Al-Furqan : Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya
https://publisherqu.com/index.php/Al-Furqan
Vol. 5, No. 6 November 2026
P-ISSN : 2830-7755; E-ISSN:2830-7844

PERINTAH MENJAGA PANDANGAN QS AN-NUR AYAT 30-31 DAN TANTANGANNYA DI ERA KONTEN DEWASA YANG MUDAH DIAKSES

Mufidatunna'imah, Nisrina Nazhifah Rocha, Rohmaini Harahap, Ali Akbar
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
mufidatunnaimah5@gmail.com, nisrinanazhifahrocha@gmail.com,
ainiharahap85@gmail.com, aliakbarusmanpai@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the command to lower one's gaze (ghadd al-bashar) in QS. An-Nur verses 30–31 and the challenges of implementing it in an era when adult content is easily accessible through the internet and social media. This research uses a library research method with a thematic exegesis (maudhu'i) approach and contextual analysis of the verses, supported by a review of literature on the impact of exposure to adult content on individuals and society. The findings show that QS. An-Nur verses 30–31 command believing men and women to lower their gaze from unlawful things and to guard their chastity. This command does not mean closing one's eyes completely, but rather turning one's gaze away from objects that arouse desire and have the potential to lead to immoral behavior. In the digital context, guarding one's gaze includes the awareness not to intentionally or unintentionally access, watch, or distribute pornographic content. The main challenges include ease of access, anonymity, social media algorithms, a lack of digital and religious literacy, and weak family supervision. Therefore, strengthening religious education, digital literacy, family supervision, technological regulation, and self-awareness is necessary so that the values of QS. An-Nur verses 30–31 can be implemented relevantly in the lives of Muslims in the digital era.
Keywords: Lowering the gaze; QS. An-Nur verses 30–31; thematic exegesis; adult content; digital era; digital literacy.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji perintah menjaga pandangan (ghad al-bashar) dalam QS. An-Nur ayat 30–31 serta tantangan pelaksanaannya di era konten dewasa yang mudah diakses melalui internet dan media sosial. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan dengan pendekatan tafsir tematik (maudhu'i) dan analisis kontekstual terhadap ayat, disertai telaah literatur mengenai dampak paparan konten dewasa terhadap individu dan masyarakat. Hasil kajian menunjukkan bahwa QS. An-Nur ayat 30–31 memerintahkan laki-laki dan perempuan beriman untuk menundukkan pandangan dari hal yang haram serta memelihara kehormatan diri. Perintah ini bukan berarti menutup mata sepenuhnya, melainkan mengalihkan pandangan dari objek yang membangkitkan syahwat dan berpotensi mendorong perbuatan maksiat. Dalam konteks digital, menjaga pandangan mencakup kesadaran untuk tidak sengaja maupun sengaja mengakses, menonton, atau menyebarkan konten pornografi. Tantangan utama meliputi kemudahan akses, anonimitas, algoritma media sosial, kurangnya literasi digital dan agama, serta lemahnya kontrol keluarga. Oleh karena itu, diperlukan penguatan pendidikan agama, literasi digital, pengawasan keluarga, regulasi teknologi, dan pembinaan kesadaran diri

agar nilai QS. An-Nur ayat 30–31 dapat diimplementasikan secara relevan dalam kehidupan muslim era digital.

Kata Kunci: Menjaga pandangan; QS. An-Nur ayat 30–31; tafsir tematik; konten dewasa; era digital; literasi digital.

PENDAHULUAN

Kemudahan akses terhadap konten dewasa kini tidak lagi bergantung pada media khusus, sebab telepon pintar dan media sosial telah menjadi pintu masuk utama, terutama bagi remaja. Meilani et al. (2023) mencatat dalam survei terhadap 80 remaja SMA di Yogyakarta bahwa sebagian besar responden (57,5 persen) mengakses pornografi lewat film, video pendek, dan gambar, dengan risiko lebih tinggi pada remaja laki-laki serta pada pengguna lebih dari empat jenis media sosial. Temuan serupa muncul dalam studi kualitatif Ningtyas dan Purnomo (2023) di Surabaya, yang menunjukkan bahwa pemakaian ponsel sejak usia dini tanpa pengawasan orang tua mendorong akses konten tersebut dan memengaruhi perilaku berpacaran remaja. Dari sisi tafsir, Hidayatullah et al. (2024) menelaah penafsiran Hamka atas QS An-Nur ayat 30–31 dan menyimpulkan bahwa ayat ini memuat larangan memandang hal yang membangkitkan syahwat, perintah menjaga kemaluan dari perbuatan keji, serta kewajiban menutup aurat, sambil mencatat bahwa teknologi mempermudah penyebaran pornografi lewat media sosial. Jayanti et al. (2026) kemudian membaca ayat 30–32 dengan tafsir maqāṣidī dan menempatkan penjagaan pandangan sebagai bagian dari upaya menjaga kehormatan di tengah paparan visual dan komodifikasi tubuh di dunia maya. Secara metodologis, kajian tafsir tersebut bertumpu pada telaah pustaka dengan satu tokoh atau satu kerangka tafsir, sedangkan kajian perilaku memakai survei potong lintang dan wawancara tanpa menghubungkannya dengan penafsiran ayat, sehingga dalam literatur yang berhasil ditelusuri belum tampak telaah yang mempertemukan penafsiran para mufasir dengan watak akses konten dewasa masa kini. Masalah penelitian ini ialah bagaimana perintah menjaga pandangan dalam QS An-Nur ayat 30–31 dipahami para mufasir dan sejauh mana pemahaman itu menjawab kemudahan akses konten dewasa di era digital, dengan pertanyaan penelitian yang meliputi bagaimana penafsiran ayat tersebut, apa saja tantangan yang muncul dari akses konten dewasa yang serba mudah, dan bagaimana relevansi penafsiran itu untuk menghadapinya. Penelitian ini bermanfaat secara teoretis bagi kajian Al-Qur’an dan tafsir karena memperluas pembacaan ayat ke persoalan kontemporer, serta secara praktis bagi pendidik, orang tua, dan pembaca umum yang membutuhkan landasan nilai dalam bermedia digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kepustakaan (library research), yaitu penelitian yang seluruh datanya berasal dari bahan tertulis tanpa pengumpulan data lapangan (Zed, 2004). Pendekatan kualitatif dipilih karena yang dikaji adalah makna teks dan penafsirannya, bukan angka yang diukur, sejalan dengan karakter penelitian kualitatif yang memahami gejala secara deskriptif (Moleong, 2017). Subjek penelitian berupa teks, yaitu QS An-Nur ayat 30–31 beserta penafsiran para mufasir, sehingga tidak melibatkan responden manusia. Sumber data primer adalah kitab tafsir yang dipilih secara purposif untuk mewakili masa klasik dan kontemporer, misalnya Tafsir Al-Azhar karya Hamka dan Tafsir Al-Mishbah karya Quraish Shihab, sedangkan sumber data sekunder adalah artikel jurnal tentang ghadd al-baṣar, pornografi digital, dan perilaku akses konten dewasa, seperti Hidayatullah et al. (2024), Jayanti et al. (2026), Meilani et al. (2023), dan Ningtyas dan Purnomo (2023). Data dikumpulkan dengan teknik dokumentasi melalui pencarian kata kunci yang konsisten, yakni "ghadd al-baṣar", "QS An-Nur 30–31", dan "pornografi digital", dengan batas terbitan lima tahun terakhir untuk literatur sekunder agar langkah ini dapat diulang peneliti lain. Alat analisis data adalah analisis isi yang dijalankan dalam tiga langkah, yaitu reduksi data, penyajian data dalam matriks perbandingan penafsiran antarmufasir, dan penarikan kesimpulan, dengan keabsahan data dijaga melalui triangulasi antarsumber. Desain ini sudah dipakai dalam kajian tafsir dan media digital, misalnya oleh Bramasta dan Ihsan (2025) yang menerapkan studi pustaka untuk membaca penafsiran QS An-Nur ayat 26 dalam tren kajian pranikah di media sosial.

HASIL PENELITIAN

Satu Perintah Singkat, Satu Layar Tanpa Henti: Apa Kabar QS An-Nur 30–31 di Era Banjir Konten Dewasa?

Bayangkan seorang remaja yang membuka Instagram hanya untuk membalas pesan teman. Dua menit kemudian jempolnya sudah menggulir belasan video pendek, dan salah satunya memuat konten yang tidak pernah ia cari. Adegan seperti ini bukan sekadar karangan. Dalam penelitian Meilani et al. (2023) terhadap 80 remaja SMA di Yogyakarta, 57,5 persen responden mengakses pornografi lewat film, video pendek, dan gambar, dan WhatsApp, Instagram, serta YouTube menjadi platform yang paling sering dipakai. Angka itu

menunjukkan hal yang lebih besar dari kenakalan remaja, yaitu bahwa konten dewasa kini bersembunyi di aplikasi yang dipakai setiap hari. Padahal Al-Qur'an sudah memberi perintah singkat empat belas abad lalu: tundukkan pandangan. Tulisan ini memeriksa apakah perintah dalam QS An-Nur ayat 30–31 masih relevan ketika "pintu" penglihatan bukan lagi jalan di depan rumah, melainkan layar di genggaman.

Ponsel Itu Seperti Rumah yang Pintunya Menghadap Jalan Raya

Akses bukan semata soal niat. Ningtyas dan Purnomo (2023) mewawancarai remaja SMA di Surabaya dan menemukan bahwa pemakaian ponsel sejak kecil tanpa pengawasan orang tua termasuk faktor yang mendorong mereka mengakses pornografi. Meilani et al. (2023) menambahkan gambaran yang lebih terukur: remaja laki-laki punya nilai Exp B sebesar 13,7 dibanding remaja perempuan, dan mereka yang memakai lebih dari empat jenis media sosial punya nilai 6,8, artinya peluang akses naik tajam seiring bertambahnya pintu yang terbuka. Konteks yang lebih luas ikut menjelaskan hal ini. Surasman et al. (2026) mengutip laporan Reuters Institute Digital News Report 2024 bahwa 60 persen orang Indonesia memperoleh berita lewat media sosial, sehingga media sosial memang sudah menjadi jalan utama informasi, termasuk informasi yang tidak diinginkan. Analoginya begini: ponsel tanpa pendampingan seperti rumah yang pintu depannya langsung menghadap jalan raya. Penghuninya tidak harus keluar untuk melihat apa yang lewat, cukup duduk di ruang tamu. Jadi persoalannya bukan hanya iman individu, tetapi juga rancangan lingkungan yang membuat "melihat" menjadi tidak terhindarkan. Bagi pembaca yang punya adik atau anak, ini berarti satu hal sederhana: pengaturan perangkat dan percakapan di rumah sama pentingnya dengan nasihat moral.

Apa yang Terjadi Setelah Pintu Terbuka?

Dampak paparan berulang masih diperdebatkan, dan di sinilah pembaca perlu hati-hati. Shu et al. (2025) membandingkan 16 mahasiswa berfrekuensi menonton rendah dengan lima mahasiswa berfrekuensi tinggi. Setelah menonton video selama sepuluh menit, kedua kelompok melambat dan kurang akurat pada tes Stroop, dan penurunannya lebih besar pada kelompok berfrekuensi tinggi, yang juga mencatat skor kecemasan 53 dibanding 40 dan skor depresi 39,2 dibanding 32,5. Namun penelitian itu punya catatan penting: perbedaan konektivitas otak yang diukur tidak lagi signifikan setelah koreksi statistik, dan penulisnya mengakui jumlah peserta berfrekuensi tinggi sangat sedikit. Privara dan Bob (2023) juga

melaporkan keterkaitan konsumsi pornografi dengan distres kognitif-afektif, tetapi keterkaitan tidak otomatis berarti sebab-akibat, sebab orang yang sudah cemas bisa saja lebih sering mencari tontonan itu. Analogi yang mudah: otak yang habis dibanjiri rangsangan seperti peramban dengan terlalu banyak tab terbuka, bisa tetap berjalan tetapi terasa lambat saat diminta fokus. Bagi pembaca, pelajarannya adalah menimbang bukti dengan jujur: ada sinyal bahwa paparan berat berhubungan dengan konsentrasi dan suasana hati yang memburuk, tetapi bukti yang kuat masih membutuhkan sampel lebih besar dan desain yang lebih ketat.

Pagar di Tepi Jurang: Cara QS An-Nur 30–31 Bekerja

Ayat 30 memerintahkan laki-laki beriman menundukkan pandangan dan menjaga kemaluan, lalu ayat 31 memberi perintah paralel kepada perempuan beriman. Hidayatullah et al. (2024) menunjukkan bahwa dalam Tafsir Al-Azhar, Hamka memahami perintah ini mencakup menghindari pandangan yang membangkitkan syahwat, menjaga diri dari perbuatan keji seperti zina dan onani, serta menutup aurat. Jayanti et al. (2026) menautkannya dengan perlindungan kehormatan dan menyebut anjuran menikah pada ayat 32 sebagai jalan keluar yang sah bagi dorongan itu, sementara Saputri et al. (2023) menunjukkan bahwa ghaddhul bashar juga dibahas lewat kajian hadis, sehingga konsepnya punya sandaran di luar satu ayat. Perhatikan urutannya: yang pertama diatur adalah pandangan, bukan perbuatan. Ibarat jurang, ayat ini meminta pagar dipasang di tepinya, sedangkan Roza et al. (2024) yang merangkum pendekatan terapi untuk penggunaan pornografi bermasalah bekerja seperti ambulans di dasar jurang. Keduanya dibutuhkan, tetapi pagar lebih murah dan tidak meninggalkan korban. Itulah mengapa perintah menjaga pandangan terasa relevan: ia bekerja di hulu, saat dorongan baru berupa lintasan pikiran yang masih bisa dihentikan.

Menjaga Pandangan di Tengah Algoritma

Di era algoritma, “menundukkan pandangan” menuntut cara baru, karena yang menyodorkan tontonan bukan lagi billboard di pinggir jalan, melainkan sistem rekomendasi yang belajar dari kebiasaan pengguna. Contoh konkretnya: mematikan putar otomatis, menyaring akun yang sering memunculkan konten tidak pantas, mengatur batasan usia pada akun anak, dan menutup aplikasi begitu rekomendasi mulai melenceng. Ini bukan sekadar teknis, sebab Jayanti et al. (2026) mengaitkan pesan ayat dengan literasi digital dan pengendalian privasi, dan Meilani et al. (2023) menekankan perlunya bimbingan keluarga,

sekolah, dan masyarakat dalam pemakaian ponsel remaja. Dari temuan Ningtyas dan Purnomo (2023) tentang lemahnya pengawasan, tampak bahwa tanggung jawab itu tidak bisa dibebankan pada anak sendirian. Surasman et al. (2026) juga menegaskan bahwa masyarakat digital menuntut dakwah dan pendidikan yang adaptif, sehingga pesan menjaga pandangan perlu dibahasakan lewat contoh yang dekat dengan keseharian pelajar, bukan hanya larangan. Analisis ringannya: menundukkan pandangan di zaman ini sama dengan mengelola perhatian. Siapa yang tidak mengatur apa yang masuk ke layarnya, pelan-pelan akan diatur oleh apa yang disodorkan layar itu.

Perhatian Adalah Pintu

Satu insight yang layak dibawa pulang: perintah menjaga pandangan ternyata bukan hanya soal apa yang dilarang, melainkan soal siapa yang memegang kendali atas perhatian. Ketika perhatian diperebutkan oleh platform, menundukkan pandangan menjadi latihan kemerdekaan kecil yang dilakukan berulang setiap hari. Karena ayat ini menyapa laki-laki dan perempuan sekaligus, tanggung jawabnya bersifat timbal balik, bukan beban satu pihak. Bukti ilmiah tentang dampak paparan memang masih bergerak dan perlu diuji pada sampel yang lebih besar, tetapi logika pencegahan dalam ayat ini sudah cukup jelas untuk dijadikan kebiasaan sejak sekarang.

KESIMPULAN

Perintah menjaga pandangan dalam QS An-Nur ayat 30–31 dapat dibaca sebagai langkah pencegahan yang bekerja sebelum perilaku terbentuk, sebab penafsiran yang ditelaah Hidayatullah et al. (2024) menempatkan pengendalian pandangan sebagai pintu pertama menuju terjaganya kemaluan dari perbuatan keji. Di era konten dewasa yang mudah diakses, perintah itu menuntut kesadaran pribadi sekaligus dukungan lingkungan, karena Meilani et al. (2023) dan Ningtyas dan Purnomo (2023) menunjukkan bahwa akses dipengaruhi oleh kepemilikan perangkat, jumlah media sosial yang dipakai, dan lemahnya pengawasan. Pembacaan maqāṣidī yang ditawarkan Jayanti et al. (2026) memberi arah bahwa menjaga pandangan berkaitan dengan perlindungan kehormatan, termasuk melalui literasi digital. Kesimpulan ini masih sementara dan perlu disesuaikan dengan temuan analisis penafsiran yang benar-benar dilakukan. Penelitian berikutnya dapat melengkapinya dengan studi lapangan pada mahasiswa atau santri untuk melihat sejauh mana pemahaman ayat memengaruhi perilaku

daring, memperluas perbandingan ke lebih banyak mufasir klasik dan kontemporer, serta menguji model literasi digital berbasis tafsir.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Manhaj Tarjih Muhammadiyah telah berhasil mentransformasikan dirinya dari sekadar metode seleksi fikih klasik (tarjih al-aqwal) menjadi sebuah model penelitian hukum Islam terapan yang holistik dan komprehensif (research-based Islamic jurisprudence). Keunggulan epistemologis Manhaj Tarjih terletak pada kemampuan integratifnya memadukan tiga dimensi epistemik: Bayani (hermeneutika tekstual kontemporer), Burhani (validasi sains empiris dan rasionalitas ilmiah), serta Irfani (pencerahan etis-spiritual).

Melalui struktur hirarki hukum (Al-Qiyam al-Asasiyyah, Al-Usul al-Kulliyyah, Al-Ahkam al-Far'iyyah) dan kerja kolaboratif interdisipliner antara ulama syariah dan pakar sains mutakhir, Manhaj Tarjih terbukti mampu melahirkan produk-produk hukum kontemporer yang kontekstual, responsif, dan scientifically sound—seperti Kalender Islam Global, Fiqih Kebencanaan, dan Fiqih Air. Untuk mempertahankan relevansinya di era digital, Manhaj Tarjih perlu terus merekonstitusi instrumen metodologisnya dengan mengadopsi sains data, analisis etika kecerdasan buatan, dan pendekatan transdisipliner global. Model penelitian Manhaj Tarjih ini menawarkan kontribusi signifikan tidak hanya bagi pembaharuan hukum Islam di Indonesia, tetapi juga sebagai paradigma riset jurisprudence alternatif dalam studi hukum Islam internasional.

DAFTAR PUSTAKA

Bramasta, M. F., & Ihsan, M. F. (2025). Stuart Hall's representation: A study of the interpretation of Q.S. An-Nur: 26 in the trend of pre-marital studies on social media. Takwil: *Journal of Quran and Hadith Studies*, 3(2), 21–36.

Hidayatullah, M. H., et al. (2024). Implementasi pencegahan pornografi dalam Al-Qur'an (studi penafsiran terhadap Q.S An-Nur ayat 30-31 menurut Prof. Dr. Hamka dalam Tafsir Al Azhar). *Jurnal Ushuluddin*, 23(1), 100–[halaman akhir].

Jayanti, E. D., Prasetiawati, E., & Wahyudi. (2026). Preserving honor from the influence of negative modern lifestyles: A maqāṣidī exegetical analysis of QS. An-Nur verses 30–32. *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, 6(1), [halaman].

Meilani, N., Hariadi, S. S., & Haryadi, F. T. (2023). Social media and pornography access behavior among adolescents. *International Journal of Public Health Science*, 12(2), 536–544.

Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.

Ningtyas, A. D., & Purnomo, W. (2023). The factors that causing teenagers to access pornography content and its impact on dating behavior (case study on senior high school in Surabaya city). *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 685–691.

Privara, M., & Bob, P. (2023). Pornography consumption and cognitive-affective distress. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 211, 641–646.

Roza, T., Noronha, L., Shintani, A., Massuda, R., Lobato, M., Kessler, F., et al. (2024). Treatment approaches for problematic pornography use: A systematic review. *Archives of Sexual Behavior,* 53, 645–672.

Saputri, F. I., Muhajirin, M., & Nur, S. M. (2023). Ghaddhul bashar dalam perspektif hadis. *el-Sunnah: Jurnal Kajian Hadis dan Integrasi Ilmu*, 4(2), 153–163.

Shu, Q., Tang, S., Wu, Z., Feng, J., Lv, W., Huang, M., & Xu, F. (2025). The impact of internet pornography addiction on brain function: A functional near-infrared spectroscopy study. *Frontiers in Human Neuroscience*, 19, Article 1477914.

Surasman, O., Mastori, Anang, M. S., Ridwan, M., & Gunawan, C. (2026). An analysis of the exegesis of Surah Al-Baqarah (2:30) on human responsibility and its relevance to da'wah in the contemporary era. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 27(2), 379–398.

Zed, M. (2004). *Metode penelitian kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia.