

WEEKEND MORAL

“MERAYAKAN CINTA DAN KEHIDUPAN”

Edisi Revisi

Oleh:

Dra. Ignatia Esti Sumarah, M.Hum.
Fransisca Yohana Sri Winarsih, FCJ., M.Hum.
Dr. Tjipto Susana
Th. Endah Marianingsih, SIP., M.Kes.
Drs. Yoachim Agus Tridiatno, M.A.
Dr. Syaifan Nur, M.A.



Penerbit
Universitas Sanata Dharma
Yogyakarta

WEEKEND MORAL **“MERAYAKAN CINTA DAN KEHIDUPAN”**

Edisi Revisi

Copyright © 2012

PENERBIT UNIVERSITAS SANATA DHARMA
Jl. STM Pembangunan (Mrican) 1A, Gejayan Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 513301, 515253 Ext.1527/1513
Fax (0274) 562383
e-mail: publisher@staff.usd.ac.id

Diterbitkan oleh:

Penerbit Universitas Sanata Dharma
Jl. STM Pembangunan (Mrican) 1A,
Gejayan Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 513301, 515253;
Ext.1527/1513
Fax (0274) 562383
e-mail: publisher@usd.ac.id



Penerbit USD

Universitas Sanata Dharma berlambangkan daun teratai coklat bersudut lima dengan sebuah obor hitam yang menyala merah, sebuah buku terbuka dengan tulisan “*Ad Maiorem Dei Gloriam*” dan tulisan “Universitas Sanata Dharma Yogyakarta” berwarna hitam di dalamnya. Adapun artinya sebagai berikut.

Teratai: kemuliaan dan sudut lima: Pancasila; Obor: hidup dengan semangat yang menyala-nyala; Buku yang terbuka: ilmu pengetahuan yang selalu berkembang; Teratai warna coklat: sikap dewasa yang matang; “*Ad Maiorem Dei Gloriam*”: demi kemuliaan Allah yang lebih besar.

I. Esti Sumarah, dkk.

Desain Sampul:
Bronto Asisi

Tata Letak:
Thoms

Cetakan Pertama
iii, 84 hlm.; 148 x 210 mm.
ISBN: 978-602-9187-17-5
EAN: 9-786029-187175

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang.

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun, termasuk fotokopi, tanpa izin tertulis dari penerbit.

WEEKEND MORAL

“MERAYAKAN CINTA DAN KEHIDUPAN”

Edisi Revisi

Oleh:

Dra. Ignatia Esti Sumarah, M.Hum.
Fransisca Yohana Sri Winarsih, FCJ., M.Hum.
Dr. Tjipto Susana
Th. Endah Marianingsih, SIP., M.Kes.
Drs. Yoachim Agus Tridiatno, M.A.
Dr. Syaifan Nur, M.A.

UPT MATAKULIAH PENGEMBANGAN KEPERIBADIAN
UNIVERSITAS SANATA DHARMA
YOGYAKARTA 2011
Sekretariat: Mrican Tromol Pos 29, Telp. 513301, Psw. 1208



SUSUNAN ACARA *WEEKEND MORAL* MAHASISWA USD

HARI PERTAMA

WAKTU	ACARA
15.00 – 16.00	: SELAMAT DATANG (Pembimbing 1) Daftar ulang bagi peserta dilanjutkan persiapan pribadi (cari kamar, mandi, dan lain-lain).
16.00 – 16.30	: Minum dan <i>Snack</i>
16.30 – 17.30	: PEMBUKAAN (Pembimbing 1): <ul style="list-style-type: none">- DOA PEMBUKAAN- PEMBAGIAN BUKU WE- TATATERTIB MENGIKUTI WE- PENGANTAR: ARAH DASAR WE
17.30 – 22.00 <i>(diselingi makan malam: 19.00 – 19.30)</i>	: SESI 1 DAN SESI 2 (Pembimbing 2): <ul style="list-style-type: none">- MENGGALI PENGALAMAN AWAL- SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG PSIKOLOGIS- SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG TEOLOGIS
22.00 – 23.00	: RENUNGAN MALAM (Pembimbing 1)

HARI KEDUA

WAKTU	ACARA
05.00 - 06.00	: Bangun. Persiapan pribadi (Mandi dan lain-lain)
06.00 - 07.00	: RENUNGAN/MISA (Pembimbing 1)
07.00 - 08.00	: Makan Pagi
08.00 - 10.00	: SESI 3 (Pembimbing 3) SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG BIOLOGIS / MEDIS
10.00 - 10.30	: Minum dan <i>Snack</i>
10.30 - 13.30	: SESI 4 (Pembimbing 1) <ul style="list-style-type: none">- SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG SOSIOLOGIS- EKSPRESI (Tema: “Komitmen”)
13.30 -	: PENUTUP (Pembimbing 1) <ul style="list-style-type: none">- PENGUTUSAN (Pembagian Sertifikat)- DOA PENUTUP- MAKAN SIANG- SAYONARA

TATA TERTIB MENGIKUTI *WEEKEND MORAL*

1. Suasana terbuka: Suasana yang ingin diciptakan dalam *Weekend Moral* ini adalah suasana saling terbuka. Mahasiswa diharapkan terlibat dalam seluruh aktivitas: doa, *sharing*, diskusi, tanya-jawab, dan sebagainya.
2. Mahasiswa diharapkan tidak bersikap main-main terhadap keterbukaan orang lain, bersedia menghargai dan menghormatinya.
3. *Weekend Moral* bukan kuliah, maka suasana agak santai (dalam berpakaian dan cara mengikuti acara), tetapi tetap disiplin mengikuti jadwal yang telah ditentukan.
4. Selama mengikuti *Weekend Moral* mahasiswa diharapkan tetap tinggal di kompleks wisma. Jika ada keperluan yang mengharuskan meninggalkan acara, harap memberitahu pembimbing yang ada.
5. Selama mengikuti kegiatan di ruang pertemuan, mahasiswa tidak diperkenankan merokok dan berkomunikasi dengan HP.
6. Jika ada yang memiliki masalah dengan makanan, sakit, diet, atau masalah berat diharapkan berbicara dengan pembimbing.
7. Mahasiswa diajak berdoa bersama sebelum dan sesudah makan.
8. Mahasiswa hanya diperkenankan mengambil bagian *snack* dan makan sesuai dengan bagiannya sendiri.
9. Mahasiswa perlu terlibat menjaga kebersihan dan ketertiban wisma: mematikan lampu jika tidak digunakan, menutup keran air se usai menggunakan, tidak mencorat-coret tembok, tidak membuang sampah di sembarang tempat.

DAFTAR ISI

SUSUNAN ACARA	1
TATA TERTIB	3
DAFTAR ISI	4
ARAH DASAR <i>WEEKEND MORAL</i>	5
Dra. Ignatia Esti Sumarah, M.Hum.	
SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG TEOLOGIS Memaknai Tubuh: Merayakan Cinta dan Kehidupan (Belajar <i>Teologi Tubuh</i> - Paus Yohanes Paulus II)	10
Fransisca Y. Sri Winarsih FCJ, M.Hum	
SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG PSIKOLOGI Konsep Diri Positif sebagai Laki-Laki dan Perempuan	26
Dr. Tjipto Susana	
SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG BIOLOGIS DAN MEDIS Menjaga Kesehatan Reproduksi	39
Th. Endah Marianingsih, SIP., M.Kes.	
SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG SOSIOLOGIS Persahabatan yang Sehat: Stop Kekerasan!	61
Drs. Y. Agus Tridiatno, MA	
SEKSUALITAS DARI SUDUT PANDANG AGAMA ISLAM Pendidikan Seks dalam Al-Qur'an	70
Dr. Syaifan Nur, MA	
BIODATA	81

ARAH DASAR *WEEKEND MORAL*

Dra. Ignatia Esti Sumarah, M.Hum.

Dalam makalahnya yang berjudul “Mendampingi Kaum Muda Katolik Lewat Universitas Katolik”, Romo Madya Utama, S.J. memaparkan:

Dalam sidang paripurna yang keempat tahun 1986, Federasi Konferensi-konferensi Waligereja Asia (FABC) menyatakan bahwa kebanyakan dari kaum muda Asia—yang merupakan 60% dari seluruh penduduk Asia—sungguh mengalami berbagai macam penderitaan: perbudakan kebodohan, tuna aksara, tidak memiliki keterampilan, pengangguran, ketidakjelasan masa depan, tidak adanya konsistensi antara yang mereka pelajari di sekolah dengan yang mereka saksikan dalam hidup sehari-hari, gempuran materialisme dan konsumerisme, ideologi kosong yang menyesatkan, serta kemiskinan yang melilit dan tak terelakkan. Semuanya ini bisa membawa cukup banyak kaum muda mencari “penghiburan” yang keliru: narkoba, tindak kekerasan, minuman keras, seks sebelum menikah (seks bebas), kriminalitas, bunuh diri, dsb. (bdk. Art. 3.2.1. & 3.2.2.). Lalu apa yang perlu kita lakukan agar kita tidak kehilangan kaum muda kita, dan agar kaum muda kita sungguh-sungguh menjadi masa depan bangsa dan Gereja kita? Salah satu hal yang dapat kita lakukan adalah “mendampingi” mereka lewat universitas yang kita miliki.

Uraian tersebut serta-merta menyadarkan kami tentang pentingnya memberi pendampingan yang efektif kepada kaum muda yang menimba ilmu di lingkungan Universitas Sanata Dharma. Tujuannya agar mereka tidak terjebak untuk mencari “penghiburan” keliru, yang salah satu butirnya adalah melakukan seks bebas.

Buku karangan Peter-Hans Kolvenbach, yang sudah diterjemahkan dengan judul *Universitas Yesuit dalam Terang Kharisma Ignasian*, memaparkan “tujuan pendidikan tinggi” yang isinya antara lain:

Pendidikan Yesuit menempatkan segala yang dilakukan secara teguh dalam suatu kerangka pemahaman Kristiani mengenai pribadi manusia sebagai ciptaan Allah yang tujuan akhirnya mengatasi kemanusiaan”. (Peter-Hans Kolvenbach, 2001: 7)

Ide utama yang terkandung dalam deretan kalimat tersebut menggarisbawahi pentingnya mendampingi kaum muda (mahasiswa yang menimba ilmu di Universitas Sanata Dharma sebagai salah satu Universitas Jesuit) agar dapat mencapai jati dirinya sebagai citra dan mitra kerja Allah di dunia (*the image and partner of God*). *Weekend Moral* yang diselenggarakan oleh Universitas Sanata Dharma merupakan salah satu upaya universitas untuk mendampingi mahasiswa agar mereka menyadari keberadaannya sebagai laki-laki atau perempuan yang sama-sama merupakan citra Allah. Seksualitas adalah daya yang membedakan di antara keduanya.

Weekend Moral dimaksudkan untuk membimbing mahasiswa mendalami makna spiritualitas seksualitas, sehingga mereka sanggup menghargai anugerah ke-pria-an dan ke-wanita-an secara tepat. Mahasiswa diharapkan memiliki “pertahanan diri” untuk berani berkata TIDAK pada tawaran seks bebas atau TIDAK MAU menjadi “budak” nafsu yang dapat merusak citra diri mereka atau menghambat perjalanannya dalam mempersiapkan diri menjadi mitra kerja Allah; Sebab sanggup mengelola pikiran dan emosinya menghadapi daya seksualitasnya. Singkatnya mereka mempunyai komitmen moral yang jelas bahwa seksualitas harus dilihat sebagai anugerah Allah (*God-centered*) bukan hanya demi kesenangan pribadi semata (*self-centered*).

Untuk mencapai tujuan tersebut maka dinamika yang terjadi selama *Weekend Moral* adalah mempertemukan/mendialogkan pemahaman seksualitas dari sudut pandang teologis dengan seksualitas dari sudut pandang psikologis, biologis/medis, dan sosiologis. Landasan refleksi teologis seksualitas diambil dari tulisan Paus Yohanes Paulus II tentang *Teologi Tubuh*. Menurutnya, Allah adalah cinta (1 Yohanes

4:8). Oleh karena itu segala yang berasal dari diri Allah semata-mata karena cinta juga. Oleh karena itu alasan teologis mengenai eksistensi manusia yang diciptakan sebagai laki-laki dan perempuan pun adalah dari cinta dan untuk cinta. Jadi keberadaan laki-laki dan perempuan di dunia ini yang pertama dan utama adalah untuk saling mencintai bukannya menguasai atau mendominasi. Dan panggilan untuk saling mencintai ini termataraikan dalam tubuh kita. Jadi *Teologi Tubuh* yang akan didalami dalam *weekend* ini diharapkan dapat membantu mahasiswa mengidentifikasi dan menemukan cinta yang ditanamkan Allah di dalam dirinya melalui kebertubuhannya sebagai laki-laki atau perempuan.

Pemahaman atas kebertubuhan tersebut, dapat membantu mahasiswa menjadi nyaman dengan keberadaannya sebagai laki-laki atau perempuan (dimensi biologis), sekaligus mengarahkannya untuk membangun konsep diri yang positif (dimensi psikologis). Dan semuanya itu tampak dalam kesediaannya menciptakan suasana saling menghormati (bukannya memaksakan kehendak pribadi semata) dan kesediaan memperkaya diri sendiri sekaligus orang yang dicintai (bukannya menghancurkan diri sendiri dan sesama yang dicintai). Inilah yang digarisbawahi dalam dimensi sosiologis.

Singkatnya, daya seksualitas itu “indah” sebab dianugerahkan Allah Sang Pencipta kepada citra-Nya (laki-laki dan perempuan) agar mereka dapat saling jatuh cinta dan terdorong untuk melengkapi satu sama lain demi menemukan kebahagiaan dalam suatu panggilan hidup yang disebut pernikahan. Sudah barang tentu tujuan luhur ini haruslah sungguh-sungguh dipersiapkan dan dipikirkan secara terencana, antara lain dengan mengingatkan mereka bahwa landasan dari keputusan memilih jalan hidup pernikahan BUKAN semata-mata karena telah matang secara biologis yang ditandai dengan kesiapan laki-laki dan perempuan melakukan hubungan seksual (yang bisa berdampak pada terjadinya kehamilan), melainkan karena pasangan itu telah memahami makna cinta secara benar dari perspektif spiritual:

sebagai anugerah/rahmat dari Allah sang Maha cinta, sebagaimana terungkap dalam puisi berikut:

My Gift of Love

I love to see lovers in love.

*I am the One who created love in all of its forms
and I'm the One who causes people to feel love for one another.*

*I'm Love itself, so when people are in love,
they are feeling and being a part of Me.*

*When you are with the one you love and feel warmed and comforted
by his love,*

thank and praise Me for it,

because this is indeed a gift from My heart to yours.

*The love that you feel through your loved one is a manifestation of
My great love for you.*

There is a time for everything

a time to be alone, and a time to enjoy the close company of another.

*To help make the road easier, I give the gift of companionship to most
people*

at some point in their lives.

When I give it you,

remember that is a special touch of My love and care for you.

Saduran bebas:

- Rahmat Cinta-KU

AKU bahagia melihat orang-orang saling mencinta

AKU lah yang yang menciptakan cinta dalam segala bentuknya.

Dan AKU lah yang menyebabkan

orang-orang merasakan getaran cinta satu sama lain.

*AKU adalah cinta,
bila orang-orang saling mencintai
mereka merasakan dan menjadi bagian dari DIRIKU.*

*Bila engkau bersama dengan orang yang kau cintai
merasakan kehangatan dan kenyamanan dari cintanya
bersyukurlah dan muliakanlah AKU karenanya.
Sebab sesungguhnya inilah hadiah dari hatiKU untukmu.
Cinta yang kau alami melalui orang yang kau cintai
adalah manifestasi dari cintaKU yang begitu besar kepadamu.*

*Ada waktu untuk segalanya
waktu untuk sendirian
dan ada waktunya pula untuk menikmati persahabatan dengan orang
lain.*

*Untuk lebih memudahkan perjalanan hidupmu,
KU berikan persahabatanKU pada semua orang dalam hidup
mereka.*

*Ketika AKU memberikannya padamu, ingatlah
bahwa inilah tanda cintaKU yang sejati untukmu.*

Kepustakaan

Madya Utama, Ignatius. 2000. “Mendampingi Kaum Muda Katolik Lewat Universitas Katolik”. Makalah (tidak diterbitkan).

Kolvenbach, Peter-Hans. 2001. *Universitas Yesuit dalam Terang Kharisma Ignasian*. Alih bahasa dan pengantar: M.Sastrapratedja. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.

Fontaine, Maria. 2002. “My Gift of Love”, dalam: *From Jesus With Love: for Women*. Switzerland: Aurora Production. p. 21.

Seksualitas dari Sudut Pandang Teologis

MEMAKNAI TUBUH: MERAYAKAN CINTA DAN KEHIDUPAN (Belajar *Teologi Tubuh* - Paus Yohanes Paulus II)

Fransisca Y.Sri Winarsih FCJ, M.Hum

Pendahuluan

Ketika Anda ingin menghibur teman yang sedang mengalami kesedihan, mungkin Anda ingin menepuk-nepuk bahunya, memeluknya atau sekadar menggenggam tangannya. Seorang ibu yang bayinya menderita demam tinggi, mungkin akan

*Bukankah ini tubuhku sendiri?
Bukankah aku berhak untuk
memaknai tubuhku sesuai
dengan kemauanku? Kenapa
tidak kurayakan saja sepuas-
puasnya?*

memeluk si bayi dalam waktu cukup lama guna menyerap demam ke dalam tubuhnya sendiri. Pun ia sanggup begadang semalaman untuk menjaga anaknya. Jalinan kasih dua pihak memerlukan media untuk mengungkapkan dan media itu adalah tubuh.

Mengapa mendalami seksualitas secara teologis harus bermula dari memaknai tubuh? Seksualitas tidak semata-mata urusan seks melainkan berkaitan dengan relasi kasih yang ditujukan kepada yang lain. Ungkapan kasih serta-merta melibatkan tubuh atau ekspresi tubuh sebagai sarannya. Itu sebabnya mengapa memahami seksualitas perlu dimulai dengan memahami makna tubuh.

Setiap orang mendambakan cinta. Cinta adalah tema klasik yang diabadikan dalam lagu, diungkapkan dalam puisi, menjadi tema film maupun sinetron. Juga dalam iklan. Beberapa iklan menayangkan relasi kasih sayang yang penuh kebahagiaan dengan cara yang satu

berusaha membahagiakan yang lain dengan produk yang ditawarkan. “*Membahagiakan yang lain*” menunjukkan bahwa pusat perhatian cinta bukanlah diri sendiri melainkan orang lain.

Namun kenyataan hidup tak seindah iklan. Kita melihat semakin banyak jumlah perceraian, perkosaan, kekerasan dalam pacaran/rumah tangga, pelecehan seksual, aborsi dan perselingkuhan. Belum lagi terbilang jumlah orang kesepian yang melarikan diri kepada candu (narkoba, pornografi, facebook, pekerjaan, dll). Cinta menjadi sesuatu yang didamba namun sulit didapat. Ia produk langka.

Kelangkaan cinta menguat secara signifikan sejak era revolusi seks yang berlangsung tahun 1960 – 1970-an di dunia barat. Revolusi seks yang juga dikenal dengan istilah pembebasan seks menantang norma-norma tradisional berkenaan dengan perilaku seksual. Jutaan orang memeluk norma baru tersebut dengan mengemukakan bahwa seks adalah bagian alami biologis manusia. Seks tidak selayaknya disangkal atau pun ditekan dengan norma-norma.

Revolusi seks antara lain ditandai dengan maraknya hubungan seks di luar perkawinan, penggunaan kontrasepsi, telanjang di wilayah publik, legalisasi homoseksual, dan legalisasi aborsi. Seks tak lagi memiliki makna sakral melainkan melulu kegiatan genital. Akibat yang terjadi dalam kurun waktu tersebut adalah:

- Perceraian meningkat 3x lipat
- Anak di luar pernikahan meningkat dari 224.000 menjadi 1,2 juta
- Aborsi meningkat 2x lipat
- Hidup bersama di luar nikah meningkat dari 430.000 menjadi 4,2 juta

Pada abad 21 ini laju revolusi seks dipercepat dengan kemajuan sains dan teknologi. Industri pornografi, salah satu pengguna teknologi informasi, mengeksploitasi dimensi kenikmatan seks dan menjualnya melalui jaringan internet secara besar-besaran. Berikut ini adalah data

statistik pornografi di Amerika Serikat tahun 2005 :

- Setiap detik dibelanjakan USD \$3,075.64
- Setiap detik terdapat 28,258 pengguna internet mengunjungi situs pornografi
- Setiap 39 menit video pornografi diproduksi.
- Unduhan pornografi sebesar 35 % dan 25 % mesin pencari adalah untuk mencari materi pornografi.
- Produksi film porno berjumlah 13,588 film, dan dapat diakses di 4.2 juta website pornografi.
- Keuntungan pornografi US \$ 13.3 milyar / tahun (lebih besar dari gabungan keuntungan yang diperoleh Microsoft, Google, Amazon, eBay, Yahoo, Apple, Netflix, dan Earthlink)

Jika kita menerima pendapat bahwa seks tidak lagi memiliki makna lain kecuali kegiatan fisik genital, -sebagaimana makan, minum atau olah raga-, maka tidak ada alasan lagi untuk menilai apa yang benar dan salah dari aktivitas seks. Jika demikian, maka kita harus siap dengan konsekuensi yang mengikutinya, semisal: pelecehan seksual, perselingkuhan, aborsi, ganti-ganti pasangan dan seks komersial. Nyatanya beberapa fakta tersebut membuat nurani kita tidak tinggal diam. Hal-hal itulah yang bisa menjadi sumber ketidakbahagiaan manusia. Fakta-fakta berikut ini menjadi cermin menakutkan dari apa yang terjadi dalam masyarakat:

- Tahun 2004 di Indonesia: Pengguguran kandungan (aborsi) tercatat sebanyak 2,3 juta kasus setiap tahun. Dari itu, sekitar 15% - 30% dilakukan oleh remaja. Aborsi terjadi 191.667 kasus/ bulan, 6389 kasus/hari, 266 kasus/jam, 5 kasus/menit, 1 kasus/12 detik.
- Departemen Luar Negeri AS (2005) melaporkan bahwa pelaku perdagangan manusia meraup keuntungan US \$ 7 milyar/tahun. Khusus perdagangan anak menghasilkan keuntungan US \$ 2.3

miliar melebihi perdagangan narkoba yang 1 miliar.

- Tahun 2010: 40.000 dari 70.000 anak di Indonesia menjadi korban eksploitasi seksual.

Mau dibawa ke manakah dunia jika kecenderungan semacam ini tidak dihentikan? Untuk memperbaiki kekacauan tersebut, Paus Yohanes Paulus II mengajak kita untuk kembali ke khitah sebagai manusia, yakni insan bertubuh dengan pertama-tama memahami makna tubuh dan artinya bertubuh. Ajakan tersebut serta-merta akan membawa kita pada pertanyaan-pertanyaan mendasar: Siapakah aku? Apa maksud Tuhan menciptakan aku? Apakah tujuan hidupku? Bagaimana mencapai tujuan tersebut?

Mengetahui tujuan hidup akan menentukan bagaimana kita akan hidup. Menentukan bagaimana kita akan hidup akan menentukan masa depan kita. Mengenali identitas diri sebagai ciptaan Allah akan mengarahkan hidup agar menjadi manusia seperti yang dikehendakinya ketika Ia menciptakan kita.

Tulisan ini bermaksud mengemukakan beberapa pokok pikiran Paus Yohanes Paulus II mengenai Teologi Tubuh (*Theology of the Body*). Berturut-turut akan dijelaskan mengenai: Tubuh sebagai theos-logos, Manusia asali, Manusia historis, Manusia eskatologis dan Penutup.

Tubuh sebagai Theos-logos

Allah adalah cinta (1 Yohanes 4:8). Segala yang berasal dari diri-Nya melulu adalah cinta. Alasan teologis mengenai eksistensi manusia adalah bahwa manusia diciptakan dari cinta dan

Siapakah aku? Apa maksud Tuhan menciptakan aku? Apakah tujuan hidupku? Bagaimana aku bisa mencapai tujuan tersebut?

untuk cinta. Kita dicipta untuk saling mencintai bukan untuk saling menguasai atau mendominasi. Panggilan untuk saling mencintai ini termeteraikan dalam tubuh kita. *Teologi Tubuh* berupaya untuk mengidentifikasi dan menemukan cinta yang ditanamkan Allah ke dalam diri kita melalui kebertubuhan kita.

Allah adalah kenyataan yang tidak terlihat. Satu-satunya cara untuk mengenali kehadiran Allah adalah dengan mengenali ciptaan-Nya. Ciptaan yang paling mewakili kenyataan Allah adalah manusia yang memiliki dimensi rohani dan badani. Dimensi badan/tubuh adalah dimensi yang tampak dari manusia. Ketika Allah bersabda maka terciptalah *tubuh* laki-laki dan *tubuh* perempuan, maka dapat dikatakan bahwa *tubuh* adalah sabda (logos) Allah (theos) yang mewujudkan menjadi kenyataan yang tampak.¹ Tubuh adalah theos–logos: sabda (yang tidak kelihatan) menjadi tubuh (yang kelihatan).

TUBUH, sesungguhnya, dan hanya TUBUH, mampu membuat terlihat apa yang tidak terlihat: yang spiritual dan yang Illahi. (Tubuh) telah diciptakan untuk menyalurkan ke dalam kenyataan dunia yang terlihat, misteri, yang tersembunyi sejak awal dalam diri Allah, dan karenanya (tubuh) menjadi tanda bagi (misteri) itu. (JP II, TOB 19:4)

Dengan ini hendak dikemukakan bahwa manusia memiliki dimensi rohani dan jasmani. Keyakinan bahwa *tubuh adalah bait Allah* kiranya sejalan dengan pemahaman ini. Jika kita hanya melihat tubuh melulu sebagai unsur jasmani, maka akibatnya kita akan kehilangan rasa hormat terhadapnya. Kita akan memperlakukan diri sendiri dan orang lain sebagai obyek/benda semata. Dua pengakuan ini barangkali tidak asing bagi kita:

¹ Mengenai hal ini akan dijelaskan lebih lanjut dalam bagian Manusia Asali.

Ibu saya adalah orang tua tunggal dengan tiga anak. Kenangan terakhir saya akan Bapak adalah ketika ia melempar sepatu ke arah ibu, menampar, menendang, dan memukulinya lalu keluar rumah. Ibu terduduk dan menangis. Sejak saat itu Bapak tidak pernah kembali. Waktu itu saya kelas 3 SD (mahasiswa sem II).

Dua bulan saja pacaran kami terasa indah. Setelah itu mulailah keluar watak aslinya yang pemarah. Jika marah ia suka membanting barang-barang yang ada didekatnya. Hal paling buruk terjadi pada bulan kelima pacaran kami. Karena satu peristiwa yang sepele, ia marah besar. Tanpa menanyakan apa yang terjadi, langsung saja ia menampar pipi saya. Plak ... plak.... Saya terhuyung jatuh, terkejut dengan apa yang baru saja terjadi (mahasiswa sem II).

Kedua contoh di atas memperlihatkan tidak adanya hormat kepada pribadi orang lain. Pertama-tama perendahan itu ditujukan terhadap tubuh. Tubuh merupakan bagian esensial dari keberadaan kita sebagai manusia yang memungkinkan kita untuk berhubungan dengan yang lain. Perendahan terhadap pribadi mendapatkan wujudnya pertama-tama dengan perendahan terhadap tubuh.

Tubuh menghadirkan ungkapan-ungkapan jiwa semisal memeluk, mencium, memandang, memaki, menendang, atau memukul. Yohanes Paulus II mengatakan bahwa bila kita mampu memaknai kebertubuhan masing-masing dan hidup sesuai dengan makna tersebut, maka kiranya kita akan mampu memaknai pula kebertubuhan orang lain. Dengan itu maka kekacauan relasi di dunia ini akan dapat diperbaiki. Bagian berikut ini akan menjelaskan bagaimana Kitab Suci menjelaskan makna tubuh.

Manusia Asali

Pemahaman atas eksistensi manusia hanya mungkin dengan mengetahui jalan pikiran dan maksud Allah ketika Ia menciptakan manusia *pada mulanya*. Apa sebenarnya maksud Allah *pada mulanya* ketika Ia memutuskan menciptakan manusia? Untuk menjawab pertanyaan tersebut, Kitab Suci memaparkannya dalam dua versi.

Versi I : *Manusia secitra dengan Allah.*

“Baiklah Kita menjadikan manusia itu menurut gambar dan rupa Kita, maka Allah menciptakan manusia itu menurut gambar-Nya, menurut gambar-Nya diciptakanlah dia; lelaki dan perempuan diciptakan-Nya mereka”. (Kej 1 : 26a-27)

Allah memandang realitas Diri-Nya; gambar dan rupa-Nya sendiri dalam wujud tubuh laki-laki dan tubuh perempuan serta berkata “sungguh amat baiklah ia”. Tidak bisa dikatakan bahwa hanya laki-laki atau perempuan sajalah yang mencerminkan gambar dan rupa Allah, namun haruslah keduanya sekaligus – yaitu laki-laki dan perempuan.

Manusia adalah gambar dan rupa Allah. Jika Allah adalah cinta maka manusia diciptakan untuk tujuan cinta juga. *“Kasihilah seorang akan yang lain sebagaimana Aku telah mengasihi engkau”* (Yoh. 13:34). Dengan ini mau dikatakan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk mencintai sebagaimana Allah mencintai. Terdapat tiga aspek cinta menurut Yohanes Paulus II, yaitu:

- a. Cinta sebagai ketertarikan: ketika kita menemukan keindahan pada yang lain.
- b. Cinta sebagai hasrat: ketika kita menginginkan yang baik bagi diri sendiri.
- c. Cinta sebagai kehendak baik: ketika kita menghendaki kebaikan bagi yang lain.

Cinta dalam arti ke tiga, yakni cinta yang mengarahkan perhatian pada yang lain, yang akan menjadi diskusi dalam Teologi Tubuh. Manusia adalah makhluk relasional maka identitasnya harus ditemukan dalam relasinya dengan orang lain, mengarah ke orang lain, bukan dalam pencarian yang memusat pada diri sendiri. *To be is to be in relationship*. Ini berbeda sekali dengan cinta yang berpusat pada diri sendiri (*selfish – egois*).

Mencintai berarti mengharap yang terbaik bagi yang dicintai. Apa ini artinya dalam jalinan relasi? Ketika seorang pemuda atau pemudi sungguh mencintai pasangannya, ia akan mempertimbangkan kebaikan bagi yang dicintai dan bertindak sesuai dengan pertimbangan tersebut bahkan ketika sendiri ia harus menderita karenanya. Berikut ini adalah laporan riset di Amerika Serikat terhadap 10.000 perempuan (2008).

Pengalaman seksual usia dini akan berpengaruh pada hubungan jangka panjang. Hubungan seksual sebelum usia 18 tahun akan memengaruhi kehidupan dewasa mereka. Riset menunjukkan bahwa semakin awal seorang perempuan aktif secara seksual, semakin mereka akan mengalami hal-hal berikut: kehamilan di luar nikah, terjangkit penyakit menular, depresi, perceraian, aborsi, ganti-ganti pasangan, menjadi orang tua tunggal dan besar kemungkinan hidup dalam kemiskinan. Aktivitas seksual di usia dini punya dampak buruk bagi pasangan.

Dihadapkan pada hasil riset tersebut maka pasangan muda yang sedang belajar menjalin relasi akan saling memperhatikan kebaikan pasangannya dengan tidak melakukan hal-hal yang akan menempatkan pasangannya ke dalam situasi penuh risiko sebagaimana digambarkan oleh riset tersebut.

Versi II : *Kesendirian asali, kebersatuan asali, dan ketelanjangan asali.*

Allah menciptakan manusia pertama, Adam, dari debu tanah dan diberi nafas-Nya. Dengan ini hendak dikatakan bahwa hanya manusialah yang dianugerahi *pribadi*. Adam menyadari bahwa ia berbeda dari ciptaan lain. Ciptaan lain, binatang dan tumbuhan, adalah ciptaan tanpa pribadi. Oleh karena itu, ia tidak bisa membangun kesatuan antar pribadi. Ia mengalami kesendirian, dan dalam kesendirian itu ia merindukan kesatuan dengan sesama yang sepadan dengannya. Yang dirindukan bukanlah semata-mata tubuh melainkan pribadi yang terdapat dalam tubuh. Situasi sendirian ini disebut kesendirian asali (*original solitude*)

Bila manusia diciptakan untuk mengasihani, maka ia tidak bisa hidup dalam kesendirian. Ia membutuhkan pribadi lain untuk dicintai. Tuhan membuat Adam tidur nyenyak. Selagi ia tidur, Tuhan menciptakan seorang manusia lain –seorang perempuan- dan dibawanya kepadanya. Reaksi pertama yang terlontar dari Adam adalah seruan berikut “*Inilah dia tulang dari tulangku dan daging dari dagingku*” (Kej. 2 :3). Adam seketika mengenali pribadi yang ada pada perempuan itu. Perempuan tersebut berbeda dengan tumbuhan dan binatang yang dicipta sebelumnya. Hawa adalah satu-satunya ciptaan yang sepadan dan kepadanya Adam merasa pantas memberikan dirinya.

Rancangan bentuk fisik laki-laki dan perempuan menunjukkan bahwa mereka sesuai satu sama lain. Mereka menyadari bahwa mereka memang diciptakan untuk bersatu. Kebersatuan dua pribadi tersebut (*communio personarum*) diwujudkan dalam kebersatuan daging (Kej. 2:24). Kebersatuan ini disebut dengan kebersatuan asali (*original unity*). Persatuan tubuh tidak dipahami sebagai persatuan tubuh semata melainkan persatuan dua pribadi.

Tubuh laki-laki dan perempuan memiliki arti dasar sebuah pemberian dan persatuan (*arti nupsial tubuh*). Kualitas kebersatuan

tersebut berpijak pada cinta Allah yang tak terbatas kepada manusia yang:

- Bebas* : *Secara bebas Allah mencintai manusia.*
 Dalam relasi saling memberikan diri, tidak pernah boleh ada pemaksaan satu terhadap yang lain. Pemberian diri semestinya merupakan tindakan suka rela dan suka cita.
- Total* : *Allah mencintai manusia secara total – dengan hidupnya.*
 Pemberian diri yang memuncak pada pemberian tubuh haruslah melibatkan seluruh kepribadian, yakni tubuh-jiwa. Tidak ada yang ditahan untuk diberikan dan tidak ada yang ditolak ketika yang lain memberikan. Pemberian dan penerimaan haruslah sepenuh-penuhnya. Konsekuensi dari pemahaman ini adalah ditolaknya kontrasepsi dalam persetubuhan.
- Setia* : *Cinta Allah bersifat abadi. Tak pernah Ia mengkhianati.*
 Pemberian diri yang total membawa akibat bahwa cinta hanya mungkin diberikan kepada satu orang dan untuk selamanya. Inilah dasar monogami dalam perkawinan Katolik.
- Berbuah* : *Cinta Allah menghasilkan kehidupan.*
 Pemberian diri haruslah terbuka terhadap hadirnya kehidupan baru. Kontrasepsi persis berlawanan dengan prinsip ini.

Selanjutnya Kitab Suci menceritakan bahwa “*Mereka keduanya telanjang, manusia dan istrinya itu, tetapi mereka tidak merasa malu*” (Kej 2 : 25). Bagi Adam dan Hawa, telanjang adalah situasi yang penuh damai. Saat itu segala sesuatu masih dalam keadaan murni, termasuk hati manusia. Gairah seksual yang dialami oleh Adam dan Hawa

berada dalam cara yang paling murni. Ketika masing-masing melihat tubuh telanjang yang lain, mereka mengalami hasrat untuk melulu mencintai yang lain itu. Gairah seksual dipahami sebagai gairah untuk memberikan diri, dan pemberian diri paling total diwujudkan dalam tindak penyerahan tubuh. Mereka percaya satu sama lain bahwa tidak ada keinginan lain kecuali memberikan diri kepada yang lain. Adam dan Hawa saling memberikan diri dan buah dari itu adalah mereka saling menerima.

Ketelanjangan tanpa malu mau menunjukkan bahwa pada kondisi yang paling murni, kehadiran orang lain menimbulkan rasa aman tanpa syak prasangka. Inilah yang disebut dengan ketelanjangan asali (*original nakedness*). Jika manusia diciptakan demi tujuan yang begitu indah, mengapa ada banyak penderitaan dalam relasi antar manusia? Hal itu terjadi sejak Adam dan Hawa jatuh dalam dosa pertama.

Manusia Historis: Kejatuhan ke dalam Dosa

Kitab Kejadian 3: 1-6 mengisahkan ular menggoda perempuan dan perempuan akhirnya tergoda (Kej 3:1-6). Kisah ini mau menceritakan bagaimana sikap dasar manusia yang semula menerima berganti dengan sikap merampas yang bukan haknya. Manusia tidak lagi percaya pada kemurahan hati Allah, maka ia mengambil. Akibatnya adalah manusia sadar bahwa ia telanjang dan menjadi malu serta takut.

Dengan itu mulailah sikap saling curiga dan saling tidak percaya antara perempuan kepada laki-laki, dan sebaliknya. Satu sama lain merasa terancam kalau pihak lain tidak lagi memberikan diri melainkan malah mengambil, merampas, memanfaatkan, dan menggunakan. Manusia telah kehilangan keluhurannya karena hatinya sudah dikacaukan oleh nafsu, naluri, dan dorongan sesaat. Kita sekarang mewarisi dosa asal tersebut.

Beberapa ungkapan ini menunjukkan pengalaman menjadi obyek atau memperlakukan orang lain sebagai obyek:

Saya menyerahkan tubuh pada pacar saya dengan harapan bahwa ia akan lebih mencintai saya. Namun setelah hal itu terjadi, keesokan harinya ia bersikap seolah-olah tidak mengenal saya. Ia bahkan kelihatan menghindari saya.

Alasan utama mengapa saya memacari dia adalah karena dia pandai. Saya mendapat banyak manfaat dengan menjadi pacarnya. Dia banyak membantu saya dalam belajar dan dalam menulis paper-paper yang serasa tidak pernah berhenti. Menikahi dia? Saya tidak pernah berfikir untuk mengakhiri pacaran kami dengan pernikahan.

Saya merasa terangsang kala berdekatan dengan pacar saya. Ada keinginan untuk menyentuhnya namun saya ragu karena tidak tahu sebatas apa saya boleh melakukannya. Adakah batas-batas pacaran? Jika ada, sampai di mana batasnya?

Terjadi pergeseran sikap di antara manusia yakni dari relasi *subyek-subyek* menjadi relasi *subyek-obyek*, dari menerima menjadi mengambil, dari mencintai menjadi menggunakan. Dosa menyebabkan manusia tidak lagi mampu memandang orang lain sebagai subyek yang menimbulkan kekaguman dan rasa hormat, namun semata benda yang bisa dimanfaatkan. Masing-masing pihak berkehendak untuk memaksimalkan kenikmatan dengan memuaskan hasrat diri sendiri. Masing-masing berupaya untuk meminimalkan penderitaan sendiri dengan mengorbankan orang lain. Yohanes Paulus II mengatakan bahwa lawan dari mencintai (*loving*) BUKAN membenci, melainkan menggunakan (*using*). Mentalitas cinta adalah memberi. sementara nafsu adalah menggunakan.

Manusia Eskatologis: Manusia Diselamatkan

Manusia adalah pribadi yang menyejarah. Ia selalu ada dalam proses untuk semakin menjadi manusia (*process of becoming*). Proses ini tidak akan pernah selesai sampai akhir hayatnya. Manusia berada dalam jalinan *masa lalu-masa kini-masa depan*, dan dalam perjalanan tersebut ia akan mengalami peristiwa

jatuh-bangun. Kemampuan untuk mengintegrasikan masa lampau dengan masa sekarang akan memungkinkan kita menentukan masa depan dengan orientasi yang jelas.

Tidak seorang pun memiliki jalan hidup sempurna, maka tidak seorang pun memiliki perjalanan hidup tanpa mengalami jatuh. Tak terkecuali para teladan kesucian, semisal St. Agustinus dari Hippo. St. Agustinus adalah pencinta perempuan. Ia sudah aktif secara seksual sejak berumur 17 tahun dan mengatakan dirinya sebagai budak nafsu (*I was a slave of lust*). Ia memiliki seorang anak laki-laki dari seorang perempuan yang hidup bersamanya selama 13 tahun di luar perkawinan. Kematian ibu dan anaknya merupakan titik awal pertobatannya.

Pertobatan bukanlah langkah yang sekali jadi melainkan suatu proses panjang. Pertobatan merupakan upaya untuk mengintegrasikan pengalaman masa lampau dengan kenyataan sekarang. Pertobatan seksual Agustinus tidak sama dengan matinya dorongan seksual dalam dirinya, melainkan lahirnya cara baru dalam mencintai sesamanya. Berangkat dari kejujuran menerima diri apa adanya dan tidak memproyeksikan kesalahannya pada orang lain, Agustinus mengawali pertobatannya. Ia membawa pengalaman gelapnya kepada

Pertobatan bukanlah langkah yang sekali jadi melainkan suatu proses panjang. Pertobatan berangkat dari kejujuran menerima diri apa adanya dan tidak memproyeksikan kesalahannya pada orang lain.

Tuhan agar diampuni, dan terlebih lagi untuk dibantu agar semakin berkembang dalam kemanusiaannya. St. Agustinus adalah seperti kita semua: pendamba cinta, pembuat kesalahan, pencari kebenaran, orang yang sadar akan dosa dan mau bertobat.

Paus Yohanes Paulus II menyerukan bahwa pertobatan pertamanya harus dimulai dari hati. Kita harus percaya bahwa pertobatan dan pengampunan itu mungkin sebab Allah telah menjanjikannya kepada kita. Ia telah menebus kita.

Aku telah menghapuskan segala dosa pemberontakanmu seperti kabut diterbangkan angin dan segala dosamu seperti awan yang tertiuip. Kembalilah kepada-Ku sebab Aku telah menebus engkau! Aku, Akulah Dia yang menghapus dosa pemberontakanmu oleh karena Aku sendiri, dan Aku tidak mengingat-ingat dosamu. (Yes 44:23; 43:25)

Penutup

Tidak penting untuk menghitung berapa kali kita jatuh namun yang lebih penting adalah berapa kali kita bangun. Tidaklah membantu untuk berkubang dalam rasa menyesal namun lebih bermutulah untuk keluar dari kegelapan dan mulai membangun hidup secara baru. Beberapa langkah berikut ini kiranya dapat dilakukan guna menuju pertobatan:

- a. Membuka diri untuk mengalami kasih Allah yang menyembuhkan. Allah telah terlebih dahulu mengasihi kita. Kita harus percaya bahwa tubuh dengan seluruh mekanismenya adalah baik. Perlulah kita belajar mencintai diri sendiri dengan cara yang tepat karena jika tidak maka kita akan cenderung memperlakukan tubuh sendiri dengan semena-mena.
- b. Percaya bahwa penebusan itu mungkin. Kita sering dilemahkan dengan godaan untuk membesar-besarkan kesalahan. Godaan

itu menghalang-halangi kita untuk maju berkembang. Kita harus percaya bahwa kasih Tuhan melampaui segala dosa dan kelemahan kita.

- c. Mengambil tanggung jawab atas hidup pribadi. Kita dianugerahi kebebasan sejati, yaitu kemampuan untuk menghendaki dan memilih hanya yang benar. Dengan kebebasan ini kita membuat pilihan. Selanjutnya setiap pilihan akan menjadikan siapa diri kita. Kebebasan mengandung konsekuensi bahwa kita mengambil tanggung jawab atas setiap pilihan kita.
- d. Merumuskan visi hidup dan fokus pada visi tersebut. Bertumpu pada kesadaran “siapakah aku” dan “untuk apakah aku diciptakan?” akan membantu merumuskan visi personal kita. Hidup dengan visi yang jelas membantu kita untuk membuat pilihan-pilihan yang tepat.
- e. Melatih diri dalam tindak keutamaan.

Mengakhiri tulisan ini kiranya baik jika kita menyerukan doa permohonan Daud yang merupakan seruan hati kita juga. ”*Ciptakanlah hati baru bagiku, ya Allah, dan perbaharuilah semangat tabah dalam hatiku.*” (Mazmur 50:10)

Kepustakaan

Bahan Kursus Teologi Tubuh di Girisonta. 2009 (yang diselenggarakan oleh Komunitas Domus Cordis – Jakarta).

Evert, Crystalina & Jason and Brian Butler. 2007. *Theology of the Body for Teens (Discovering God’s plan for love and life)*. Pennsylvania : Ascension Press.

Gula, Richard M., SS.. 1989. *Reason Informed by Faith (Foundations of Catholic Morality)*. New York : Paulist Press.

Ramadhani, Deshi, 2009. *Lihatlah Tubuhku*. Yogyakarta: Kanisius.

Sipe, Richard, A. W. 2004. *Living the Celibate Life (A Search for Models and Meaning)*. Hampshire: Redemptorist Publications.

Sujoko, Albertus. 2008. *Belajar Menjadi Manusia (Berteologi Moral menurut Bernard Haring, CSSR)*. Yogyakarta: Kanisius.

<http://www.forumkami.net/seks/167551-seks-dini-timbulkan-dampak-perceraian-pasangan>

**KONSEP DIRI POSITIF SEBAGAI LAKI-LAKI
DAN PEREMPUAN**

Dr. Tjipto Susana

Pendahuluan

Tulisan ini bermaksud untuk menegaskan bahwa laki-laki dan perempuan diciptakan sederajat namun konstruksi sosial membangun gambaran diri yang tidak sederajat. Laki-laki identik dengan karakteristik maskulin yang mencitrakan kekuatan, sedangkan perempuan dengan karakteristik feminin yang mencitrakan kelembahlembutan (atau kelemahan) (lihat Tabel 1). Konstruksi tersebut dikenal dengan istilah konstruksi gender. Konstruksi tersebut mengakibatkan terjadinya relasi yang a-mutual atau tidak seimbang antara laki-laki dengan perempuan.

Manusia diciptakan dengan berbagai karakteristik yang mencirikan kemanusiaan kita, antara lain feminitas dan maskulinitas. Menjadi manusia yang utuh berarti mampu mengembangkan secara seimbang kedua kualitas tersebut. Dengan menerima diri sebagai laki-laki atau perempuan, diharapkan mahasiswa semakin merasa nyaman dengan dirinya (*Self acceptance*) dan menyadari nilai dirinya (*Self esteem*) dan selanjutnya mampu berelasi dengan yang lain dengan penuh hormat dan saling mengembangkan.

Tulisan ini dibagi ke dalam empat bagian :

1. Konstruksi Gender
2. Relasi sehat antar pribadi
3. Relasi sehat berawal pada diri
4. Membahas kasus

Konstruksi Gender

Dalam <http://pramareola.4.wordpress.com>: Gender berasal dari bahasa latin “*genus*” yang berarti jenis atau tipe. Gender adalah *sifat dan perilaku yang dilekatkan pada laki-laki dan perempuan yang dibentuk secara sosial maupun budaya*. Menurut Ilmu Sosiologi dan Antropologi, gender adalah perilaku atau pembagian peran antara laki-laki dan perempuan yang dikonstruksikan atau dibentuk di masyarakat tertentu dan pada waktu tertentu pula. Menurut ilmu tersebut, gender ditentukan oleh keadaan sosial dan budaya setempat. Pendekatan ilmu Biologi mengemukakan hipotesa yang berbeda yang masih merupakan perdebatan di antara para ahli. Menurut ilmu tersebut, hormon androgen memengaruhi perilaku maskulinitas dan feminitas. Testosteron merupakan androgen yang dihasilkan oleh testis. Maka menurut hipotesa itu, laki-laki akan lebih maskulin daripada perempuan sebab laki-lakilah yang memiliki testosteron.

Karangan ini tidak hendak mengulas maskulinitas dan feminitas dari segi biologis melainkan dari segi budaya. Peranan lingkungan dalam mengkonstruksi feminitas dan maskulinitas akan dijelaskan dengan menggunakan teori sosialisasi menurut Howard dan Hollander. Teori sosialisasi menyatakan bahwa perbedaan gender berasal dari lingkungan, terutama sebagai hasil sosialisasi melalui proses belajar. Anak-anak secara aktif belajar melalui pengamatan terhadap model peran dan penguatan dari orang lain. Sejumlah karakteristik serta perilaku dilekatkan pada jenis kelamin dan itu membuat masing-masing disebut laki-laki atau perempuan. **Keluarga, sekolah, dan media merupakan sumber yang paling berpengaruh terhadap sosialisasi gender.**

Tabel berikut mengemukakan beberapa karakteristik yang pada umumnya dilekatkan pada laki-laki (disebut sebagai maskulinitas) dan karakteristik yang pada umumnya dilekatkan pada perempuan (disebut sebagai feminitas).

Tabel Karakteristik Feminin dan Maskulin:

Maskulinitas	Feminitas
<ul style="list-style-type: none"> • Pola dasar pandangan keluar • Suka menjelajah dan menyelidiki alam sekitar • Suka membongkar dan membangun • Suka bekerja di luar, mencari nafkah, menguasai dunia • Suka mencoba, mencari, dan melihat-lihat • Aktif, mengambil inisiatif, suka mengkritik, dan memprotes • Intelek, mengutamakan rasio, dapat mengendalikan perasaan dengan akal nya • Lebih realistis, objektif, general, lebih teguh • Perasaan relatif stabil • Gairah seksual berkobar, lebih dikendalikan oleh kondisi biologis 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Pola dasar pandangan ke dalam ❖ Lebih menyukai tinggal di rumah, memelihara dan merawat keluarga ❖ Pandai menciptakan suasana nyaman di rumah ❖ Perhatian lebih terarah pada manusia ❖ Butuh diperhatikan, senang dilihat dan dicari ❖ Reaktif, menanggapi ❖ Emosi dan perasaan lebih menonjol dan memengaruhi pikiran ❖ Perhatian mendetail ❖ Intuitif, mudah mengubah keputusan ❖ Perasaan tidak stabil ❖ Gairah seksual lebih dikendalikan oleh norma sosial, lebih mementingkan kemesraan dan kasih sayang

Konstruksi tersebut dimasukkan untuk memberikan gambaran ideal bagi laki-laki atau perempuan. Menurut Phillips (2007) perilaku gender bersumber dari otoritas/kekuasaan yang mau mempertahankan

hubungan yang tidak seimbang demi kepentingan dirinya. Otoritas tersebut antara lain tampak dalam bentuk kapitalisme, kolonisasi, patriarki, hubungan-hubungan dalam keluarga/tempat kerja/lembaga sekolah. Dalam perjalanannya, perilaku gender dipertahankan oleh *budaya, media, dan struktur sosial*.

Gambaran ideal menurut suatu *budaya* tentang laki-laki-perempuan, diciptakan dan dipelihara melalui pesan yang disampaikan oleh *media*. Misalnya:

1. Iklan-iklan di televisi menampilkan peran domestik adalah tanggung jawab perempuan sementara wilayah publik adalah dunia laki-laki.
2. Media juga menayangkan gambaran ideal perempuan adalah yang berkulit putih, bertubuh langsing, dan wangi. Semua itu untuk mempertahankan *konstruksi sosial* bahwa perempuan harus senantiasa tampil rapi, cantik, dan sedap dipandang.
3. Pakaian diiklankan dan dipajang menggunakan pesan gaya hidup tentang ketepatan, kenyamanan, dan kesesuaian untuk jenis kelamin atau kelompok tertentu. Pakaian menjadi bagian dari upaya menciptakan stereotipe maskulinitas dan femininitas serta pesan gender. Dari sini muncul penilaian moral tentang siapa yang pantas dan tidak pantas mengenakan pakaian tertentu.

Situasi tersebut menguntungkan posisi pihak yang lebih dominan baik dalam hal suku, kelas sosial, maupun jenis kelamin. Dampak itu disebut sebagai '*glass ceiling effect*' yaitu ketika dominasi pihak yang lebih dominan, misalnya laki-laki, membawa menuju kondisi tidak/kurang memberi kesempatan pada perempuan. Konstruksi gender mengakibatkan hubungan dominasi (ada yang mendominasi dan ada yang tersubordinasi).

Konstruksi gender berdampak pada tuntutan dan penataan perilaku menurut ukuran tertentu. Seseorang tidak diberi ruang untuk

berkembang sebagaimana dirinya melainkan diharuskan berkembang dengan ukuran yang ditakarkan oleh konstruksi sosial kepadanya. Hal itu menjadi salah satu penghambat bagi seseorang untuk menerima diri (*self acceptance*) dan menghargai diri sebagaimana adanya (*self esteem*).

Relasi yang mutual diwujudkan pada sikap saling menghargai, menghormati dan memberi kesempatan berkembang yang sama pada setiap pribadi. Jika penerimaan semacam itu terwujud dalam masyarakat maka akan membantu seseorang untuk juga mampu menerima diri dan mengembangkan dirinya sesuai dengan potensinya. Seseorang yang mampu menerima diri apa adanya dan merasa nyaman/bahagia dengan keberadaan dirinya, akan sanggup untuk menghargai dirinya sendiri dan orang lain. Semuanya itu antara lain tampak dalam sikap mampu menjaga diri dan membuat pilihan-pilihan/keputusan-keputusan yang memperkembangkan dirinya dan orang lain.

Relasi Antarpribadi

Apabila maskulinitas dan femininitas sebenarnya bukanlah takdir yang membedakan antara laki-laki dan perempuan, maka bagaimana mengembangkan relasi antara laki-laki dan perempuan tanpa terbelenggu oleh bayang-bayang perbedaan maskulinitas dan femininitas?

Sebenarnya inti dari semua relasi adalah kemampuan setiap orang yang terlibat di dalamnya untuk menghargai orang lain, termasuk menerima perbedaan dan mengelolanya demi pertumbuhan pribadi bersama. Jadi tidaklah amat penting mempersoalkan perbedaan laki-laki dan perempuan, maskulinitas dan femininitas dalam relasi laki-laki dan perempuan, tetapi lebih baik berupaya untuk memahami dan menghargai otentisitas masing-masing dalam upaya pertumbuhan pribadi bersama.

Allport (dalam Schultz, 1991) menyatakan bahwa relasi yang sehat adalah relasi yang ditandai oleh kapasitas masing-masing

individu yang terlibat untuk menunjukkan keintiman dan perasaan terharu. Ada perbedaan antara hubungan cinta dari orang-orang yang neurotis dengan hubungan cinta dari kepribadian yang sehat. Orang yang neurotis harus menerima cinta jauh lebih banyak daripada kemampuannya untuk memberi cinta kepada orang lain. Apabila mereka memberi cinta, maka cinta itu diberikan dengan syarat-syarat dan kewajiban-kewajiban yang tidak bersifat timbal-balik melainkan berpusat pada diri sendiri.

Rogers (1961) menyatakan bahwa munculnya cinta bersyarat ini merupakan akibat dari pengalaman masa lalu individu yang dicintai dengan syarat-syarat tertentu. Ciri dari cinta bersyarat adalah: *"Saya mencintaimu, jika...."*. Dampak dari cinta bersyarat yang dialami seseorang pada masa lalu adalah sikap defensif dan ketidakmampuan mencintai orang lain apa adanya.

Sikap defensif ditunjukkan dengan tidak menampilkan diri apa adanya (menggunakan topeng). Sikap tersebut muncul terutama ketika terjadi kecemasan. Syarat-syarat yang diberlakukan untuk diri sendiri akan membatasi tingkah lakunya dan mengubah kenyataan menjadi dunia khayalan yang diidealkan. Oleh karena itu, individu tidak mampu berinteraksi sepenuhnya dengan orang lain dan bersikap terbuka dengan lingkungannya. Dunia dipandang sebagai sesuatu yang mengancam. Syarat-syarat yang diterapkan untuk diri sendiri ini juga berlaku bagi orang lain. Oleh karena itu dalam berelasi, ia akan cenderung menerapkan standar dan syarat-syarat personalnya pada orang lain. Akibatnya, ia tidak mampu menerima orang lain apa adanya dan mencintainya dengan tulus.

Dalam relasi yang tidak sehat seperti itu, diri menjadi pusat relasi. Orang lain akan dipandang sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhan diri. Ciri dari relasi semacam itu antara lain berupa *tuntutan, ketidakpuasan, pengekangan, pembatasan, penyamaan, kecemburuan, dan iri hati*. Ini berlaku pada hampir semua jenis relasi, misalnya antara teman, saudara, orangtua-anak, atasan-bawahan. Jadi tidak terbatas

pada relasi antara laki-laki-perempuan (pacaran, suami-istri).

Cinta yang berpusat pada diri ini bisa memunculkan eksploitasi pada orang lain, yang dalam bentuk ekstremnya biasanya berupa kekerasan terhadap orang lain, baik terhadap pasangan, anak, bawahan, maupun teman. Pada umumnya kekerasan dilakukan oleh pihak yang lebih mempunyai kekuatan dan kekuasaan, misalnya laki-laki, orang dewasa, orangtua, guru, atau atasan. Sementara itu, pihak yang lebih lemah seperti perempuan, anak-anak, bawahan, ataupun murid berisiko tinggi untuk menjadi korban.

Dalam relasi antarlawan jenis, misalnya suami-istri atau pacaran, terjadinya pemaksaan, pemerkosaan, eksploitasi, pengkhianatan, dan tuntutan-tuntutan yang berdasarkan perbedaan gender sebenarnya merupakan cerminan dari sebuah relasi yang tidak sehat. Cinta dari orang-orang yang sehat adalah tanpa syarat, tidak melumpuhkan atau mengikat.

Allport (dalam Schultz, 1991) menyatakan bahwa orang sehat secara psikologis mampu memperlihatkan keintiman (cinta) terhadap orang lain, baik terhadap orangtua, anak, pasangan, atau teman akrab. Kapasitas keintiman adalah perasaan perluasan diri yang berkembang dengan baik. Dengan kata lain, itu adalah kemampuan untuk keluar dari diri. Dalam relasi yang sehat, seseorang mampu mengungkapkan partisipasi otentik dengan orang yang dicintai dan memerhatikan kesejahteraan diri maupun orang lain.

Cinta yang produktif menurut Fromm (1963) adalah hubungan manusia yang bebas dan sederajat, yaitu setiap orang dapat mempertahankan individualitas masing-masing. Diri seseorang tidak akan terserap atau hilang dalam cinta terhadap orang lain. Diri tidak berkurang dalam cinta produktif, melainkan diperluas, dibiarkan terbuka sepenuhnya. Dengan demikian perasaan akan hubungan tercapai, tetapi identitas dan kemerdekaan seseorang tetap terpelihara.

Cinta yang produktif menyangkut empat hal, yaitu: *perhatian, tanggung jawab, penghormatan, dan pemahaman*. Mencintai orang

lain berarti memerhatikan kesejahteraannya, membantu pertumbuhan dan perkembangannya. Hal itu berarti memikul tanggung jawab untuk orang yang dicintai, antara lain dalam mau dan mampu mendengarkan kebutuhan-kebutuhannya. Mencintai juga berarti memandang orang yang dicintai dengan penuh penghargaan dan menerima individualitasnya.

Dalam relasi laki-laki-perempuan, Fromm menyatakan bahwa cinta yang produktif adalah suatu kegiatan, suatu proses, bukan nafsu. Cinta yang produktif tidak terbatas pada cinta erotis, tetapi merupakan cinta persaudaraan (cinta kepada semua manusia) atau cinta keibuan (cinta dari ibu kepada anak). Allport menyebut cinta itu sebagai perasaan terharu, yaitu pemahaman tentang kondisi dasar manusia dan perasaan kekeluargaan dengan semua bangsa.

Cinta yang produktif atau perasaan terharu tersebut merupakan kemampuan untuk memahami kesakitan, penderitaan, ketakutan-ketakutan, dan kegagalan-kegagalan yang merupakan ciri kehidupan manusia. Itulah yang disebut kemampuan "empati". Dengan kapasitas tersebut seseorang bisa menjadi sabar terhadap tingkah laku orang lain dan tidak mengadili atau menghukumnya. Cinta yang produktif tidak akan membiarkan pasangannya menderita. Dengan cinta yang produktif tidak mungkin seseorang akan tega menyakiti, memaksa, memerkosa, mencampakkan, atau bahkan mengaborsi kehidupan.

Relasi Sehat Berawal dari Diri

Allport (dalam Schutz, 1991) menyatakan bahwa syarat dari kapasitas keintiman (cinta) adalah perasaan identitas diri yang berkembang. Hal itu berarti bahwa orang yang sehat atau matang menurut Allport adalah orang yang mampu mengembangkan perhatian-perhatian di luar diri sendiri. Perluasan diri tersebut bukan sekedar berelasi dengan orang lain atau melakukan aktivitas, tetapi benar-benar melibatkan diri secara otentik. Terlibat secara otentik berarti meyakini bahwa sebuah

relasi yang sedang dijalani adalah penting, berarti, dan penuh makna.

Kualitas utama kepribadian yang sehat menurut Allport adalah penerimaan diri (*self-acceptance*). Kepribadian yang sehat mampu menerima semua kelemahan atau kekurangan tanpa menyerah secara pasif pada kelemahan/kekurangan dirinya tersebut. Pribadi yang sehat mampu menerima emosi diri, bukan tawanan dari emosi, dan juga tidak bersembunyi dari emosi.

Pribadi yang sehat mampu mengelola emosi sehingga tidak mengganggu aktivitas antarpribadi. Pengelolaan emosi bukan represi terhadap emosi, melainkan kemampuan mengarahkan emosi pada saluran-saluran yang lebih konstruktif. Hal itulah yang membedakan antara pribadi sehat dengan pribadi neurotis. Pada pribadi neurotis, seseorang akan menyerah pada emosi apa saja yang dominan pada saat itu, misalnya terjebak pada kebencian dan kemarahan yang sedang dirasakan.

Kualitas lain dari keamanan emosional adalah "*sabar terhadap kekecewaan*". Hal itu menunjukkan bagaimana seseorang bereaksi terhadap tekanan dan hambatan dari kemauan-kemauan dan keinginan-keinginan. Orang yang sehat tidak menyerahkan diri kepada kekecewaan, melainkan mampu memikirkan cara-cara yang berbeda.

Allport juga menyatakan bahwa pribadi yang sehat adalah pribadi yang mampu memandang dunia secara objektif. Orang yang sehat tidak perlu percaya bahwa orang lain atau situasi semuanya jahat atau semuanya baik menurut prasangka pribadi terhadap realitas, tetapi mampu menerima realitas sebagaimana adanya. Hal itu berbeda dengan orang yang neurotis, mereka cenderung ingin mengubah realitas supaya sesuai dengan keinginan, kebutuhan, dan ketakutan mereka sendiri.

Fromm menyatakan bahwa pribadi yang sehat adalah pribadi yang mempunyai orientasi produktif, atau dalam istilah Maslow disebut sebagai aktualisasi diri. Maslow menyatakan bahwa seseorang mengaktualisasikan dirinya didorong oleh motivasi pertumbuhan

atau yang disebut sebagai *being-motivation (B-motivation)* atau sering disebut juga *metamotivation*. Awalan *meta* berarti sudah atau melampaui, dan metamotivasi berarti bergerak melampaui dorongan akan kekurangan. Hal itu berarti apa yang menggerakkan seseorang bukan kekurangan dirinya yang belum terpenuhi, tetapi keinginan untuk berkembang.

Menurut Maslow, pribadi yang belum matang adalah pribadi yang masih digerakkan oleh salah satu dari kebutuhan mendasar, atau yang sering disebut dengan *deficiency needs*. Kebutuhan tersebut adalah kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan akan memiliki, kebutuhan akan cinta, dan kebutuhan akan penghargaan. Selama seseorang digerakkan oleh kebutuhan-kebutuhan tersebut, maka segala aktivitas dan relasi dipandang sebagai sarana untuk memenuhi kekurangan dirinya. Misalnya, relasi dengan orang lain (pacaran, suami-istri, persahabatan, keluarga, kerja) dipandang sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhan materi, harga diri, rasa aman, atau cinta diri. Dengan demikian relasi dengan orang lain akan bertahan selama seseorang itu bisa memenuhi kebutuhan dirinya, dan akan berakhir jika relasi atau seseorang sudah dirasakan tidak dapat memenuhi kebutuhan dirinya. Konflik-konflik dan ketidakpuasan relasi (pacaran atau pernikahan) pada umumnya bersumber dari keinginan masing-masing pihak menggunakan orang lain atau relasi sebagai sarana untuk memenuhi kekurangan diri.

Orang yang mampu mengaktualisasikan dirinya adalah orang yang mampu mengembangkan hubungan yang penuh cinta. Cinta itu adalah suatu cinta khusus yang disebut dengan *Being-love (B-love)*, bukan *Deficiency-love (D-love)*. *D-love* didorong oleh kebutuhan-kebutuhan karena kekurangan, khususnya oleh kekurangan kepuasan akan kebutuhan memiliki dan cinta. Ada ketergantungan yang kuat pada orang yang dicintai dan ketakutan kehilangan cinta yang sangat dibutuhkan. Itu akan muncul pada sikap posesif dan cemburu yang berlebihan.

Pada *B-love*, pribadi yang sehat, yang tidak menderita suatu kekurangan, tidak memiliki ketergantungan yang tinggi pada orang yang dicintai, tidak mengalami ketakutan atau iri hati. Pribadi yang sehat tidak menerapkan cinta egoistis. Mereka memberi cinta dan perhatian demi pertumbuhan diri dan orang lain.

Membahas Kasus

1. Seorang mahasiswi mengatakan:
Saya menyerahkan tubuh saya pada pacar saya dengan harapan bahwa ia akan lebih mencintai saya. Namun setelah hal itu terjadi, keesokan harinya ia bersikap seolah-olah tidak mengenal saya. Ia bahkan kelihatan menghindari saya.

Refleksi:

- a. Menurutmu mengapa mahasiswi tersebut melakukan tindakan itu? Apa yang sesungguhnya ia harapkan?
 - b. Apakah harapannya terpenuhi?
 - c. Seandainya mahasiswi tersebut adalah sahabat karibmu, apa yang akan kau katakan kepadanya?
 - d. Apa yang akan kau katakan kepada laki-laki pacar mahasiswi tersebut?
2. *Ibu saya adalah orangtua tunggal dengan tiga anak. Kenangan terakhir saya akan Bapak adalah ketika ia melempar sepatu ke arah Ibu, menampar, menendang, memukuli, dan mengata-ngatainya dengan kata-kata kasar. Itu bukan yang pertama melainkan sering terjadi. Sore itu sebagaimana biasa, Ibu terduduk dan menangis. Bedanya adalah, Bapak keluar rumah dan ia tidak pernah kembali. Waktu itu saya kelas 3 SD.*

Refleksi:

- a. Dalam kaitan dengan teori konstruksi gender: dapatkah kamu melihat adanya hubungan yang tidak setara antara suami dan istri dalam keluarga tersebut? Jelaskan.
- b. Menurutmu apa yang kira-kira menyebabkan model relasi semacam itu?
- c. Apa akibatnya bagi anak-anaknya?
- d. Carilah satu contoh dalam kehidupanmu sendiri yang menandakan relasi tidak seimbang dalam relasi laki-laki dengan perempuan.
- e. Agar kejadian tersebut tidak terjadi padamu maka, sebagai laki-laki (bagi mahasiswa) maupun perempuan (bagi mahasiswi), apakah yang perlu kau persiapkan dari sekarang?

Kepustakaan

- Calhoun, C. 2001. Author Greet critics: Thinking about the plurality of genders. *Hypatia*, 16, 67. Diunduh 21 Februari 2007 dari <http://proquest.umi.com/pqdweb?did=625197701&sid=2&Fmt=3&clientId=78722&RQT=309&VName=PQD>
- Fromm, E. 1963. *The art of loving*. New York: Bantam Books
- Fromm, E. 1988. *Manusia bagi dirinya* (Syfrudien, E., terj). Jakarta: Akademika.
- Immerman, R.S., & Mackey, W. C. 2000. Depression as a counter for women against men who renege on the sex contract. *Psychology, Evolution, and Gender*, 2, 47-71.
- Parker, R, & Easton, D. 1998. Sexuality, culture, and political economy: Recent developments in anthropological and cross-cultural sex research. *Annual Review of Sex Research*, 9, 1-19

- Phillips, J.K. (tanpa tahun). Gender Construction. *Ezine@articles*. Diunduh 15 Mei 2010 dari <http://ezinearticles.com/?Gender-Construction&id=389642>
- Risman, B.J. 2000. Calling the bluff of value-free science. *American Sociological Review*, 65 (3), 605- 611
- Rogers,C.R. 1961. *On Becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Schultz, D. 1991. *Psikologi pertumbuhan: model-model kepribadian sehat* (Yustinus,terj). Yogyakarta: Penerbit Kanisius. (karya asli terbit 1977).
- Setyawan, A. 2004. *Seks gadis?* . Yogyakarta: Galang Press.
- Udry, J.R. 2000. Biological limits of gender construction. *American Sociological Review*, 65 (3), 443- 457
- <http://pramareola.4.wordpress>.

MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI

Th. Endah Marianingsih, SIP., M.Kes.

Pendahuluan

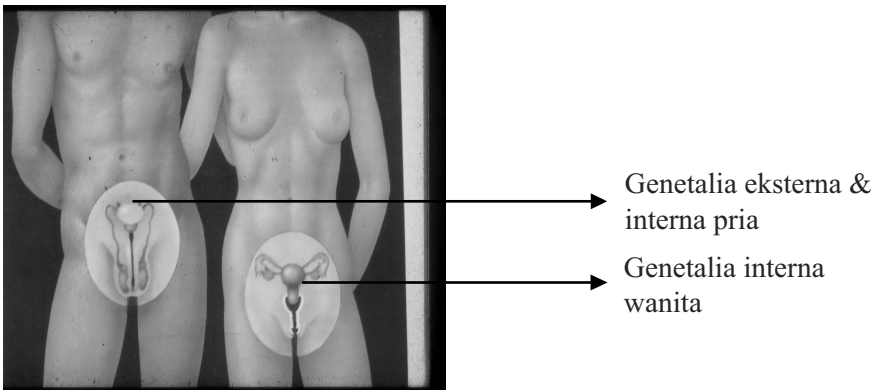
Di penghujung abad ini, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mencanangkan sebuah program *Millenium Development Goals*, yang sebagian besar menyangkut upaya-upaya kesehatan termasuk upaya meningkatkan kesehatan reproduksi. Kita sebagai warga dunia, terutama sebagai pribadi kiranya juga layak terlibat dalam upaya kesehatan tersebut. Apalagi sebagai pribadi, kita mempunyai “perutusan asali” (karena Sang Pencipta memercayakan tugas prokreasi kepada manusia, agar spesies manusia tidak punah), yang melibatkan organ reproduksi kita. Beberapa upaya tentang bagaimana berperilaku sehat dalam bidang reproduksi beserta isu-isu terkini yang relevan, akan diuraikan berikut ini.

Pengenalan dan penerimaan

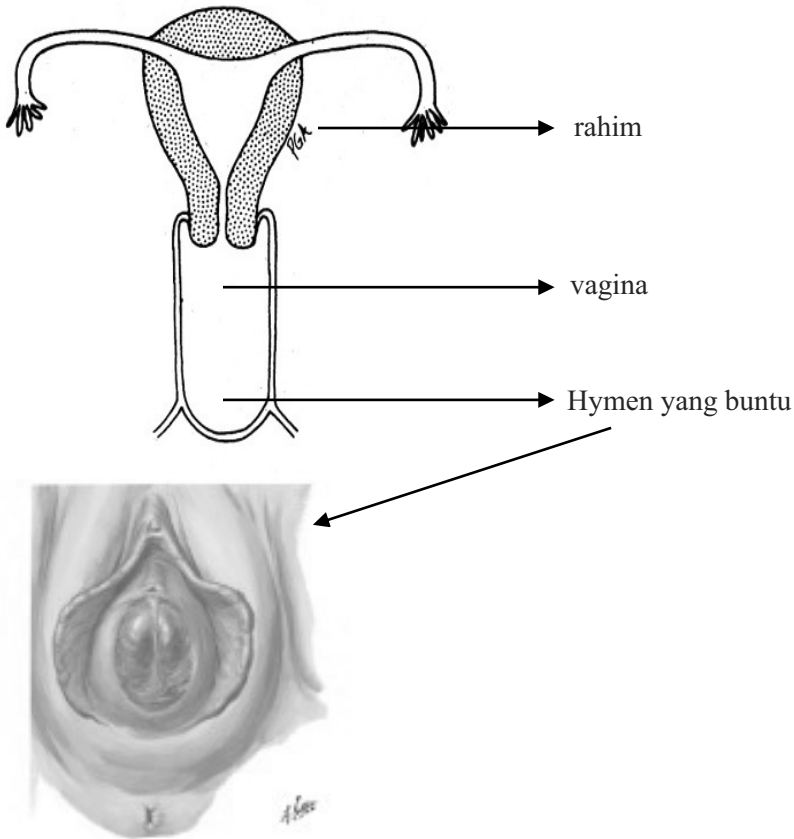
Pengenalan yang dimaksud adalah pengenalan terhadap organ reproduksi baik pria maupun wanita. Secara anatomi, organ reproduksi pria dan wanita telah banyak diketahui melalui pelajaran-pelajaran Biologi atau sejenisnya. Organ reproduksi sering juga dikenal sebagai organ genitalia, yang dapat digolongkan sebagai organ genitalia eksterna (luar, dapat diamati dari luar) dan interna (dalam, tidak tampak dari luar). Pada pria, sebagian besar organ genitalianya terletak di luar tubuh, sehingga bila terdapat kelainan dapat segera diketahui, sementara pada wanita, sebagian besar organ genitalianya tersembunyi di dalam tubuh. Sebagai contoh, pada saat bayi baru lahir

akan dilakukan pemeriksaan fisik lengkap, termasuk organ genitalia luar. Bila pada bayi laki-laki terdapat perlengketan ujung preputium penis yang disebut *fimosi*, akan langsung diketahui, karena bayi akan kesulitan bila buang air kecil, ujung penisnya menggelembung, bayi mengejan kuat tetapi air kencing sulit keluar.

Sebaliknya pada bayi perempuan, bila terjadi perlengketan atau kebuntuan pada vagina karena selaput dara (*himen*) tidak terbuka, yang disebut *himen imperforate/atresia himenalis*, baru diketahui kemudian hari, biasanya ketika yang bersangkutan telah berusia sekitar 18 tahun mengeluh belum menstruasi, tanpa atau disertai benjolan pada perut bagian bawah.



Selain itu, skrotum pada bayi laki-laki seharusnya terdapat dua buah testis, maka apabila tidak demikian akan langsung diketahui dan kemudian dilakukan pemeriksaan lebih lanjut untuk menetapkan tindakan yang tepat. Tidak demikian pada perempuan, bila terdapat kelainan pada ovarium, apakah berjumlah dua, berfungsi baik atau tidak, tidak langsung diketahui.



(gambar diunduh dari internet)

Mengingat perbedaan-perbedaan tersebut, terutama dalam kecepatan mengetahui secara dini bila ada kelainan alat reproduksi, maka diharapkan masing-masing laki-laki dan perempuan dapat memahami perbedaan itu melalui perilaku sehat dalam memelihara organ vital tersebut, sekaligus sebagai tanda penerimaan terhadap perutusan masing-masing pribadi laki-laki dan perempuan sehubungan dengan organ reproduksinya.

Perilaku Sehat

Perilaku sehat yang disarankan dalam tulisan ini berkaitan dengan isu-isu terkini dalam kesehatan reproduksi, yang meliputi :

1. Pencegahan dan penanganan Infeksi Menular Seksual (IMS), termasuk HIV/AIDS
2. Mencegah risiko kehamilan remaja
3. Mendeteksi dini kanker payudara
4. Mencegah keputihan

Berikut ini akan kami uraikan satu persatu:

1. Pencegahan dan penanganan Infeksi Menular Seksual (IMS), termasuk HIV/AIDS.

Infeksi Menular Seksual (IMS), adalah penyakit infeksi yang sangat menular, dan ditularkan melalui kontak seksual (hubungan seks). Beberapa IMS yang sering ditemukan di Indonesia, antara lain : Gonorrhea, Sifilis, Herpes Genitalis, HIV/AIDS, Kandidiasis, Kutu pubis.

Gonorrhea

Gonorrhea atau di kalangan masyarakat umum dikenal dengan nama GO adalah penyakit menular seksual yang disebabkan oleh bakteri *Neisseria gonorrhea*. Penyakit itu terutama menyerang mereka yang suka ‘jajan’ (suka berganti-ganti pasangan seksual). Karena sifat penularannya yang mudah dan cepat, maka seorang pengidap GO sudah mampu menularkannya hanya dengan sekali berhubungan seksual.

Gejala GO: Pada perempuan, GO tidak menimbulkan gejala apa pun sehingga sering luput dari diagnosa dokter. Hal itu menyebabkan seorang perempuan pengidap GO tidak menyadari dirinya terinfeksi lalu menularkannya ke orang lain. Sebaliknya pada laki laki, GO dapat

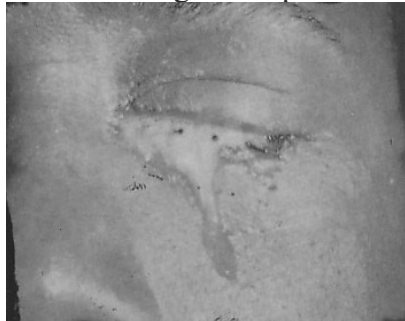
menimbulkan gejala yang sangat hebat seperti rasa terbakar pada saat kencing, gangguan frekuensi kencing, dan keluar nanah dari ujung penis. Bila GO tidak tertangani dengan baik maka pada laki laki dapat menimbulkan peradangan pada ‘pabrik’ sperma.

GO juga dapat mengenai mata, sehingga terjadi peradangan pada selaput lendir mata, dan dapat mengakibatkan kebutaan (Blenorrhea). Selain itu, GO juga sering menimbulkan gejala sistemik seperti rasa nyeri pada persendian, demam, bercak bercak pada kulit, dan lain lain.

Kencing nanah pada penis:



Akibat kencing nanah pada mata:



Kencing nanah, pada infeksi GO blenorrhea

Sifilis (Raja Singa)

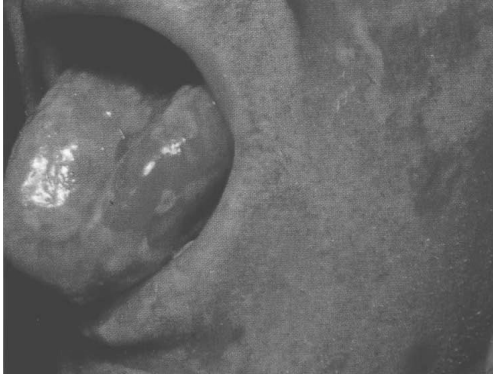
Sifilis merupakan infeksi menular seksual yang disebabkan oleh *Treponema pallidum*. *Treponema* masuk ke dalam tubuh manusia melalui selaput lendir (misalnya di vagina atau mulut) atau melalui kulit. Dalam beberapa jam, bakteri akan sampai ke kelenjar getah bening terdekat, kemudian menyebar ke seluruh tubuh melalui aliran darah. Sifilis juga bisa menginfeksi janin selama dalam kandungan dan menyebabkan cacat bawaan. Seseorang yang pernah terinfeksi sifilis tidak akan menjadi kebal dan bisa terinfeksi kembali.

Gejala Sifilis: Gejala yang tampak sesuai dengan stadium penyakit, karena sifilis yang didapat dibagi dalam 3 stadium, yaitu stadium I, II, dan III. Stadium I umumnya terjadi 3 minggu setelah infeksi, timbul satu atau beberapa lesi (biasanya satu saja) pada tempat *treponema* masuk. Pada permulaan terjadi suatu bintik berisikan benda padat yang permukaannya mengelupas menjadi erosi. Besarnya beberapa milimeter sampai 1 atau 2 cm, berbentuk bulat atau bulat lonjong, dasarnya bersih, merah, kulit di sekitarnya tidak kemerahan dan tidak nyeri dan bila diraba ada pengerasan.

Penularan terjadi setelah berkontak langsung dengan lesi atau kelainan yang mengandung *treponema* tersebut, dengan cara masuk ke dalam tubuh melalui selaput lendir yang utuh atau kulit dengan lesi, kemudian masuk ke dalam peredaran darah dan semua organ dalam tubuh.

Pada sifilis stadium II, biasanya gejala sifilis stadium I sudah menghilang, namun bukan berarti penyakitnya sembuh. Waktu antara sifilis stadium I dan II umumnya antara 6 - 8 minggu. Sifilis stadium II inilah yang disebut sebagai *the greatest immitator of all skin diseases* (karena dapat menyerupai berbagai macam penyakit kulit lainnya). Namun sifat khas sifilis adalah tidak ada rasa gatal, dan jika ada sangat jarang. Biasanya sebelum muncul kelainan kulit, diawali dengan keluhan nyeri kepala, panas tidak terlalu tinggi, nyeri tulang, nyeri pada leher, dan nafsu makan menurun, jadi sering disangka flu biasa.

Gambar sifilis stadium II



Kelainan kulit yang kemudian muncul sangat infeksius dan penuh dengan kuman. Selain kelainan di kulit dapat pula timbul infeksi sifilis di selaput otak, mata, hati, dan ginjal. Tiga sampai tujuh tahun setelah infeksi, sifilis stadium II dapat berkembang ke sifilis stadium III yang dapat merusak semua jenis jaringan.



Sifilis kongenital

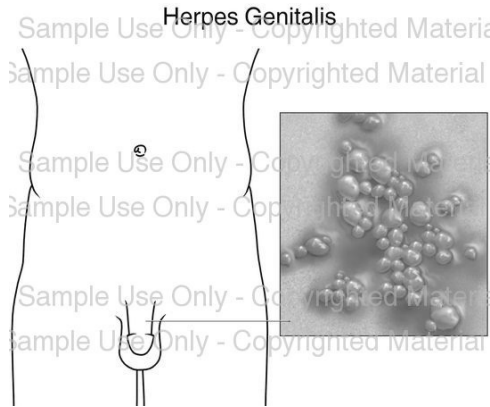
Herpes Genitalia

Herpes Genitalis adalah suatu penyakit menular seksual di daerah kelamin, kulit di sekeliling rektum atau daerah di sekitarnya yang disebabkan oleh virus herpes simpleks.

Gejala Herpes genitalis: Gejala awalnya mulai timbul pada hari ke 4 - 7 setelah terinfeksi. Berupa gatal, kesemutan, dan sakit. Kemudian akan muncul bercak kemerahan kecil, yang diikuti oleh sekumpulan lepuhan kecil yang terasa nyeri. Lepuhan tersebut pecah dan bergabung membentuk luka yang melingkar, menimbulkan nyeri dan membentuk keropeng. Hal itu dapat menyebabkan keluhan sulit berkemih dan ketika berjalan akan timbul nyeri. Kelenjar getah bening selangkangan biasanya juga agak membesar, dan mungkin disertai dengan demam dan tidak enak badan. Luka akan membaik dalam waktu 10 hari tetapi bisa meninggalkan jaringan parut.

Pada pria, lepuhan dan luka bisa terbentuk di setiap bagian penis, termasuk kulit depan pada penis yang tidak disunat. Pada wanita, lepuhan dan luka bisa terbentuk di vulva dan leher rahim. Jika penderita melakukan hubungan seksual melalui anus, maka lepuhan dan luka bisa terbentuk di sekitar anus atau di dalam rektum.

Pada penderita gangguan sistem kekebalan (misalnya penderita infeksi HIV), luka herpes bisa sangat berat, menyebar ke bagian tubuh lainnya, menetap selama beberapa minggu atau lebih. Gejala-gejala herpes genitalis cenderung kambuh kembali di daerah yang sama atau di sekitarnya, karena virus menetap di saraf panggul terdekat dan kembali aktif untuk kembali menginfeksi kulit.



Kandidiasis

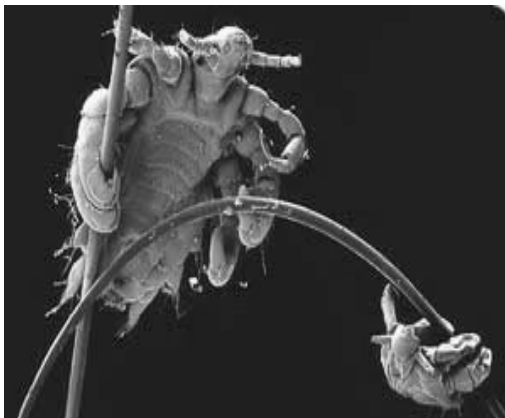
Kandidiasis adalah suatu infeksi yang disebabkan oleh jamur *Candida*, terutama *Candida albicans*. Infeksi mengenai selaput lendir seperti mulut atau vagina, sering terjadi pada seseorang yang memiliki sistem kekebalan normal, tetapi infeksi tersebut lebih sering ditemukan atau merupakan infeksi yang menetap pada penderita diabetes atau AIDS dan pada wanita hamil. Bila seseorang mengalami gangguan sistem kekebalan, maka sering menderita kandidiasis yang menyebar ke seluruh tubuh.

Gejala: Gejala kandidiasis tergantung pada bagian tubuh yang terkena infeksi, misalnya: infeksi pada mulut (disebut *thrush*) merupakan bercak keputihan di selaput lendir mulut yang terasa sakit, infeksi pada selaput lendir vagina dapat menyebabkan keputihan. Bila bercak timbul di kerongkongan akan menimbulkan gangguan mengunyah atau gangguan makan. Infeksi pada katup jantung menimbulkan demam, kelainan bunyi jantung, dan pembesaran limpa. Infeksi pada retina bisa menyebabkan kebutaan. Tempat yang paling umum terdapat kandida adalah mulut, saluran anorektal, saluran kelamin, dan kuku.

Cara penularan terutama adalah kontak langsung orang ke orang, termasuk hubungan seksual, bila kandida mengenai selaput lendir vagina.

Kutu pubis

Kutu Pubis adalah serangga parasit penghisap darah yang hidup di kulit sekitar kelamin manusia. Manusia adalah satu-satunya tuan rumah parasit tersebut. Kutu Pubis biasanya menular melalui hubungan seksual.



Penularan dari orangtua kepada anak lebih mungkin terjadi melalui rute pemakaian handuk, pakaian, tempat tidur, atau kloset yang sama secara bergantian. Orang dewasa lebih sering terkena kutu pubis dibanding dengan anak-anak.

Gejala: Gejala utamanya adalah gatal, biasanya di daerah rambut kemaluan, yang dikarenakan dari sentuhan liur kutu dengan kulit dan (rasa gatal) menjadi semakin kuat pada dua minggu atau

lebih. Kutu Pubic menyebar melalui keringat saat kontak tubuh atau kontak seksual. Mencukur habis rambut tidak dapat memastikan kutu dan telurnya hilang keseluruhan. Selain diberi pengobatan yang sesuai oleh dokter, kain sprai, sarung bantal, dan segala macam jenis sarung yang berkaitan dengan asesoris tidur harus disisihkan dalam kantong plastik, dimasukkan dan ditutup rapat sehingga tidak ada udara keluar masuk. Penyimpanan dilakukan selama 15 hari sebelum dicuci untuk menghindari reproduksi dan kelangsungan hidup dari telur kutu yang mungkin masih tertinggal.

HIV (*Human Immunodeficiency Virus*)

HIV berarti virus yang dapat merusak sistem kekebalan tubuh manusia. HIV adalah retrovirus, yang berarti virus yang menggunakan sel tubuhnya sendiri untuk memproduksi kembali dirinya. Kerusakan sistem kekebalan tubuh menimbulkan kerentanan terhadap infeksi penyakit. HIV tidak dapat hidup di luar tubuh manusia. Asal dari HIV tidak jelas, penemuan kasus awal adalah dari sampel darah yang dikumpulkan tahun 1959 dari seorang laki-laki dari Kinshasa di Republik Demokrat Congo. Tidak diketahui bagaimana ia terinfeksi.

Di Indonesia, para ahli memperkirakan bahwa sampai tahun 2002 ada sekitar 12 - 19 juta orang rawan tertular HIV, dan terjadi peningkatan setiap tahunnya. Jenis kelompok rawan tertular HIV yang diidentifikasi antara lain adalah:

- Pengguna napza suntik
- Wanita penjaja seks
- Lelaki pelanggan dari wanita penjaja seks
- Lelaki suka seks dengan lelaki, antara lain lelaki penjaja seks, dan *gay*
- Waria penjaja seks dan pelanggannya
- Pasangan seks dari kelompok berisiko tersebut

AIDS (*Acquired Immuno Deficiency Syndrome*)

AIDS adalah sekumpulan gejala, infeksi, dan kondisi yang diakibatkan infeksi HIV pada tubuh, merupakan fase terakhir dari infeksi HIV. AIDS bukanlah penyakit yang khusus melainkan kumpulan dari sejumlah penyakit yang menyerang tubuh sebagai akibat rusaknya sistem kekebalan tubuh manusia (penyakit *opportunistic*). Infeksi dan penyakit oportunistik yang menyerang tubuh dapat menyebabkan kematian.

Penularan HIV

HIV menular melalui cairan tubuh seperti darah, semen atau air mani, cairan vagina, air susu ibu, dan cairan lainnya yang mengandung darah. Virus tersebut menular melalui:

- Melakukan penetrasi seks yang tidak aman dengan seseorang yang telah terinfeksi.
- Melalui darah terinfeksi yang diterima selama transfusi darah. Darah tersebut belum dideteksi virusnya, atau penggunaan jarum suntik yang tidak steril.
- Dengan menggunakan bersama jarum untuk menyuntik obat bius dengan seseorang yang telah terinfeksi.
- Wanita hamil dapat juga menularkan virus ke bayi mereka selama masa kehamilan atau persalinan dan juga melalui menyusui.

HIV tidak ditularkan melalui:

- Kontak personal: pelukan, jabat tangan, merawat orang yang terinfeksi HIV
- Digigit nyamuk/serangga lain
- Menyentuh benda-benda yang telah digunakan oleh orang yang terinfeksi HIV seperti dudukan toilet, telepon, peralatan makan, baju, dll.
- Terpapar batuk atau bersin

Perkembangan dari HIV dapat dibagi dalam 4 Fase:

1. Infeksi utama (*Seroconversion*), ketika kebanyakan pengidap HIV tidak menyadari dengan segera bahwa mereka telah terinfeksi.
2. Fase *asymptomatic*, tidak ada gejala yang nampak, tetapi virus tersebut tetap aktif.
3. Fase *symptomatic*, ketika seseorang mulai merasa kurang sehat dan mengalami infeksi-infeksi oportunistik yang bukan HIV tertentu melainkan disebabkan oleh bakteri dan virus-virus yang berada di sekitar kita dalam segala keseharian kita.
4. AIDS, yang berarti kumpulan penyakit yang disebabkan oleh virus HIV, merupakan fase akhir HIV.

Gejala dan tanda HIV/AIDS menurut WHO:

Stadium Klinis I :

- Asimtomatik (tanpa gejala)
- Limfadenopati Generalisata (pembesaran kelenjar getah bening/ limfe seluruh tubuh)
- Skala Penampilan 1: asimtomatik, aktivitas normal

Stadium Klinis II :

- Berat badan berkurang $< 10\%$
- Manifestasi mukokutaneus ringan (kelainan selaput lendir dan kulit): gatal-gatal, jamur, sariawan pada sudut mulut, Herpes zoster
- Infeksi saluran napas bagian atas yang berulang
- Skala Penampilan 2: simptomatik, aktivitas normal

Stadium Klinis III :

- Berat badan turun $> 10\%$
- Diare berkepanjangan > 1 bulan
- Jamur pada mulut
- TB Paru
- Infeksi bakterial berat
- Skala Penampilan 3: $< 50\%$ dalam masa 1 bulan terakhir terbaring sakit

Stadium Klinis IV :

- Kelemahan
- Jamur pada mulut dan kerongkongan
- Radang paru-paru, TB Ekstra Paru
- Radang saluran pencernaan (Diare kriptosporidiosis > 1 bulan)
- Kanker kulit (Sarcoma Kaposi)
- Radang Otak (Toksoplasmosis, Ensefalopati HIV)
- Skala Penampilan 4: terbaring di tempat tidur >50% dalam masa 1 bulan terakhir

Pencegahan HIV

- Belum ada obat untuk menyembuhkan AIDS
- Belum ada vaksin untuk mencegah infeksi HIV
- Antiretroviral merupakan pengobatan untuk menurunkan jumlah HIV dalam darah, menurunkan aktivitas virus, mengurangi kerusakan dalam sistem kekebalan tubuh, hasilnya umur lebih panjang. Antiretroviral mahal dan harus digunakan seumur hidup.
- Upaya pencegahan non-medis merupakan satu-satunya upaya penangkalan infeksi HIV, tercantum dalam prinsip pencegahan HIV di bawah ini.

Prinsip pencegahan HIV/AIDS (upaya pencegahan non-medis)

- (Abstinent)*: Puasa, jangan melakukan hubungan seksual yang tidak sah
- (Be faithful)*: Setialah pada pasangan, melakukan hubungan seksual hanya dengan pasangan yang sah
- (Use condom)*: Gunakan kondom saat melakukan hubungan seksual bila berisiko menularkan/tertular penyakit
- (Don't use drugs)*: Hindari penyalahgunaan narkoba
- (Education)*: Edukasi, sebarkan informasi yang benar tentang HIV/AIDS dalam setiap kesempatan

Kapan Tes HIV dilakukan ?

Ada faktor risiko tertular:

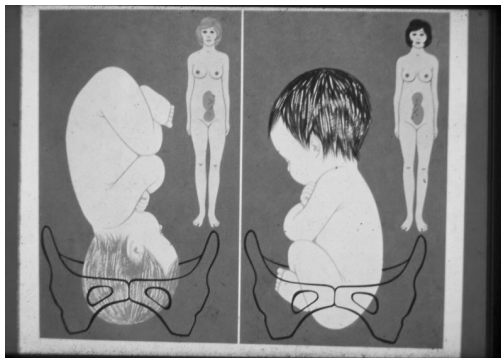
- Hubungan seks yang tidak aman: dengan pekerja seks, berganti-ganti pasangan
- Pemakaian jarum suntik yang tidak steril dan bergantian
- Tato, tindik
- Bayi dari ibu HIV

Bersedia dites HIV (informed consent)

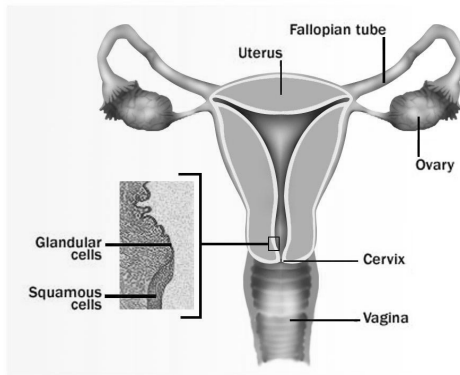
2. Menghindari Risiko Kehamilan Remaja

Kehamilan pada masa remaja mengandung risiko yang dihadapi seperti kehamilan tidak diinginkan (KTD), IMS termasuk HIV/AIDS, kekerasan seksual dan kegiatan seksual yang tidak diinginkan. Sedangkan konsekuensi yang harus ditanggung adalah dari segi medis, psikologis, sosial, dan ekonomis.

Dari segi medis, risiko berkaitan dengan keadaan panggul yang belum matur sehingga berbahaya pada waktu melahirkan.



Risiko yang lain berkaitan dengan kontak seksual dini, yang meningkatkan peluang terkena kanker leher rahim (kanker serviks).



Risiko kanker serviks pada kontak dini (melakukan hubungan seks pada usia remaja), dimungkinkan oleh karena kedudukan sel *squamous junction* masih dipermukaan serviks, yang oleh kegiatan hubungan seks mudah berubah menjadi sel ganas (kanker)

3. Mendeteksi Dini Kanker Payudara

Yang dimaksud kanker payudara adalah tumor ganas pada payudara, jadi harus dibedakan dengan tumor saja. Tumor merupakan semua benjolan yang abnormal, sedangkan tumor ganas/kanker, adalah tumor yang merusak jaringan sekitarnya (bisa dengan cepat) dan bisa bermetastase ke organ yang jauh. Kanker payudara merupakan jenis kanker dengan jumlah kasus terbanyak di dunia, sekaligus penyebab kematian terbesar. Sebagian besar penderita baru terdeteksi di stadium lanjut karena kanker tidak bergejala.

Penyebab dan Faktor Resiko:

Penyebab pasti kanker payudara tidak diketahui. Meskipun demikian, riset mengidentifikasi sejumlah faktor yang dapat meningkatkan risiko pada individu tertentu, yang meliputi:

- Keluarga yang memiliki riwayat penyakit serupa
- Usia yang makin bertambah

- Tidak memiliki anak
- Kehamilan pertama pada usia di atas 30 tahun
- Periode menstruasi yang lebih lama (menstruasi pertama lebih awal atau menopause lebih lambat)
- Faktor hormonal (baik estrogen maupun androgen).

Dari faktor risiko tersebut di atas, riwayat keluarga serta usia menjadi faktor terpenting. Riwayat keluarga yang pernah mengalami kanker payudara meningkatkan risiko berkembangnya penyakit tersebut.

Gejala: Gejala awal kanker payudara dapat berupa benjolan yang biasanya dirasakan berbeda dari jaringan payudara di sekitarnya, tidak menimbulkan nyeri, dan biasanya memiliki pinggiran tidak teratur. Tanda lain yang mungkin timbul adalah benjolan di ketiak, perubahan ukuran atau bentuk payudara, keluar cairan yang abnormal dari puting susu, dan perubahan warna atau tekstur kulit payudara. Seperti kanker pada umumnya, semakin cepat kita dapat menemukan gejala, semakin baik pula harapan kesembuhannya. Demikian pula halnya dengan kanker payudara. Skrining dan deteksi dini sebetulnya dapat secara signifikan menurunkan stadium pada temuan kasus kanker payudara. Karena itu, jangan segan untuk melakukan pemeriksaan sedini mungkin, melalui kegiatan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang dapat dipraktikkan sendiri oleh setiap perempuan. Langkah – langkah SADARI:

Tahap 1 :



Melihat perubahan bentuk dan besarnya payudara, perubahan puting susu, serta kulit payudara di depan kaca. Sambil berdiri tegak di depan cermin, posisi kedua lengan di samping badan, selanjutnya kedua lengan di atas kepala, kemudian kedua tangan ditekan kuat di atas pinggul sementara otot dada ditegangkan.

Tahap 2 :



Saat Anda bercermin, pencet puting susu, amati apakah ada cairan yang keluar dari puting, baik itu cairan jernih, putih seperti susu, atau bercampur darah.

Tahap 3 :



Dalam posisi berbaring terlentang: letakkan bantal kecil di bawah bahu kanan, lengan kanan di bawah kepala. Periksa payudara kanan dengan tangan kiri dengan meratakan jari-jari secara mendatar untuk merasakan adanya benjolan. Periksa pula lipatan lengan, batas luar payudara, dan ke seluruh payudara.

Tahap 4:

Lakukan hal serupa pada payudara sebelah kiri. Yaitu dengan meletakkan tangan kiri di bawah kepala, lalu gunakan tangan kanan untuk memeriksa payudara sebelah kiri. Bila Anda mendapati adanya kejanggalan, segeralah periksakan diri ke dokter.

Waktu pelaksanaan SADARI: sebaiknya dilakukan sebulan sekali. Pada waktu yang sama yaitu setelah haid, dan sebaiknya dilakukan pada hari ke-5 sampai ke-7 setelah masa haid bermula, ketika payudara sedang mengendur dan terasa lebih lunak. Ingat, dengan mengetahui gejalanya sedini mungkin, besar pula kemungkinan kanker payudara dapat disembuhkan.

4. Mencegah Keputihan

Pada perempuan yang telah haid, sering kali merasakan pengeluaran cairan dari alat genitalnya yang tidak berupa darah. Keluarnya cairan selain darah tersebut dapat bersifat normal ataupun tidak normal (patologis), dan diistilahkan sebagai keputihan. Keputihan yang bersifat normal terjadi saat ovulasi (keluarnya sel telur dari kandung telur), yaitu dipertengahan antara dua siklus menstruasi, juga terjadi karena adanya rangsangan seksual, serta dalam kehamilan. Keputihan normal juga sering terjadi dalam keadaan stress atau kelelahan, penggunaan obat-obatan atau alat kontrasepsi.

Keputihan fisiologis ciri-cirinya berwarna putih jernih. Bila menempel pada pakaian dalam, akan berwarna kuning terang. Cairan itu konsistensi seperti lendir (encer dan kental) tergantung siklus hormon, tidak berbau, dan tidak menimbulkan keluhan.

Keputihan yang bersifat patologis dapat disebabkan oleh infeksi pada alat genital, yang umumnya melalui hubungan seksual. Namun selain infeksi, keputihan yang patologis juga dapat timbul jika terdapat tumor ganas pada leher rahim (kanker serviks), polip serviks, gangguan keseimbangan flora vagina akibat pemakaian antiseptik, alergi, serta iritasi.

Pada keputihan patologis, selain memberikan rasa tidak nyaman, timbul pula keluhan-keluhan lain seperti rasa gatal, warna cairan yang keluar tidak lagi jernih, tetapi bisa berwarna putih susu, kuning, coklat, kehijauan, bahkan dapat bercampur darah. Juga cairan yang keluar berbau tidak sedap (amis, menyengat, busuk). Bila menderita keputihan patologis harus segera memeriksakan diri ke dokter untuk dilakukan pemeriksaan dan mendapatkan pengobatan yang tepat.

Keputihan dapat dicegah dengan :

- menjaga kebersihan genitalia, termasuk cara cebok yang benar, yaitu dari arah depan ke belakang, menghindari *douching*, serta

- pemakaian antiseptik yang tidak rasional
- memilih pakaian dalam yang tepat
- menghindarkan faktor risiko infeksi seperti berganti-ganti pasangan seksual

Kesimpulan

Kita pantas bersyukur ketika dikaruniai tubuh oleh Sang Pencipta, karena (mengutip kalimat Romo Dhani) justru karena kita punya tubuh, perjumpaan dengan manusia lain menjadi dimungkinkan. Dengan perjumpaan kita punya peluang untuk menjadikan hal-hal baik dan sehat. Demikian pula karena tubuh punya organ-organ, termasuk organ reproduksi yang berbeda pada pria dengan wanita, maka menjadikannya sehat sungguh suatu pilihan yang akan terwujud melalui perilaku sehat.

Paradigma sehat, dapat dinyatakan dengan “lebih baik mencegah dari pada mengobati”. Perilaku pencegahan mengandung arti: menghindari sumber penyakit, melakukan deteksi dini, dan segera mencari pertolongan pengobatan bila mengalami gejala penyakit. Dalam kesehatan reproduksi, perilaku sehat meliputi: hubungan sanggama hanya dilakukan dalam ikatan pernikahan, tidak berganti-ganti pasangan, melakukan deteksi dini (SADARI, Pap-smear) dan segera ke dokter bila mengalami gejala-gejala yang mencurigakan (termasuk gejala-gejala penyakit menular seksual).

Kepustakaan

- Daili SF., Makes WIB., Zubier F., Yudanarso J. 2003. *Penyakit Menular Seksual*, Jakarta: FKUI.
- Djuanda A., Hamzah M, Aisah S. 1999. *Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin*, Edisi ketiga, Jakarta: FKUI.

- Edge V., Miller M., *Women Health Care*, St. Louis Missouri: Mosby's Clinical Nursing.
- Mansjoer A., Suprohaita, Wardhani WI, Setiowulan W. 2000. *Kapita Selekta Kedokteran* , jilid 2. Jakarta: FKUI.
- . 2001. *Kapita Selekta Kedokteran*, jilid 3, Jakarta: FKUI.
- Manuaba IBG. 1999. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, editor : Monica Ester. Jakarta: Arcan.
- Mochtar R. 1998. *Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologi*, Editor: Delfi Lutan, Ed.2. Jakarta: EGC.
- Ramadhani, D. 2009. *Lihatlah Tubuhku*. Yogyakarta: Kanisius.
- Beberapa gambar diunduh dari internet.

**PERSAHABATAN YANG SEHAT:
STOP KEKERASAN !**

Drs. Y. Agus Tridiatno, MA

Pendahuluan

Kematian Mariana Veronika Ayu Swastika, siswi SMA Stella Duce I Yogyakarta, pada tanggal 15 Juni 2008 yang lalu menyisakan kepedihan amat mendalam. Gadis yang penuh bakat itu dibunuh dengan amat keji oleh mantan pacarnya sendiri. Kasus yang menggemparkan Yogyakarta beberapa tahun lalu itu, menambah panjang deretan kekerasan dalam pacaran (*violence dating*). Cahyari Hapsari Widiastuti ditemukan meninggal di Kali Boyong didorong oleh pacarnya. Seorang mahasiswi melahirkan bayi hasil pemerkosaan pacar lamanya dan bayi itu ditemukan telah meninggal di bak mandi kamar kos pacarnya. Seorang mahasiswi disekap pacarnya karena menginginkan putus hubungan dengan pacar itu. Mahasiswi itu dapat dibebaskan berkat bantuan temannya yang kebetulan putri seorang seniman terkenal Yogyakarta. Seorang oknum ditahan karena menggunakan pistol untuk mengancam pacarnya. Kasus lain seorang perempuan ditemukan masih hidup meski dibuang ke sumur oleh pacarnya sendiri. Atika, seorang pegawai swasta, tewas dipotong-potong oleh Zacki pacarnya.

Kasus-kasus di atas masih diperkuat lagi oleh data statistik. *Bureau of Justice Special* Amerika menunjukkan data sebagai berikut: 40% gadis yang berumur 14-17 tahun mengetahui seorang teman sebayanya dipukul oleh pacarnya; 30% sampai 50% siswi pernah

melaporkan pengalaman kekerasan dalam pacaran; 7% dari semua korban pembunuhan adalah perempuan yang dibunuh oleh pacarnya; 20% pasangan pacaran melaporkan suatu bentuk kekerasan dalam pacaran; survei terhadap 500 gadis 15-24 tahun menemukan bahwa 60% di antara mereka baru saja mengalami kekerasan dalam pacaran; survei lain menyebutkan 38% korban kekerasan dalam pacaran berumur 14-17 tahun; 68% korban pemerkosaan tahu bahwa pemerkosa mereka adalah pacar, teman dekat, atau kenalan mereka; 60% pemerkosaan terjadi di rumah mereka sendiri. PKBI Yogyakarta pernah melaporkan bahwa dari bulan Januari-Juni 2002 saja terdapat 47 kasus kekerasan dalam pacaran, 57% adalah kekerasan emosional, 20% kekerasan seksual, 15% kekerasan fisik, dan 8% kekerasan lainnya (*Kompas*, 20 Juli 2002). Statistik tahun 2010 pasti lebih mengerikan.¹

Bagaimana mungkin hubungan yang indah antara laki-laki dan perempuan dalam pacaran dapat diwarnai dengan kekerasan, bahkan diakhiri dengan pembunuhan sadis? Apalagi kekerasan semacam itu dilakukan oleh orang-orang dari kalangan terpelajar, yang secara moral mempunyai kemampuan untuk menyadari tanggung jawabnya! Tulisan ini mengajak pembaca untuk menyadari bahwa relasi antara laki-laki dan perempuan mesti merupakan sebuah persahabatan; dan persahabatan berarti tidak ada kekerasan sama sekali. Begitu pula relasi laki-laki dan perempuan dalam pacaran atau pernikahan mesti menjadi sebuah persahabatan yang sehat nir-kekerasan.

Mewaspada Aneka Kekerasan

Dalam sebuah observasi sederhana, ditemukan bahwa sekitar 60% pacaran anak muda diwarnai kekerasan, khususnya pihak laki-laki terhadap perempuan. Ada beberapa bentuk kekerasan. *Pertama*, kekerasan seksual yang berupa paksaan untuk berhubungan seksual hingga pemerkosaan, paksaan untuk mencium, paksaan untuk telanjang bersama, dsb. *Kedua*, kekerasan psikis yaitu pelbagai bentuk ancaman, misalnya: ancaman akan membocorkan foto adegan telanjang,

ancaman akan membocorkan ketidakperawanan, ancaman akan bunuh diri, ancaman akan memutus hubungan. Termasuk di sini adalah kata-kata kasar, cemooh, sindiran, dan ejekan yang ujung-ujungnya menyiksa salah satu pihak. *Ketiga*, kekerasan ekonomi, yaitu bentuk-bentuk pemerasan uang pada pihak perempuan, memaksa pacar untuk *mentraktir* makan pagi-siang-malam, dsb. *Keempat*, kekerasan fisik, yaitu pemukulan, menyundut dengan rokok, menjambak, memukul, menusuk dengan pisau, sampai pada memaksa pacar untuk mengantar (memboncengkan) belanja, mencatatkan bahan kuliah, membuatkan makalah, dsb. Semua bentuk kekerasan itu hampir selalu berawal dan berakhir dengan kekerasan seksual.

Itu baru kekerasan yang *real*, nyata dilihat, dan dialami secara sadar. Ada jenis kekerasan lain yang oleh Pierre Bourdieu (1930-2002) disebut kekerasan simbolis. Kekerasan tersebut sangat halus sehingga tidak dirasakan sebagai paksaan, bahkan secara sadar dikehendaki oleh yang bersangkutan. Pelbagai bentuk hadiah, pujian, sanjungan, belas kasihan, dll. Eufemisme yang ujung-ujungnya menjebak seseorang dalam perangkap untuk dikuasai. Sanjungan seorang laki-laki pada pacarnya bahwa dia adalah perempuan yang keibuan, satu-satunya perempuan yang bisa menjadi pendamping hidup, satu-satunya perempuan yang bisa memahami isi hatinya, dan aneka bualan lain, yang ujung-ujung menjerat pacar perempuan itu untuk tidak lepas dari kekuasaannya, untuk menjadi "miliknya".

Kekerasan semacam itu bukan hanya dilakukan oleh pacar atau pasangan, tetapi bisa juga dilakukan oleh orangtua pasangan dan kelompoknya. Tidak sedikit orangtua yang turut campur tangan pada hubungan pacaran anak-anaknya, dengan turut memberikan puji-pujian, sanjungan, tambahan uang saku, atau sebaliknya cemoohan, atau ejekan karena pacar anaknya miskin, kurang cantik, dsb. Begitu pula teman-teman kelompok dapat melakukan hal yang sama.

Uraian di atas tidak dimaksudkan untuk menakut-nakuti Anda agar tidak bergaul dan bersahabat dengan orang lain, tetapi

dimaksudkan untuk selalu sadar diri dan bersikap kritis di dalam bergaul dan bersahabat. Anda mesti kritis terhadap diri Anda sendiri apakah melakukan aneka kekerasan di atas pada sahabat dan pacar Anda? Atau apakah Anda menerima perlakuan kekerasan seperti diuraikan di atas? Harapannya adalah agar kita semua tidak melakukan kekerasan apapun kepada orang lain, termasuk pada orang yang paling kita kasahi.

Mengupayakan Kesetaraan

Kita terlalu banyak dibuai oleh mitos-mitos tentang kelebihan fisik laki-laki dibandingkan perempuan. Mitos semacam itu bahkan diteguhkan oleh informasi-informasi melalui pendidikan. Tentu saja itu mitos yang dibuat dari sudut laki-laki, yang harus dipertanyakan kebenarannya. Sebuah film kuno, tahun 80-an, menceritakan seorang perempuan yang secara fisik lebih perkasa dari laki-laki. Dia yang telah ditinggal suaminya itu harus membesarkan lima orang anaknya. Dengan bekerja sebagai buruh pengaspal jalan bersama-sama buruh-buruh laki-laki, ia tidak kalah dari buruh laki-laki. Ia berhasil membesarkan anak-anaknya.

Benarkah secara seksual laki-laki lebih perkasa? Dibuatnya pelbagai obat kuat yang konon dapat membuat laki-laki lebih perkasa jelas membuktikan bahwa sebenarnya laki-laki secara seksual tidak perkasa. Rumor tentang "tante girang," "perex" (perempuan eksperimen), juga menjadi bukti lain bahwa laki-laki kurang perkasa secara seksual, sehingga para perempuan masih membutuhkan pemuasan seks lebih dari satu laki-laki. Konon "perempuan dengan testosteron yang tinggi (*pada masa ovulasi, Ag.*) memerlukan *partner* seks sekurang-kurangnya lima orang. Bagi laki-laki pada dasarnya juga sama. Akan tetapi, ia memiliki masa turun dan naik dalam dorongan seksualnya."² Ringkasnya, mitos keperkasaan laki-laki dan kelemahan perempuan mesti diabaikan saja, karena mitos semacam itu hanya

akan menjebak pihak laki-laki pada kesombongan, keangkuhan, dan penguasaan pihak perempuan.

Paradigma yang bersama-sama dikembangkan saat ini adalah kesetaraan antara laki-laki dan perempuan. Sudah tidak masanya lagi seorang laki-laki merasa di atas perempuan dan menguasainya, apalagi di kalangan anak-anak muda dan mahasiswa-mahasiswi. Perangkat hukum dan Hak Asasi Manusia telah memberi peraturan yang "cukup" agar kesetaraan laki-laki dan perempuan diwujudkan. Maka, semua pihak, laki-laki dan perempuan, harus mengetahui hal itu. Kalau masih ada penindasan dan penguasaan yang satu terhadap yang lain, mereka harus berurusan dengan hukum. Berikut ini akan disampaikan berapa usulan.

Pertama, laki-laki harus menyadari bahwa perempuan adalah sesamanya yang semartabat dan sederajat. Tidak ada satu hal pun yang memberi peluang untuk menampilkan diri *super, lebih, berkuasa*, dsb. di hadapan perempuan. Konstruksi sosial melalui lembaga apa pun termasuk lembaga agama yang menempatkan laki-laki di atas perempuan harus dianggap tidak berlaku. Sebaliknya, perempuan sendiri harus mengetahui secara sadar perubahan paradigma tersebut. Dengan demikian perempuan pun harus secara percaya diri untuk tampil sebagai pribadi yang semartabat dan sederajat dengan laki-laki. Keberanian untuk tampil sebagai pemimpin kelompok, keberanian untuk menolak paksaan, keberanian melawan pelecehan dan kekerasan, dsb. adalah wujud nyata dari kesetaraan. Tinggalkan pula mitos-mitos "romantisme, kelemahlembutan, ketaatan, kesetiaan, dan semacamnya" yang akhirnya hanya menjebak perempuan sendiri.

Kedua, bahasa adalah simbol dari tingkah laku. Penggunaan bahasa menyimbolkan tingkah laku penggunanya. Maka ungkapan-ungkapan bahasa yang menampilkan ketidaksetaraan sedapat mungkin dihindari. Gadis Arivia mengusulkan kata *partner* (pasangan, jodoh) yang lebih menunjukkan ciri kesetaraan dari pada kata "istri", "suami", "papa," "mama," atau "pacar" bagi yang sedang berpacaran.³

Sangat disayangkan, bahwa akhir-akhir ini anak-anak muda yang sedang berpacaran justru menggunakan kata-kata yang kurang menunjukkan kesetaraan itu. Misalnya: *nembak, doi, bojo* yang lagi-lagi menempatkan pihak perempuan sebagai objek. Anak-anak muda sendiri, lebih-lebih pihak perempuan, mesti menghapus kosakata semacam itu. Latihan menggunakan kata-kata yang menunjukkan kesetaraan, dan menghindari penggunaan kata-kata yang melecehkan atau merendahkan, menjadi penting untuk dilakukan baik secara formal dalam kegiatan pendidikan maupun informal dalam pergaulan sehari-hari.

Persahabatan Tanpa Kekerasan

Konon, di awal-awal perempuan boleh memasuki dunia kerja sehingga memungkinkan perempuan bekerja di tempat kerja yang sama dengan laki-laki entah di kantor, pesawat terbang, kapal, bis, dll. para istri di rumah gelisah jangan-jangan suami mereka bekerja bersama dan kemudian bersahabat dengan pekerja perempuan lainnya. Sebaliknya, para suami pun juga gelisah jangan-jangan istri mereka bekerja bersama dan kemudian bersahabat dengan laki-laki lain di tempat kerjanya. Kegelisahan itu dilatarbelakangi oleh keraguan: "*Can men and women be just friends?*" (Dapatkah laki-laki dan perempuan hanya bersahabat saja, tanpa jatuh ke hubungan yang erotis?) Lembaga konsultasi keluarga di Amerika menjadi laris karena banyak suami maupun istri yang berkonsultasi mengenai pasangan masing-masing yang tidak hangat lagi berhubungan dengan mereka setelah mereka mempunyai teman kerja di kantor. Sekali lagi pertanyaannya adalah dapatkah laki-laki dan perempuan sekedar bersahabat saja?

Contoh persahabatan yang ideal adalah antara Daud dan Yonatan. Kedua orang itu dipersatukan oleh keprihatinan dan kepedulian yang sama, yaitu mengalahkan bangsa Filistin. Dalam peperangan sengit itu, Daud berhasil membunuh Goliat pemimpin bangsa Filistin yang

tinggi besar itu. Tentu saja, dua orang itu menjadi sahabat yang sangat dekat: “Jiwa Yonatan begitu melekat kepada jiwa Daud, dan Yonatan mengasihinya seperti mengasihi dirinya sendiri.” (1 Samuel 18 : 1). Begitu eratnya persahabatan antara Yonatan dan Daud, sampai-sampai Yonatan melindungi Daud sewaktu akan dibunuh oleh Saul, ayahnya. Hubungan persahabatan mengalahkan hubungan darah dengan ayah.

Daud dan Yonatan adalah laki-laki. Bagaimana bila salah satu dari mereka adalah perempuan? Bisakah mereka tetap sekedar bersahabat, tanpa terjebak ke hubungan erotis: kekasih, pacaran, atau pernikahan? Persahabatan mengindikasikan hubungan yang setara, dipersatukan oleh keprihatinan dan kepedulian yang sama, saling membutuhkan dan saling memberi, tidak ada subordinasi, ketergantungan, menguasai, dan mengalahkan. Semuanya serba setara, seimbang, tanpa pamrih, tidak mencari untung sendiri, gratis (dari kata Latin *gratia* ”rahmat”). Mungkinkah hubungan laki-laki dan perempuan tidak terjebak pada keinginan memiliki, menguasai, mendominasi, mengeksploitasi, memuaskan diri, dan menindas? Itulah sebabnya di atas tadi dipaparkan kegelisahan para istri dan suami yang pasangannya bekerja bersama dan berhubungan dengan manusia dari jenis kelamin lain, karena ada kecenderungan kuat bahwa hubungan laki-laki dan perempuan akan jatuh pada “keinginan memiliki, menguasai, mendominasi, mengeksploitasi, memuaskan diri, dan menindas”. Bukan sekedar bersahabat!

Sungguh ideal kalau Anda dapat bersahabat dengan kekasih Anda, karena Anda tidak jatuh pada relasi dominasi, penguasaan, menjajah, memiliki, atau memuaskan diri. Kalau tidak mencapai yang ideal itu, hubungan Anda dengan kekasih Anda masih diwarnai oleh kekerasan, entah kekerasan *real* atau simbolis. Persahabatan yang sehat (seperti Daud dan Yonatan) adalah relasi tanpa kekerasan apapun! Kalau masih ada kekerasan sekecil apa pun bentuknya, maka hubungan dua insan itu bukanlah persahabatan. Nasihat atau peringatan almarhum Romo Giles (pemrakarsa *Weekend Moral* ini) sangat dapat

dimengerti yaitu agar jangan berpacaran dengan teman sekelas karena akan terjadi bentuk-bentuk pembatasan, pengungkungan, yang akhirnya mempersempit pergaulan dua pihak yang berpacaran. Itu juga merupakan bentuk kekerasan.

Mengakhiri tulisan ini akan saya kutipkan tulisan yang menarik, meski sedikit vulgar:

Di dalam suatu lokakarya yang yang membantu perempuan untuk mengenali vagina mereka, aku diminta untuk mengamati vaginaku dengan sebuah kaca. Aku sangat panik ketika tidak menemukan bagian yang terpenting dari vaginaku, yaitu klitoris. Aku berteriak dan menangis tersedu-sedu sambil mengatakan kepada instrukturku bahwa aku telah lalai menjaga klitorisku sehingga kini klitoris itu telah pergi mungkin copot saat aku sedang olahraga atau berenang. Si instruktur tersenyum dan mengatakan aku tidak perlu panik. Aku harus santai dan berusaha untuk mengeksplorasi vaginaku dengan tidak jijik menyentuhnya. Bahwa vagina bukan untuk dipelototin atau dianalisis tetapi untuk dihargai dan diyakinkan bahwa ia bagian dari hidupku dan ia adalah aku.⁴

Perempuan mesti mengenali vagina mereka masing-masing secermat mungkin dengan kaca jangan sampai ada satu bagian kecil pun yang tidak dikenali karena vagina adalah bagian dari hidup perempuan sendiri yang harus dihargai. Dengan demikian perempuan akan semakin mengenali diri sendiri untuk tidak terjebak pada mitos-mitos dan tabu yang ujungnya hanya ingin merendahkan perempuan. Begitu pun laki-laki mesti mengenali penis sebagai bagian hidup. Semakin mengenalinya, laki-laki tidak akan terjebak pada mitos-mitos yang membuat kesombongan karena keperkasaannya dan kekerasannya. Laki-laki tetap lemah lembut yang dapat bersahabat secara sehat dengan perempuan tanpa bentuk-bentuk kekerasan apapun!

CATATAN:

-
- i Maaf, yang disajikan bukan data terbaru.
- ii Gadis Arivia, *Feminisme: Sebuah Kata Hati*, Jakarta: Penerbit Buku Kompas, 2006, hm. 62.
- iii *Ibid.* hlm. 68.
- iv *Ibid.* hlm. 57-58, sumber asli Eve Ensler, *The Vagina Monologues*, New York: Villard Books, 1998.

Kepustakaan

- Arivia, Gadis. 2006. *Feminisme: Sebuah Kata Hati*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
- Bordieu, Pierre. 2001. *Masculine Domination*. Stanford: Stanford University Press.
- Fakih, Mansour. 1999. *Analisis Gender & Transformasi Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Holmes, Mary. 2007. *What is Gender. Sociological Approaches*. London: Sage Publications.
- Andy Bustanoby. 2001. *Dapatkah Pria & Wanita Berhubungan Hanya sebagai Sahabat?*. terjemahan oleh Efie Sofhia Sompie dari *Can Men and Women be Just Friends?*. Batam: Penerbit Interaksara.

**PENDIDIKAN SEKS
DALAM AL-QUR'AN**

Dr. Syaifan Nur, MA

Pembicaraan tentang Seks dalam Al-Qur'an

Di dalam Islam, persoalan yang berkaitan dengan seks bukanlah perkara asing. Ia telah diperbincangkan dengan begitu meluas oleh para ilmuwan dan agamawan Islam. Perbincangan tersebut bukanlah berdasarkan kepada pandangan mereka semata-mata, tetapi berdasarkan kepada apa yang telah dinyatakan oleh Allah SWT melalui kitab al-Quran dan juga penjelasan oleh Rasul-Nya melalui al-Sunnah. Perhatian yang mendalam terhadap kandungan al-Quran dan al-Hadith akan menemukan bahwa perbincangan tentang seks senantiasa dikaitkan dengan persoalan akidah, akhlak, tingkah laku mulia, menjauhi kemungkaran, dan tidak mendatangkan kemudaratan kepada orang lain.

Sebagai contoh, al-Quran telah menggambarkan institusi pernikahan sebagai sebuah institusi suci yang mampu memberi ketenangan dan merealisasikan arti kasih dan sayang yang benar melalui firman-Nya:

“Dan di antara tanda-tanda kekuasaanNya ialah Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikanNya di antaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir.” (QS ar-Rum [30]: 21)

Ketika membicarakan perkara yang berkaitan dengan penyelewengan seks, seperti zina, Allah SWT menegaskan bahwa perbuatan tersebut adalah perbuatan yang mungkar dan terkutuk. Itu dapat dipahami melalui firman-Nya: *“Dan Janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji dan suatu jalan yang amat buruk.”* (QS al-Isra' [17]: 32)

Ketika menyentuh persoalan hubungan seks sejenis, seperti yang dikisahkan melalui kaum Nabi Luth, Allah SWT telah mengecam perbuatan mereka dengan menyatakah bahawa mereka telah melakukan perbuatan *fahisyah*, yaitu perbuatan yang terkutuk. Firman-Nya: *“Dan (Kami juga telah mengutus) Luth (kepada kaumnya). (Ingatlah) tatkala ia berkata kepada kaumnya: “Mengapa kamu mengerjakan perbuatan fahisyah (homosexuality) itu, yang belum pernah dikerjakan oleh seorang pun (di dunia ini) sebelummu?”* (QS Al-A'raf [7]: 80)

Setiap Muslim, bahkan anak-anak yang belajar mengaji, pasti menemukan bahwa al-Qur'an membicarakan masalah seksualitas dengan terbuka. Dalam al-Quran, kita dapat menemukan bahasan mengenai reproduksi dan penciptaan manusia, menstruasi, kehidupan keluarga, posisi-posisi seksual dan bahkan ejakulasi, seperti dalam ayat ayat berikut ini:

“Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah, ‘Haid itu adalah kotoran.’ Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haid; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang tobat dan menyukai orang-orang yang menyucikan diri. Istri-istrimu adalah (seperti) tanah tempat kamu bercocok tanam, maka datangilah tanah tempat bercocok tanammu itu bagaimana saja kamu kehendaki. Dan kerjakanlah (amal yang baik) untuk dirimu, dan bertakwalah kepada Allah dan ketahuilah bahwa kamu kelak akan menemui-Nya. Dan berilah kabar gembira

orang-orang yang beriman.” (Q.S. al Baqarah [2]:222-223)

Analisis terhadap beberapa ayat al-Quran dan al-Hadith jelas menunjukkan bahwa Islam sangat menggalakkan umatnya untuk mempelajari ilmu dan pengetahuan yang berkaitan dengan kesehatan dan kesejahteraan seksualitas dan reproduktif. Islam sangat mementingkan agar umatnya menjalani kehidupan seksual yang sempurna dan baik selaras dengan tuntutan Allah SWT. Segala perintah dan peraturan agama yang berkaitan dengan seksualitas yang ditetapkan oleh Islam adalah bertujuan kepada kesejahteraan hidup manusia. Di antara firman Allah yang berkaitan adalah:

“Dan segala sesuatu Kami ciptakan berpasang-pasangan supaya kamu mengingat kebesaran Allah.” (QS al-Zariyat [51]: 49),

“Mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: “Haidh itu adalah kotoran”. Oleh itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haidh; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu.” (QS al-Baqarah [2]: 222)

“Dan orang-orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri-istri mereka atau (hamba) yang mereka miliki; maka sesungguhnya mereka tidak (termasuk dalam kelompok orang yang) tercela dalam hal ini. Barangsiapa yang mencari di sebalik itu maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas.” (QS al-Mukminun [23]: 5-7)

“Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: Hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya; yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka... Katakanlah kepada wanita yang beriman: Hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya, dan janganlah

mereka menampakkan perhiasannya kecuali yang (biasa) nampak daripadanya... ” (QS an-Nur [24]: 30-31)

Dalam hadis berikut Rasulullah SAW mengatakan bahwa berhubungan seks dengan istri dinilai sebagai ibadah oleh Allah SWT. Rasulullah SAW bersabda,

“Jika salah seorang dari kalian melakukan jima’ (hubungan seks) dengan istri kalian, maka itu dianggap sebagai amal kebaikan.” Para sahabat merasa heran dan berkata, “Tetapi kami melakukan itu semata-mata karena syahwat, mengapa itu dianggap sebagai amal kebaikan?” Rasulullah SAW menjawab, “Jika kalian melakukannya dengan wanita yang bukan istri kalian, maka itu dianggap dosa, tetapi jika kalian melakukannya dengan istri kalian, maka itu dianggap sebagai amal kebaikan” (HR. Imam Muslim).

Dasar-dasar pendidikan seks Islami adalah: memperlakukan seks sebagai anugerah dari Allah yang Mahakuasa. Bagaimanapun juga, seks merupakan masalah yang tetap hidup, selalu dibicarakan oleh setiap orang, baik dari kalangan awam maupun ilmuwan. Hanya saja, karena mereka masih diliputi oleh rasa tabu, pembicaraannya amat terbatas. Remaja adalah manusia makhluk ciptaan Allah SWT yang sudah mengalami perkembangan fisik dan pemikiran melampaui masa kanak-kanaknya.

Perdebatan tentang perlu-tidaknya pendidikan seks diberikan kepada anak bermula dari keprihatinan terhadap pergaulan remaja saat ini. Sebenarnya kekhawatiran seperti itu tidak perlu ada jika pendidikan seksual itu diberikan secara profesional. Mereka memelajari seks bukan untuk segera dilaksanakan, tapi untuk bekal kelak. Selain itu juga untuk menjaga mereka dari kehidupan seks bebas. Dengan mengetahui tentang pendidikan seksual secara profesional niscaya

anak-anak akan terhindar dari perilaku-perilaku hubungan seksual yang menyimpang.

Para pemerhati masalah remaja berpendapat, seks bebas yang sekarang ini menggejala salah satunya disebabkan karena pengetahuan remaja tentang seksualitas masih sangat rendah. Karena itu, diperlukan upaya-upaya untuk memasyarakatkan pendidikan seks kepada remaja. Program-program pendidikan seks pun mulai digulirkan, bahkan ada yang berpendapat bahwa pendidikan seks seharusnya diberikan sedini mungkin. Jika perlu, di bangku prasekolah pun ada kurikulum yang membahas khusus tentang pendidikan seks (Amalia, 2007 dalam www.multipli.co.id).

Islam tidak pernah menjadikan umatnya yang tunduk dan patuh pada aturan Allah SWT menjadi bahan *trial and error*. Karena dipastikan bahwa Islam adalah agama *Rahmatan lil 'alamin*, sehingga Islam tidaklah asing dalam masalah edukasi seksual tersebut. Misalnya mengenalkan bahwa diri anak kita adalah laki-laki atau perempuan, bagaimana adik dilahirkan, mengapa kamar atau tempat tidur mereka dipisahkan antara laki-laki dan perempuan, mengapa tidak boleh satu selimut walaupun dengan sesama perempuan atau laki-laki, bagaimana cara menutup aurat di luar rumah dan di dalam rumah, apa itu hubungan atau interaksi berbeda jenis, larangan *berkholwat* (berdua-duaan), sampai pada apa itu pernikahan, mengapa ibu dan ayahnya menikah, dan mengapa setelah menikah baru ada anak. Itu semua dan banyak lagi yang lainnya adalah dekat dengan kehidupan keluarga yang penuh ketaatan pada Allah SWT.

Menurut Abdullah Nasih Ulwan dalam bukunya yang berjudul *Tarbiyatul Aulad Fil Islam*, pendidikan seks adalah upaya pengajaran, penyadaran, dan penerangan tentang masalah-masalah seksual yang diberikan kepada anak sejak ia mengerti masalah-masalah yang berkenaan dengan naluri seks dan pernikahan. Dengan begitu, jika anak telah dewasa, ia akan dapat mengetahui masalah-masalah yang diharamkan dan dihالalkan; bahkan mampu menerapkan perilaku

Islami dan tidak akan memenuhi naluri seksualnya dengan cara-cara yang tidak Islami (Ulwan, 1994: 2).

Dalam bukunya itu Abdullah Nasih Ulwan menyatakan, pendidikan seksual yang penting mendapat perhatian secara khusus dari para pendidik, hendaklah dilaksanakan berdasarkan fase-fase (1994: 6) sebagai berikut:

Fase pertama, usia 7-10 tahun, disebut masa *tamyiz* (masa prapubertas). Pada masa itu, anak diberi pelajaran tentang etika meminta ijin dan memandang sesuatu, maksudnya adalah tentang pembiasaan pada anak untuk dapat melaksanakan etika meminta ijin kepada orangtuanya ketika ayah dan ibu berada dalam situasi yang tidak ingin dilihat oleh siapa pun termasuk oleh anak-anaknya.

Fase kedua, usia 10-14 tahun, disebut masa *murabaqah* (masa peralihan atau pubertas). Pada masa itu anak dihindarkan dari berbagai rangsangan seksual, karena fase pubertas adalah fase kehidupan manusia yang paling berbahaya. Jika pendidik mengerti cara mendidik anak, cara menghindarkannya dari lingkungan yang penuh dengan kerusakan atau penyimpangan dan cara mengarahkannya menuju kebaikan, maka anak biasanya akan tumbuh berbudi, berakhlak mulia, dan memiliki pendidikan Islami yang tinggi.

Fase ketiga, usia 14-16 tahun, disebut masa *balig* (masa *adolescent*). Jika anak sudah siap untuk menikah, pada masa ini anak diberikan pendidikan tentang etika atau adab mengadakan hubungan seksual.

Fase keempat, setelah masa *adolescent*, disebut masa pemuda. Pada masa tersebut diberi pelajaran tentang tata cara melakukan *isti'faf* (menjaga dari perbuatan tercela atau menyimpang), jika ia belum mampu melangsungkan pernikahan.

Hasan Hathout dalam bukunya yang berjudul *Panduan Seks Islami* (2005), menyebutkan bahwa Islam mengajarkan seks sesuai dengan aturan syariatnya, yaitu seks yang “memanusiakan” manusia, bukan seks ala hewan yang dapat merendahkan derajat manusia.

Menurut beliau, materi yang harus diajarkan dalam pendidikan seksual ialah aspek-aspek anatomis dan psikologis, skema pubertas, bersama dengan perubahan-perubahan fisik, kebutuhan akan kehidupan keluarga, dorongan seksual sindrom menstruasi, pembentukan dan perkembangan janin, kontrasepsi, dan yang paling penting pandangan dan standar Islam mengenai itu semua (Hathout, 2005: 112).

Pendidikan seks yang baik adalah usaha menuju perilaku seks yang lebih alamiah, membantu memerangi kekerasan seksual terhadap anak-anak, maksudnya adalah agar anak kita jangan terlalu polos sampai tidak menyadari dan gampang terjerumus dalam perilaku seks yang menyimpang. (Hathout, 2006:115)

Kaitan Pendidikan Seks dengan Aqidah, Ibadah, dan Akhlak

Pendidikan seks di dalam Islam merupakan bagian integral dari pendidikan akidah, akhlak, dan ibadah. Terlepasnya pendidikan seks dengan ketiga unsur itu akan menyebabkan ketidakjelasan arah dari pendidikan seks itu sendiri, bahkan mungkin akan menimbulkan kesesatan dan penyimpangan dari tujuan asal manusia melakukan kegiatan seksual dalam rangka pengabdian kepada Allah. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan seks tidak boleh menyimpang dari tuntutan syariat Islam.

Pendidikan seks juga mempunyai perkaitan amat rapat dengan aqidah. Pendidikan seks yang berkonsepkan Islam mestilah berlandaskan kepada kepercayaan kita kepada Allah dan seluruh rukun iman yang lain. Apabila kita percaya kepada Allah sebagai Tuhan yang Maha Kuasa, maka menjadi tanggung jawab kita untuk patuh kepadaNya. Orang yang patuh kepada perintah Allah adalah orang yang percaya kepada kekuasaanNya serta memercayai balasan baik dan buruk di kehidupan akhirat.

Dalam perintah menjaga a'urat, Allah memulai ayat, yang artinya: "*Katakanlah kepada orang-orang perempuan yang beriman...*" (QS al-Nur[24]: 31). Dapat dipahami dari ayat itu bahwa wanita yang

mematuhi perintah tersebut telah diakui oleh Allah sebagai orang yang beriman, yaitu percaya kepada kebesaran Allah dan percaya bahwa balasan yang buruk akan menimpa orang-orang yang ingkar.

Kaitan Pendidikan Seks dengan Kesejahteraan Manusia

Masyarakat yang dapat mendidik anggotanya menjalani kehidupan seksual yang harmoni akan dapat mewujudkan sebuah kehidupan yang sejahtera. Allah telah menjanjikan bahwa umat yang patuh kepada perintah Allah akan senantiasa dirahmatiNya. Janji itu dinyatakan melalui firmanNya: “ *Jika penduduk sesuatu negeri itu beriman dan bertaqwa (patuh) kepada Allah, Kami akan bukakan untuk mereka keberkatan dari langit dan bumi...* ” (QS al-A'raf [7]: 96).

Apabila kehidupan seksual berjalan mengikut garis panduan agama, maka akan terbentuk sebuah masyarakat yang damai dan sejahtera. Pembentukan sebuah masyarakat akan menjadi harmoni karena ia dibentuk oleh sebuah keluarga yang dipenuhi dengan kasih sayang. Allah telah memerintahkan supaya manusia menikah, karena kehidupan pernikahan akan membawa kesan yang begitu penting terhadap kesejahteraan hidup mereka, jika mengikut aturan main yang telah ditetapkan.

Rasul bersabda: *Wahai para pemuda! Barangsiapa diantara kalian telah memiliki kemampuan, maka hendaklah dia menikah. Karena pernikahan itu lebih menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan. Barangsiapa yang tidak mempunyai kemampuan, hendaklah dia berpuasa, sesungguhnya puasa itu sebagai tameng baginya.*” (Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim)

Firman Allah: “*Dan Allah telah menjadikan untuk kamu dari diri kamu berpasangan dan mengaruniakan untukmu dari mereka anak-anak dan cucu-cucu serta mengaruniakan untuk kamu semua rejeki yang baik.*” (QS al-Nahl [16]: 72). Allah juga menyatakan: “*Dan di antara tanda-tanda kekuasaanNya Dia*

menciptakan dari diri kamu pasangan agar kamu memperoleh ketenangan daripadanya dan menjadikan di antara kamu kasih sayang. Sesungguhnya yang demikian itu mempunyai isyarat untuk kaum yang berfikir". (QS al-Rum [30]:21)

Kesimpulan

Seks hakikatnya merupakan salah satu anugerah Tuhan yang terindah bagi manusia untuk disyukuri dan disalurkan secara proporsional, bagi manusia yang beradab, seks merupakan ekspresi cinta yang tertinggi, yang merupakan pertemuan fisik dan emosi secara total.

Jika tulisan dan pemikiran para cendekiawan dan tokoh pendidikan Islam diteliti secara cermat, dapat ditemukan bahwa tujuan umum pendidikan seks dan reproduktif dalam Islam adalah sebagai berikut:

- a. Untuk memastikan agar para pelajar dapat menghayati komprehensivitas ajaran Islam dalam menangani segala permasalahan manusia.
- b. Untuk menambahkan keyakinan dan keimanan kepada para pelajar akan kebesaran dan keagungan Tuhan. Seterusnya melahirkan manusia yang taat kepada perintah Allah s.w.t (beribadat kepada Allah).
- c. Untuk memberi informasi yang benar dan jelas mengenai perkara yang berkaitan dengan seksualitas kepada remaja. Itu dengan menyediakan kurikulum pendidikan seksualitas yang baku, yang berkaitan dengan kebaikan dan keburukan serta halal dan haram sesuai dengan ajaran Islam.
- d. Untuk membentuk akhlak, sikap, dan tingkah laku yang mulia di kalangan pelajar, sehubungan dengan seksualitas dan reproduktif.
- e. Untuk membuka pikiran pelajar berkaitan dengan kesehatan dan etika seksualitas serta kepentingan institusi keluarga.

Bahan Renungan

Seks bukanlah kata yang selalu terasosiasi dengan perilaku kotor. Seks merupakan aspek yang penting dalam kehidupan manusia. Dalam al-Qur'an, Allah tidak hanya mengajarkan bagaimana manusia menyembah Tuhannya, tetapi juga membicarakan tentang reproduksi, penciptaan, kehidupan keluarga, menstruasi, bahkan ejakulasi. Islam mengakui kekuatan dorongan seksual, tetapi masalah itu dibicarakan dalam al-Qur'an dan as-Sunnah secara serius dalam konteks pernikahan dan kehidupan keluarga. Allah berfirman: “Janganlah kamu mendekati zina. Sesungguhnya zina itu sangat keji dan jalan yang sangat jahat” (QS al-Isra' [17]:32); “Perempuan-perempuan jahat untuk laki-laki jahat, laki-laki jahat untuk perempuan-perempuan jahat pula, perempuan-perempuan baik untuk laki-laki baik, laki-laki baik untuk perempuan-perempuan baik pula” (QS an-Nur [24]:26).

Kepustakaan

- Al-Qur'an al-Karim, Hadis Nabawi, Abdullah Nasih Ulwan. 1994. *Tarbiyat al-Awlad fi al-Islam*.
- Hassan Hathout. 2005. *Revolusi Seksual Perempuan: Pbsteri dan Ginekologi dalam Tinjauan Islam*. Bandung: Mizan.
- Hassan Hathout. 2006. *Panduan Seks Islami*.
- Zulia Ilmawati, *Pendidikan Seks untuk Anak-anak*. Diambil dari Onesaiful.blogspot.com
- Ibnul Qayyim al-jauziyah, *Tuntunan Nabi dalam Jima'*, Penerjemah: Hannan Hoesin Bahannan, E-Book.

Muhamad Zahiri Awang Mat dan Rahimi Md. Saad, *Konsep dan Objektif Pendidikan Seks Menurut Perspektif Al-Qur'an*, Diedar semula sempena Siri Diskusi Khas (SDK) Ke 3 Anjuran Pertubuhan Muafakat Sejahtera Masyarakat Malaysia (MUAFAKAT) pada 22 Julai 2006 Di Universiti Islam Antarabangsa Malaysia. www.muafakat.net.my

Munadi lil Iman. 2009. *PENDIDIKANSEKSUALUNTUKANAK (Studi Perbandingan antara Pemikiran Abdullah Nasih Ulwan dan Hasan Hathout)*, SKRIPSI, FAKULTAS AGAMA ISLAM UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA. 📄

BIODATA

Dra. Ignatia Esti Sumarah, M.Hum: Lahir di Bandung pada 5 Juli 1962. Memperoleh gelar Sarjana Filsafat dan Kateketik pada 1990. Menyelesaikan studi S2 di Fakultas Teologi, Universitas Sanata Dharma, pada 1997. Saat ini menjadi dosen tetap pada Program Studi PGSD, Universitas Sanata Dharma (USD), Yogyakarta, sekaligus menjabat sebagai koordinator MPK USD. Sesekali memberikan pendampingan kepada kaum muda tentang pendidikan karakter. Menjadi editor buku *Bersikap Terbuka di Tengah Pluralisme Keagamaan* (USD-2010). Beberapa artikel yang pernah ditulis: "Kearifan Lokal, Akar Nilai-nilai Pancasila" dalam buku *Membumikan Pancasila* (USD-2010). "Unggul Akademik, Berkepribadian Humanis" dalam Majalah *BASIS* (November–Desember 2009). "Tinjauan Pedagogi Ignasian atas Kisah Pertobatan Perempuan Samaria" dalam Jurnal Ilmiah *Widya Dharma* (2008). "Pengaruh Perkuliahan Agama terhadap Sikap Pluralisme Keagamaan Mahasiswa Universitas Sanata Dharma", dalam *Widya Dharma* (2006). "Pendidikan Religiusitas dalam Rangka Membangun Masyarakat Madani yang Rukun dan Toleran" dalam *Widya Dharma* (2005).

Sr. Fransisca Y Sri Winarsih FCJ lahir di Boyolali. Menyelesaikan studi S1 di Institut Pertanian Bogor (IPB) jurusan Agrobisnis dan melanjutkan S2 di Sekolah Tinggi Filsafat (STF) Driyarkara Jakarta. Ia bergabung dengan Serikat Suster Sahabat Setia Yesus (Faithful Companions of Jesus/FCJ) pada tahun 1999. Setelah menyelesaikan formasio dasar, tahun 2003-2006 diutus untuk bekerja di FCJ Center Manila – Filipina sebagai pekerja sosial. Tahun 2006 kembali ke Indonesia dan bergabung dengan UPT MPK Sanata Dharma sampai sekarang. Dua mata kuliah yang diampunya adalah Filsafat Moral dan Filsafat Ilmu Pengetahuan. Kegiatan lain di luar mengajar adalah kerajinan di antara kaum muda.

Dr. Tjipto Susana, Psi. : Lahir di Surabaya pada tanggal 31 Januari 1969. Menempuh studi S1 sampai dengan S3 di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, dengan minat psikologi klinis dalam konteks budaya. Saat ini mengajar di Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma. Mengikuti seminar baik lokal maupun internasional. Menjadi editor buku *50 tahun Himpsi: Redefinisi Psikologi Indonesia dalam Keberagaman* (Supratiknya & Susana, 2010). Beberapa artikel yang pernah ditulis: *Identitas Global: Membangun kesamaan tanpa menyeragamkan* (Jurnal Psikologi Indonesia, Vol.1, No. 1, 2008), *Pendekatan tiga pilar terhadap anak yang mengalami trauma kekerasan* (Jurnal Psikologi, Vol. 2, No.3, 2009), *Proses Somatisasi dan strategi koping pada individu alosentris* (Jurnal Psikologi Indonesia, Vol. VII, No.1, 2010), *Schizophrenia* dalam buku *Aku menderita schizophrenia* (2011).

Endah Marianingsih Th., S.IP, A.Per.Pend, M.Kes, lahir di Surakarta, 17 Oktober 1955, setelah lulus SMA jurusan IPA di Regina Pacis Ursulin Solo, melanjutkan sekolah untuk menjadi Perawat-Bidan di RS Panti Rapih Yogya, lulus tahun 1978. bekerja sebagai Bidan di rumah sakit tersebut beberapa tahun, namun kemudian ditugaskan untuk mengajar di SPK Panti Rapih setelah sebelumnya ditugas belajarkan sebagai guru Bidan. Selanjutnya dipercaya sebagai staf direksi rumah sakit yang sama, dan untuk memenuhi kemampuan dibidang manajerial maka dengan inisiatif sendiri menyelesaikan studi S-1 Administrasi Negara pada Universitas Terbuka pada th.1995. Merasa tetap terpanggil sebagai guru, karier di bidang pendidikan berlanjut sebagai dosen di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Yogyakarta. Sebutan profesi Ahli Perawat Pendidik diperoleh setelah lulus Program D-IV Perawat Pendidik Universitas Gadjah Mada, tahun 1999, dan dikirim sebagai dosen detasering di Prodi D-III Kebidanan Depkes Palangkaraya Kalimantan Tengah, selama satu semester. Studi pascasarjana ditempuh di UGM, dengan minat Kesehatan Ibu Anak/Kesehatan Reproduksi, memperoleh gelar Magister Kesehatan

pada tahun 2003. Sejak lulus Bidan, sudah terlibat sebagai tutor pada Persiapan Kursus Perkawinan Kevickepan DIY sampai sekatang, juga dalam Week-end Moral bagi mahasiswa Universitas Sanata Dharma.

Drs. Yoachim Agus Tridiatno, M.A. Lahir di Wonogiri, 16 Agustus 1958. Kandidat Doktor studi agama-agama di ICRS-Yogya, Pascasarjana UGM Yogyakarta. Menyelesaikan studi Strata-1 di bidang Filsafat Teologi di IKIP (Universitas) Sanata Dharma Yogyakarta (1982) dan di bidang Sastra di Universitas Gadjah Mada Yogyakarta (1990). Pada tahun 1998 memperoleh gelar *Master of Arts* di bidang Teologi di Ateneo de Manila University, Filipina. Menulis buku *Masalah-Masalah Moral* (2000); kontributor tulisan di buku *Menggugat Harmoni* (2000) dan *Multikulturalisme. Membangun Harmoni Masyarakat Plural* (2005). Artikel-artikel ilmiah dimuat di *Widya Dharma* (1999, 2001), *Jurnal ISIP* (2001), *Melintas* (2002), *Orientasi Baru* (2010, 2011), serta menulis artikel populer untuk beberapa koran, antara lain *Kedaulatan Rakyat* Yogyakarta.

Dr. Syaifan Nur, M.A: Dilahirkan di Seruway, Aceh Tamiang, pada 1962, sebagai anak ke-7 dari 11 bersaudara dari keluarga besar almarhum Husin Ujung dan almarhumah Rahimah. Setelah menyelesaikan pendidikan dasar dan menengah di Seruway dan Kualasimpang, pada 1981 menginjakkan kaki di Yogyakarta untuk menempuh pendidikan tinggi di Fakultas Ushuluddin IAIN Sunan Kalijaga. Setelah tamat pada 1987 dengan gelar Doktorandus (Drs.), pada tahun berikutnya, 1988, diangkat menjadi dosen di *alma maternya*. Pada tahun berikutnya pula, 1989/1990, melanjutkan studi ke Program Pascasarjana (S2) pada IAIN yang sama, dan diteruskan mengikuti jenjang S3 pada tahun 1991/1992. Gelar Magister (M.A.) diperoleh pada 1993, dan gelar Doktor baru berhasil dicapai pada 2001. Dalam kariernya sebagai dosen, selain mengajar (dalam bidang ilmu Tasawuf), mengikuti seminar-seminar—baik lokal, nasional, maupun internasional—dan

menulis artikel di berbagai jurnal ilmiah, juga aktif dalam menerjemahkan—baik buku maupun artikel—serta ikut mengelola berbagai jurnal ilmiah. Dosen tidak tetap di MPK Universitas Sanata Dharma untuk mengajar agama Islam sejak 2003 sampai sekarang.