zaman ini, semua orang dengan mudah bisa mengakses internet dan TV seiring perkembangan teknologi yang sudah semakin canggih untuk menjalin pertemanan dan relasi yang lebih luas menggunakan media sosial, atau mendapatkan berita yang global secara langsung dan aktual dalam waktu singkat. Orang tua diminta untuk semakin berhati-hati dan siaga dalam melindungi remaja dari berbagai macam efek negatif media sosial, berita atau lingkungan berikan dengan membekali mereka pendidikan seksual dan memberikan mereka pemahaman tentang pergaulan bebas yang sebenarnya dapat menghancurkan masa depan mereka, agar mereka tidak terjerumus dalam kriminal dan lingkaran setan yang semakin hari semakin menjadi. (Dwiayuningtias 2022)

Menurut Dewi Rahayu, kekerasan seksual di dalam masyarakat semakin marak terjadi dan ini membuat kita semakin mengelus dada, mirisnya kebanyakan dari pelaku kekerasan tadi tidak merasakan akan dampak negatif yang mereka perbuat dan tanpa memikirkan keadaan kesehatan fisik dan mental korban dari perbuatannya, sehingga mempelajari pendidikan seksual serta menanamkan nilai-nilai agama di dalamnya sangat dibutuhkan bagi pendidik, peserta didik bahkan pasangan suami istri, mengingat zaman akan selalu berkembang di era digitalisasi saat ini. Diharapkan pembekalan pendidikan seks ini dapat menurunkan angka kriminal yang disebabkan oleh pemerkosaan, pelecehan dan perzinahan. (Rahayu 2022)

Maka dengan pembekalan pendidikan seks ini bisa meminimalisir hal-hal yang tadi tidak ingin terjadi, baik sebelum pernikahan ataupun setelah menikah, hal-hal seperti ini terjadi karena minimnya keimanan dan pembekalan ilmu yang cukup.

2. Memfasilitasi perkembangan dan pemahaman remaja

Membahas topik mengenai seks mungkin bisa menyadarkan anak tentang betapa pentingnya ia menjaga diri dan merawat dirinya sebaik mungkin. Anak akan lebih mudah menyayangi dirinya bahwa diri mereka tidak boleh mendapatkan perlakuan yang tidak baik. Anak juga akan belajar bagaimana mereka dalam bersikap, menyelesaikan masalah, bertanggung jawab atas apa yang mereka lakukan dan menjalin hubungan yang serius dengan baik. Mereka membutuhkan hal ini baik dalam aspek bermasyarakat, pendidikan, teori dan secara keagamaan. (Dwiayuningtias, 2022)

Sama hal ini dengan yang ditulis oleh Dewi dalam jurnalnya, pendidikan seks ini penting bagi anak, remaja dan pasangan karena hal tersebut merupakan proses pengajaran dan pembelajaran yang difokuskan pada perkembangan mereka menjadi manusia, baik secara aspek kognitif, emosional, fisik dan sosial seksualitas. Fungsi dari pendidikan seks juga untuk menyadarkan betapa pentingnya pasangan yang kita pilih dan berusaha menjaganya, mengayominya, juga kebersamaannya sama batas ajal yang ditentukan, agar tidak bermudah-mudahan dalam melakukan kehidupan berumah tangga. (Rahayu, 2022)

### 3. Membangun kepercayaan anak dan orangtua

Terbuka dengan anak dalam masalah yang mungkin dia menganggap ini adalah masalah sensitif dan orang tua tidak akan mungkin ingin mengajarnya dalam hal ini, justru menjadi sebuah momen yang indah. Anak akan merasa lebih dekat dan lebih percaya kepada kedua orang tuanya dibandingkan dengan informasi yang beredar dari sumber yang tidak jelas, dan bisa jadi sumber tersebut malah menimbulkan bahaya di kemudian hari. (Dwiayuningtias, 2022) Jujur saja, hal seperti ini juga diharapkan oleh peneliti jika saja orang tua lebih terbuka dan komunikatif dalam bercerita dan mengajarkan ilmu-ilmu baru kepada anak secara umum dan untuk pembahasan kali tentang pendidikan seksual dalam berumah tangga ketika haid secara khusus.

Menurut Santrock dalam bukunya *Adolescence*, anak-anak dan remaja cenderung mencari dan menggali informasi terkait pendidikan seks, hubungan dengan lawan jenis, kegunaan alat genital dan cara memperoleh seks itu dari sumber-sumber yang tidak kompeten seperti teman-teman sebayanya, media sosial, dan internet ketika mereka mendapatkan ketidaknyamanan dari orang tua mereka, sehingga itu membuat mereka risih dan enggan untuk membicarakannya. Hal ini bisa saja terjadi karena adanya jarak emosional atau kurangnya komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak. Bahkan penelitian menyebutkan kurangnya kasus pergaulan bebas

yang dilakukan oleh anak bisa berkurang karena adanya beberapa remaja yang memiliki hubungan yang positif dan baik dengan kedua orang tuanya. (Santrock, 2019)

Maka tatkala orang tua merasa hubungan mereka kurang baik dengan anaknya atau adanya jarak yang tercipta antar orang tua dengan anak, entah itu disebabkan oleh pekerjaan atau kurangnya komunikasi, pendidikan seks dengan anak bisa menjadi kunci efektif dalam memperbaiki kembali hubungan yang sudah tidak bagus, menumbuhkan rasa percaya anak kepada kedua orang tuanya sebagai sumber utama informasi dan nilai adab serta etika yang baik di tengah masyarakat. Orang tua pun lebih mudah dalam mengarahkan anaknya jika ia mendapatkan rasa kepercayaan dan keamanan dari anak tadi. Dalam perspektif Islam, pendidikan seks anak adalah bagian dari amanah yang diwajibkan atas orang tua dan itu wajib ditunaikan. Islam memberikan panduan dan pedoman edukatif untuk dijadikan acuan orang tua dalam mendidik tentang pergaulan, adab berpakaian, batas aurat, pendidikan tentang haid dan mimpi basah yang diatur sedemikian rupa bertahap sesuai usia. Hal ini berjalan searah dengan isi yang dikandung dalam firman Allah *subhanahu wata'ala* di surat atTahrim ayat 6:

(( "*Wahai orang beriman , jagalah dirimu dan keluargamu (dengan taqwa) dari api Neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu-batu*") Ayat ini menunjukkan tanggung jawab orang tua untuk menjaga keluarga, termasuk dalam aspek pendidikan moral dan seksual. Dalam tafsir atThabari dijelaskan bahwa menjaga diri dan keluarga adalah dengan mengajarkan antara satu dengan yang lain dengan sebuah pelajaran yang menjauhkan dari api Neraka, dengan menjalankan ketaatan kepada Allah dan menjauhi segala larangan yang Allah larang. (athThobary n. d)

Adapun di dalam tafsir Ibnu Katsir, berkata Sufyan atsTsauri dari Manshur dari seseorang dari Ali bin Abi Thalib *radhiyallahu 'anhu*, jagalah keluargamu dari api Neraka dengan mengajarkan mereka ilmu agama (di dalamnya termasuk perintah menjaga aurat, ilmu pernikahan, ilmu pendidikan seks, dan lain-lain) dan ajarkan adab, perintahkan mereka memperbanyak dzikir kepada Allah, ajarkan anak etika-etika dan norma-norma. (Ibnu Katsir, 2010)

Rasulullah mengajarkan juga kepada umatnya pendidikan seksual kepada anak secara bertahap tentang batasan aurat, adab mandi, pisah ranjang, cara berbicara dengan yang lebih besar, dan adab meminta ijin masuk ke dalam kamar. Maka orang tua yang berhasil menerapkan

cara berkomunikasi yang benar dia akan lebih mampu menanamkan nilai dan batasan perilaku seksual yang sesuai.

Di antara hal yang menjadi penyebab pentingnya pendidikan seksual untuk pasutri adalah minimnya pendidikan seks dipelajari di antaranya perkawinan yang terjadi di usia dini. Berbagai alasan seperti keadaan ekonomi, adat istiadat, dan agama menjadi poin pendukung tinggi minimnya pendidikan seks bagi pasangan belia yang baru menikah di Indonesia. (PA Bangkinang, 2022) Oleh karena sebab tadi menjadi hal yang mendukung kurangnya kesadaran akan pentingnya pendidikan seks sebelum menikah, berikut peneliti menjabarkan sebab terjadinya pernikahan dini,

#### 1. Obsesi orangtua untuk memperbaiki keadaan ekonomi

Orangtua menilai dan menganggap anak sebagai alat pencari uang bagi diri mereka, sehingga orangtua hanya mementingkan kehidupan dunia dan urusan duit semata dibanding kematangan serta kesiapan anak dalam berumah tangga, baik dari segi mental maupun ilmu. Mereka berpikiran bahwa dengan menikahnya anak mereka akan memperbaiki kehidupan sosial atau masalah ekonomi mereka. Justru sebaliknya, anak yang dinikahkan atau menikah sebelum memiliki bekal ilmu yang cukup dan mental yang kuat serta tahan banting malah semakin memperparah masalah ekonomi mereka, bahkan bisa jadi penyebab naiknya angka kriminalitas.

#### 2. Pergaulan bebas

Di jaman yang sudah semakin maju dan semakin canggih, semua orang dengan mudahnya mengakses informasi dari internet. Jika mereka para remaja tidak berhati-hati dan bijak dalam menggunakan fasilitas internet, mereka menyebabkan diri mereka jatuh ke dalam pergaulan bebas yang tidak lagi memandang halal dan haram. Mereka dengan mudahnya membaca dan melihat berbagai macam informasi, media, dan berita yang tidak bermanfaat, justru menambah bobrok dan hancurnya masa depan mereka dengan dalih kebebasan dalam bergaul dan berhubungan seks. Banyak akun-akun di media sosial yang menyebarkan *statement* atau pemikiran yang mendukung pergaulan bebas atau kumpul kebo antar laki-laki dan wanita, atau hubungan sesama jenis yang menjauhkan akal mereka dari berpikir bahwa pendidikan seks pra nikah dan pasca menikah jauh lebih sehat dan dicintai oleh Allah.

#### 3. Adat istiadat yang disalahartikan

Adat atau kebiasaan serta kepercayaan yang disalahartikan dalam sebuah komunitas atau perkumpulan yang membentuk sebuah stigma, nilai, dan kepercayaan dan pelabelan sosial

bagi anak yang belum menikah. Hal tersebut menyebabkan tekanan bagi anak perempuan yang usianya semakin bertambah, namun jodoh tak kunjung datang. Mereka diberi label "perawan tua" atau "perempuan tidak laku" yang mendorong pihak keluarga untuk menyegerakan pernikahan anaknya bahkan di usia yang masih belia. Bahkan mereka mengatakan lebih baik menikah muda kemudian bercerai daripada tidak laku atau belum menikah, sehingga ini menjadi alasan kuat orang tua menikahkan anaknya di usia dini meskipun tanpa dibekali bekal yang cukup baik secara moral dan materi, sehingga menyebabkan kerusakan dan kehancuran yang semakin hari semakin bertambah.

#### 4. Perubahan gaya komunikasi dan interaksi anak serta remaja

Perilaku remaja sekarang sudah semakin parah dengan bukti banyaknya kasus pemerkosaan teman sekelas, penculikan anak-anak dan diperkosa, bahkan pemerkosaan yang dilakukan secara berkelompok dan terencana. Perilaku berpacaran mereka juga terhitung sangat beresiko, mereka menganggap kehamilan di luar nikah adalah hal yang wajar terjadi jika seseorang berpacaran, kembali lagi itu juga bermuara karena kurangnya pendidikan seksual yang cukup, kurangnya komunikasi dari orang tua, penggunaan internet yang tidak diawasi, serta media-media yang memberitakan hal yang menjadi sumber ide mereka untuk berulah atau berbuat.

Kurangnya pengetahuan masyarakat terutama pasangan muda yang baru menikah, remaja, dan anak-anak tentang pendidikan seks yang benar dan jelas merupakan salah satu sebab maraknya pergaulan bebas, jajan sembarangan, perselingkuhan, pemerkosaan di kalangan remaja. Hal ini bisa saja disebabkan karena menunggu dewasa usia mereka baru diberikan pengetahuan tentang pendidikan seks, padahal memberitahukan anak, mengajarkan mereka tentang batasan seksual dengan lawan jenis lebih awal dengan harapan mereka bisa menunda aktivitas seksual beresiko. Pendidikan seks mereka kebanyakan didapatkan dari penjelasan teman, membaca buku-buku porno, melihat gambar-gambar porno dari buku maupun internet, menonton video-video porno atau penjelasan yang kurang lengkap dari orang tua yang menganggap mereka belum pantas atau belum cukup umur untuk mengetahui perkara penciptaan manusia, fungsi alat kelamin, dan cara menyalurkan hasrat seksual. Hal yang mengejutkan terjadi karena ketidaktahuan pasangan muda, remaja tentang masalah seksual dan alat reproduksi justru menjadi masalah dengan adanya penyakit kelamin, infeksi pada alat reproduksi yang berbahaya bahkan bisa menyebabkan kematian. (Zulpiadi, 2010)

Sedikit sekali orang tua atau pendidik yang peduli akan pendidikan seks dan menempatkan pendidikan tentang seks adalah suatu hal yang penting. Bahkan sebagian besar orang tua tidak mengajarkan kepada anaknya tentang pendidikan seks yang jelas dan benar, dengan alasan nanti anak akan tahu dengan sendirinya. Padahal ketidaktahuan ini sebenarnya dapat berakibat fatal bahkan jika ia tetap belum mengetahuinya secara menyeluruh saat ia sudah menikah. Selama ini pendidikan seks identik dengan orang dewasa saja. Pasangan suami istri muda, remaja, anak-anak sekalipun jika tidak dibekali pengetahuan yang cukup bisa mengambil keputusan yang salah dan pilihan yang kurang tepat. Mereka menyerap informasi tentang seksualitas dari sumber yang tidak jelas kebenarannya dan tidak bisa diminta pertanggungjawabannya atas apa yang mereka sebar di internet. Hasilnya banyak terjadi hubungan seks bebas dan usia mereka variatif diduga karena mereka tidak memahami hubungan seks yang sehat dengan benar. (Putri, 2017)

Pendidikan seks memiliki kepentingan tersendiri demi kesejahteraan dan keharmonisan berumah tangga. Disebabkan oleh :

- a. Pendidikan seks bagi pasangan suami istri akan memudahkan mereka dalam menerima ciptaan tubuh secara menyeluruh dan perubahan yang terjadi.
- b. Pendidikan seks bagi pasangan suami istri akan memberikan mereka pengetahuan bagaimana menggunakan alat kelamin dan menciptakan kepuasan bagi setiap pasangan, serta menikmati peran mereka dalam kehidupan.
- c. Pendidikan seks dapat menghilangkan keinginan akan penyimpangan seksual dan mengetahui dampak bahayanya, serta penyakit yang bisa diderita.
- d. Pendidikan seks melindungi mereka dari penyimpangan seks, serta menumbuhkan keamanan dan keharmonisan dalam rumah tangga.

Dapat dipahami dari poin-poin di atas bahwa pentingnya mempelajari dan mengetahui tentang masalah seksualitas bagi pasangan yang sudah menikah atau yang ingin menikah, agar dapat melaksanakan pernikahan dan hubungan seksual yang sehat, serta memahami kondisi pasangan dan wanita saat sedang haid. Pendidikan seksual dalam Islam tidak hanya terbatas pada aspek biologis atau hubungan badan, tetapi mencakup keseluruhan akhlak, etika, dan tanggung jawab dalam relasi seksual antara suami dan istri. Dalam konteks Islam, pendidikan seksual diletakkan

dalam kerangka penjagaan terhadap *'iffah* (kehormatan), *haya* (rasa malu), dan tanggung jawab syar'i.

Menurut Yusuf alQaradawi, pendidikan seksual dalam Islam bertujuan untuk menanamkan pemahaman bahwa seksualitas adalah amanah dari Allah *subhanahu wata'ala* yang harus dijaga, dijalankan sesuai dengan koridor syariat, dan digunakan sebagai media ibadah dalam kehidupan pernikahan. Pendidikan ini dianggap vulgar, tetapi harus dipelajari dan berorientasi sebagai edukasi, bukan sebatas informasi fisik semata.

Pendidikan seksual dalam Islam mencakup,

- Pemahaman tentang aurat dan cara menjaganya,
- Etika berinteraksi antara laki-laki dan wanita,
- Hukum-hukum terkait hubungan suami istri (*jima'*, haid, nifas, dll)
- Hak dan kewajiban dalam relasi seksual,
- Adab dalam kehidupan ranjang dan keintiman.

Tujuan utama pendidikan seksual menurut Islam ialah,

- Menjaga kehormatan diri dan keluarga,
- Membina hubungan rumah tangga yang sehat dan harmonis,
- Mencegah penyimpangan seksual,

Membentuk kesadaran spritual dan tanggung jawab dalam hubungan suami istri. (alQaradawi 2000)

Terkait hubungan suami istri di saat haid menurut ulama empat madzhab,

- a. Mazhab Syafi'i menegaskan keharaman *jima'* saat haid berdasarkan firman Allah di surat alBaqarah ayat 222. Namun boleh bermesraan di luar area antara pusar dan lutut. Imam Nawawi menukil bahwa Rasulullah ﷺ bersabda: "*Lakukanlah apa saja selain jima'.*"
- b. Mazhab Hanafi sama dengan mazhab Syafi'i dalam melarang *jima'*. Abu Hanifah memperbolehkan sentuhan, ciuman, dan pelukan tanpa syahwat yang membahayakan. Bila *jima'* dilakukan dalam masa haid, dikenakan kaffarat (denda) sesuai hadits: "*Barangsiapa menyetubuhi wanita haid maka bersedekahlah satu dinar atau setengah dinar.*"

- c. Mazhab Maliki cenderung lebih ketat dalam membuat batasan. Sentuhan pada area pusar hingga lutut meskipun bukan *jima'* sebaiknya dihindari, sebagai bentuk kehati-hatian (*ihthyath*). Tapi tetap tidak haram jika tidak menimbulkan syahwat yang diharamkan.
- d. Mazhab Hanbali menyatakan *jima'* saat haid adalah dosa besar, dan mewajibkan kaffarat seperti mazhab lain. Dan tetap melakukan keringanan pada pendekatan kasih sayang tetap boleh, dan tidak perlu menjauh secara fisik, hanya menjaga batas aurat. (alJuzairy 2005)

Dan menurut beberapa ulama kontemporer seperti, Syaikh alUtsaimin, fatwa beliau menyebutkan bahwa bercumbu dengan istri saat haid dan sentuhan non-penetratif tetap halal. Beliau menekankan bahwa suami harus punya pengendalian diri dan akhlak, agar tidak terjerumus pada perbuatan dosa. (alUtsaimin 2002) dan Yusuf alQaradawi, dalam kitab beliau, *Halal dan Haram dalam Islam*, beliau mengatakan, "Islam tidak mengajarkan menjauhi istri secara emosional ketika haid. Yang haram hanyalah hubungan seksual", sebab manusia diberikan sebuah anugerah hasrat seksual dan ketertarikan kepada lawan jenis. Namun ia harus tahu cara mengendalikan dan menyalurkannya sesuai batasan syar'i. (alQaradawi 2000)

Adapun hikmah larangan *jima'* ketika haid antara lain,

- Dari segi kesehatan, secara medis, *jima'* saat haid meningkatkan resiko infeksi karena serviks terbuka dan darah menjadi medium bakteri.
- Dari segi adab dan etika, Islam mengajarkan *thaharah* (kesucian) lahir dan batin dalam berhubungan seksual.
- Dari segi pendidikan pengendalian diri, secara hasrat seksual, biasanya laki-laki lebih besar nafsu dan tidak bisa mengontrolnya, maka di masa haid menjadi waktu untuk menguatkan ikatan emosional tanpa bergantung pada hubungan seksual saja. Dan mengetahui bahwa banyak hal yang lain yang bisa dilakukan pada masa haid untuk menambah keromantisan dan seksualitas selain berhubungan badan.

Islam tidak menganggap bahwa haid itu adalah aib, akan tetapi anugerah dan karunia dari Allah *subhanahu wata'ala*, sehingga untuk menunjukkan cinta dan kasih, tidak selalu dengan hubungan seksual semata. Maka dalam urgensi pendidikan seks dalam masa haid dapat dilihat dalam beberapa aspek berikut :

#### a. Aspek Hukum dan Etika Seksual

Pasangan suami istri perlu memahami bahwa larangan jima' saat haid adalah bagian dari hukum syariat yang bersifat ta'abbudi (bernilai ibadah, bahkan sebuah larangan yang mana jika dikerjakan mendapatkan dosa, dan jika ditinggalkan mendapatkan pahala) dan sekaligus memiliki hikmah medis. Pendidikan seksual yang mengacu kepada fiqih akan menekankan pentingnya menjaga batasan aurat, kehormatan pasangan, serta menjauhi tindakan menyakiti secara fisik atau psikologis. Dalam alUmm, Imam Syafi'ie menegaskan bahwa menyetubuhi istri dalam keadaan haid termasuk perbuatan haram dan pelakunya wajib bertaubat kepada Allah dan membayar kaffarat (sedekah dengan satu dinar atau setengahnya, sebagaimana sesuai dengan hadits riwayat Ibnu Abbas)

Dalam konteks pendidikan seks, pemahaman ini perlu disampaikan secara proporsional kepada pasangan agar tidak terjadi kesalahpahaman antara kebutuhan biologis dan batasan syariat. Pendidikan ini bisa dilakukan dalam sesi bimbingan pranikah, konsultasi keluarga, atau melalui media edukasi Islam yang sudah terpercaya. Penelitian oleh Nurhayati di Yogyakarta menunjukkan bahwa 36% pasangan usia muda tidak mengetahui batasan hukum bersetubuh saat haid, dan 18% di antaranya menganggap bahwa hubungan seksual di masa- masa haid tetap diperbolehkan jika menggunakan kondom. Hal ini menunjukkan adanya celah besar dalam pemahaman fiqih seksual yang perlu dijembatani dengan pendekatan pendidikan. (Nurhayati, 2019)

#### b. Aspek Komunikasi dan Psikologis

Masa haid merupakan periode yang penuh perubahan emosional dan fisik bagi perempuan, sehingga pendidikan seks juga harus mencakup aspek komunikasi empatik dan relasi emosional antara suami dan istri. Secara psikologis, perempuan saat haid mengalami fluktuasi hormon estrogen dan progesteron yang dapat mempengaruhi suasana hati, kelelahan, atau sensitivitas emosi. Maka dari itu, peran suami yang baik adalah menciptakan suasana yang nyaman, menunjukkan kasih sayang tanpa jima', memahami perubahan emosi istri adalah bagian terpenting dari pendidikan seks secara hukum fiqih. Rasulullah ﷺ memberikan teladan yang luar biasa dalam memperlakukan istri- istri beliau saat haid. Aisyah *radhiyallah 'anha* menceritakan kisahnya bersama Nabi ﷺ saat ia sedang haid, "*Nabi ﷺ menciumku dan memelukku saat aku sedang haid, dan beliau membaca alQuran dalam pelukanku*" [H. R. Bukhari]

Dalam fiqih Syafi'iyah dan Hanabilah, bentuk- bentuk keintiman seperti berpelukan, mencium, dan membelai diperbolehkan selama tidak menyentuh area pusar dan lutut secara langsung tanpa penghalang (kain atau sarung). (Suteja and Komariah 2019)

### c. Aspek Kesehatan dan Kebersihan

Pendidikan tentang seksualitas di dalam Islam juga menekankan dan mengingatkan kepada pemeluknya bahwa pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi dan kebersihan (thaharah), terutama selama masa haid. Hubungan seksual yang dilakukan selama masa haid secara medis beresiko menimbulkan iritasi serviks, infeksi menular, dan gangguan flora vagina. Menurut Kampus Obstetrisi dan Gynecologi Amerika bahwa penetrasi yang dilakukan di masa haid dapat menyebabkan:

- Penyakit radang panggul ( *pelvic inflammatory disease* )
- Penyebaran virus seperti HIV dan hepatitis B
- Infeksi jamur dan bakteri

Islam mengajarkan umatnya untuk menjaga kebersihan secara mutlak dan diatur sedemikian rinci, termasuk mandi besar setelah haid ( ghusl ), serta penggunaan kain atau pembalut yang bersih, tidak najis, dan sering diganti. Sabda Nabi ﷺ kepada para wanita yang haid: " *jika haidmu telah berhenti ( sudah selesai dan tandanya terlihat ) maka mandilah dan shalatlah* " [ H. R. Bukhari dan Muslim ] Sehingga wanita diminta *aware* dan paham masalah haid itu sendiri karena dia yang akan mengalaminya dan lebih fokus kepada hal- hal yang sifatnya tidak bisa dipahami oleh laki- laki. Kapan mereka dikatakan sudah bersih dari haid tadi. Berusaha untuk terus menjaga kebersihan alat kelamin setelah berhubungan badan, baik dalam kondisi ketika haid, apalagi saat dalam kondisi suci. (Nawangsari 2015)

## KESIMPULAN

Pendidikan seks adalah sebuah alat bagi pasangan suami istri yang sangat penting untuk mereka kuasai, terutama ketika haid. Dikhawatirkan akan muncul berbagai macam penyimpangan seksual, jika tidak memahami secara benar apa itu esensi dari sebuah pernikahan dan bagaimana menyikapi masalah hasrat yang tinggi di saat istri sedang haid, sebab haid merupakan keadaan alami yang dialami oleh setiap wanita yang sudah baligh.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aljuzairy, Abdurrahman Bin Muhammad Awadh. 2005. *Alfiqh Ala Almazahib Alarba'ah*. 1st Ed. Dar Alghad Aljadid.
- Alqaradawi, Syaikh Yusuf. 2000. *Halal Dan Haram Dalam Islam*. Robbani Press.
- Alutsaimin, Syaikh Muhammad Bin Shalih. 2002. *Fatawa Almarah Almuslimah*. 1st Ed. Dar Ibnu Alhaisam.
- Aththobary, Abu Ja'far Muhammad Bin Jarir. N. D. *Jami' Albayan 'An Takwil Ayi Alquran*. Dar Attarbiyyah Wa Atturots.
- Azzuhaili, Wahbah. 1985. *Alfiqh Alislami Wa Adillatuhu*. Dar Alfikr.
- Di, Abdurrahman Bin Nashir Bin Abdullah Assa'. 2000. *Taisir Alkarim Arrahman Fii Tafsir Kalam Almannan*. Muassasah Arrisalah.
- Dwiayuningtias, Maya. 2022. "Tujuan Pendidikan Seksual Bagi Remaja." *D'fun Station*.  
<https://www.dfunstation.com/blog/read/dunia-remaja/242/tujuan-pendidikan-seksual-bagi-remaja#:~:Text=%E2%80%8B%E2%80%8B%E2%80%8B%E2%80%8B%E2%80%8B,Ini%20kepada%20ahli%20yang%20tersedia>.
- Ibnu Katsir, Abu Fida Ismail Bin Umar. 2010. *Tafsir Alquran Al'adzhim*. Dar Ibnu Aljauzi.
- Irmayanti, Nur, And Aironi Zuroida. 2019. "Pengembangan Model Pengetahuan Perilaku Seks Melalui Sex Education Untuk Siswa SMA." *Journal Of Urban Sociology* 2: 10.
- Marhayati, Nelly. 2021. "Pendidikan Seks Bagi Anak Dan Remaja Perspektif Psikologi Islam." *Institut Agama Islam Negeri Bengkulu*.
- Nawangsari, Dyah. 2015. "Urgensi Pendidikan Seks Dalam Islam." *Institut Agama Islam Negeri Jember*, 16.
- Nurhayati, Ria. N.D. *Membangun Budaya Literasi Anak Usia Dini Dalam Keluarga*.
- PA Bangkinang. N.D. "Mau Nikah Dini? Yuk Pikir Lagi." *PTA Pekanbaru* (Pekanbaru).  
<https://pta-pekanbaru.go.id/13070/mau-nikah-dini-yuk-pikir-lagi.html>.
- Putri, Resta Ayuning. N.D. *DAKWAH PENDIDIKAN SEKS USIA DINI*.
- Rahayu, Dewi. 2022. "Pentingnya Pendidikan Seks Pada Anak Usia Dini Di Era Digital." *Unja.Ac.Id*.  
<https://www.unja.ac.id/pentingnya-pendidikan-seks-pada-anak-usia-dini-di-era-digital>.

Digital/#:~:Text=Tujuan%20pendidikan%20seksual%20untuk%20membekali,Sosial%20dan%20seksual%20yang%20baik.

- Salsabila, Farah Yoza, Nurnasrina, And Nurlaili. 2024. "Peran Materi Seks Education Dalam Membangun Keluarga Harmonis Pada Bimbingan Perkawinan Pra Nikah Bagi Calon Pasutri Di Provinsi Riau." *Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*.
- Santrock, John W. 2019. *Adolescence*. Seventeenth Edition. Mcgraw-Hill Education.
- Suteja, Jaja, And Komariah Komariah. 2019. "Implementasi Pendidikan Seks Bagi Remaja Dalam Perspektif Islam Dan Psikologi Pendidikan." *Prophetic : Professional, Empathy And Islamic Counseling Journal* 2 (2): 255. <https://doi.org/10.24235/Prophetic.V2i2.5812>.
- Tuasikal, Muhammad Abduh. 2020. "Tentang Fikih Haidh." *Rumaysho.Com*. <https://rumaysho.com/25688-Bulughul-Maram-Tentang-Fikih-Haidh-Bahas-Tuntas.html>.
- Widad, Sofiatul. Forthcoming. *KONSEPSI SAAT MASA MENSTRUASI BERDASARKAN PERSPEKTIF FIQH DAN MEDIS*. No. 1.
- Zulfah, Machnunah Ani. N.D. *Pendidikan Seks Pada Anak Dalam Islam*.
- Zulpiadi. 2010. "Pendidikan Seks Pada Remaja Menurut Islam." Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.