

Editor
Susi Ivvaty
Faqihuddin Abdul Kodir

Buku ini tidak hanya menjadi syarah atas Kitab Manba' as-Sa'adah, tentang relasi kebahagiaan pasangan suami istri, yang aku tulis tahun 2011 untuk kalangan pesantren. Melainkan, ia melengkapi perspektif dan pengetahuan dengan basis pengalaman nyata perempuan. Hal ini selaras dengan mandat Metodologi Fatwa Kongres Ulama Perempuan Indonesia (KUPI). Buku ini penting dan wajib baca, terutama bagi mereka yang ingin mengikuti gerakan KUPI ini.

Faqihuddin Abdul Kodir (Penulis Kitab Manba' as-Sa'adah)

Tema-tema dalam buku ini adalah tema yang biasa dibahas di pengajian, kajian, seminar dan halaqah. Yang luar biasa adalah perspektif, bahasan dan cara pembahasan yang berbasis dalil dan pengalaman perempuan. Lebih dari itu buku ini juga menginformasikan bahwa ulama perempuan Indonesia itu banyak, lintas generasi, eksis dan kontributif dalam penyebaran dan pengembangan ilmu agama di Indonesia. Oleh karena itu buku ini sangat penting dan perlu dibaca.

Nyai Hj. Badriyah Fayumi (Ketua Majelis Musyawarah KUPI dan Pengasuh Pesantren Mahasina Bekasi)

Membaca buku ini seakan membawa kita pada kegiatan ngaji yang seru disertai diskusi yang nyata dan bukan sekedar membaca. Ulasan penulis hampir bisa menghadirkan kembali suasana ngaji tersebut. Pengalaman menarik dari para Ulama Perempuan dalam menyampaikan materi yang beragam dapat membuat pembaca berguru sekaligus pada 20 orang tersebut. benar-benar sebuah buku yang berada pada posisi paket komplit. Selamat membaca.

Evi Muafiah (Rektor IAIN Ponorogo)

Buku ini merekam salah satu kerja gerakan mubadalah, berupa kelas intensif Ramadan 20 ulama perempuan, yang mengupas tuntas Kitab Manba' as-Sa'adah, karya Kang Faqih Abdul Kodir. Ini kerja yang berkelindan, ilmiah sekaligus amaliah, bereaksi terhadap kemungkaran, menyebarkan kemakrufan, mencegah keburukan, dan menganjurkan kebaikan. Buku yang bagus, kegiatan yang kereeeen. Selamat. Maju terus Mubadalah.

Susi Ivvaty (Founder Alif.Id)

Menyelami Telaga, Kebahagiaan

BERSAMA 20 ULAMA PEREMPUAN

Tidak Untuk
Disebarkan!!!



INTERPRETASI
BERBASIS PENGALAMAN
ATAS KITAB MAMBA' AS-SA'ADAH

Menyelami Telaga Kebahagiaan

BERSAMA 20 ULAMA PEREMPUAN

*Interpretasi berbasis
pengalaman atas
Kitab Manba' as-Sa'adah*



mubadalah.id
Inspirasi Keadilan Relasi

**Undang-Undang Republik Indonesia
Nomor 19 Tahun 2002 tentang Hak Cipta**

**Lingkup Hak Cipta
Pasal 2:**

1. Hak Cipta merupakan hak eksklusif bagi Pencipta atau Pemegang Hak Cipta untuk mengumumkan atau memperbanyak ciptaannya, yang timbul secara otomatis setelah suatu ciptaan dilahirkan tanpa mengurangi pembatasan menurut peraturan perundang-undangan yang berlaku.

**Ketentuan Pidana
Pasal 72:**

1. Barangsiapa dengan sengaja atau tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan atau denda paling sedikit Rp. 1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan atau denda paling banyak Rp. 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)
Menyelami Telaga Kebahagiaan Bersama 20 Ulama Perempuan:
Interpretasi Berbasis Pengalaman atas Kitab Manba' as-Sa'adah

Penulis: Ahmad Asrof Fitri, Hifni Septina Carolina, Zahra Amin, Ahmad Murtaza MZ, Siti Maisaroh, Sulma Samkhaty Maghfiroh, Fachrul Misbahudin, Tia Istianah, Ainur Rosyidah, Ahmad Dirgahayu Hidayat, Hasna Azmi Fadhilah, Zahra Arifia Shaumi, Lailatuzzuhriyah, Neng Eri Sofiana, 'Ainul Luthfia Al Firda, Lutfiana Dwi Mayasari, Vevi Alfi Maghfiroh, Fitri Nurajizah, Neny Muthi'atul Awwaliyah, Anam Mutholib
Copyright ©2021 All rights reserved

Editor : Susi Ivvaty, Faqih Abdul Kodir
Ilustrasi Sampul : Tim Mubadalah.id
Tata Letak : Hakam Alghivari

Cetakan I, Agustus 2021
xvi+323 hal: 14,5 x 20,5 cm
ISBN: 978-623-6363-13-3

Diterbitkan:

Mubadalah.id dan Yayasan Fahmina

Jl. Swasembada No.15, Karyamulya, Kec. Kesambi,
Kota Cirebon, Jawa Barat 45132

Email: redaksi@mubadalah.id

Whatsapp: 081231995922

Fanspage: Mubadalah.id

Instagram: Mubadalah.id

Twitter: Mubadalah.id

Buku ini didedikasikan kepada seluruh individu penggerak jaringan Kongres Ulama Perempuan Indonesia (KUPI) yang tak pernah lelah mendakwahkan dan mengamalkan ajaran keislaman yang lurus, damai, dan adil dalam relasi laki-laki dan perempuan.

Testimoni

“Buku ini tidak hanya menjadi syarah (penjelasan) atas Kitab Manba’ as-Sa’adah, tentang relasi kebahagiaan pasangan suami istri, yang aku tulis tahun 2011 untuk kalangan pesantren. Melainkan, ia melengkapi perspektif dan pengetahuan dengan basis pengalaman nyata perempuan. Hal ini selaras dengan mandat Metodologi Fatwa Kongres Ulama Perempuan Indonesia (KUPI). Buku ini penting dan wajib baca, terutama bagi mereka yang ingin mengikuti gerakan KUPI ini.”

Faqihuddin Abdul Kodir - Penulis Kitab Manba’ as-Sa’adah

“Buku ini merekam salah satu kerja gerakan mubadalah, berupa kelas intensif Ramadan 20 ulama perempuan, yang mengupas tuntas Kitab Manba’ as-Sa’adah, karya Kang Faqih Abdul Kodir. Ini kerja yang berkelindan, ilmiah sekaligus amaliah, bereaksi terhadap kemungkaran yang sekaligus menyebarkan kemakrufan, dan mencegah keburukan dengan sekaligus menganjurkan kebaikan. Semua itu dengan bekal ilmu yang mumpuni. Buku yang bagus, kegiatan yang kereeen. Selamat. Maju terus Mubadalah.”

Susi Ivvaty - Founder Alif.id

“Tema-tema dalam buku ini adalah tema yang biasa dibahas di pengajian, kajian, seminar dan halaqah. Yang luar biasa adalah perspektif, bahasan dan cara pembahasan yang berbasis dalil dan pengalaman perempuan. Lebih dari itu buku ini juga menginformasikan bahwa ulama perempuan Indonesia itu banyak, lintas generasi, eksis dan kontributif dalam penyebaran dan pengembangan ilmu agama di Indonesia. Oleh karena itu buku ini sangat penting dan perlu dibaca.”

Nyai Hj. Badriyah Fayumi, Lc. MA - Ketua Majelis Musyawarah KUPI dan Pengasuh Pesantren Mahasina Bekasi

“Membaca buku ini seakan membawa kita pada kegiatan ngaji yang seru disertai diskusi yang nyata dan bukan sekedar membaca. Ulasan yang disampaikan para penulis hampir bisa menghadirkan kembali suasana ngaji via zoom yang dilaksanakan pada Ramadhan 1442 kemarin. Buku ini dapat menemani waktu senggang pembaca untuk hadir dalam sebuah kajian namun dalam suasana yang berbeda, yaitu membaca. Pengalaman menarik dari para Ulama Perempuan dalam menyampaikan materi yang berbeda-beda dengan cara yang beragam dapat membuat pembaca berguru sekaligus pada 20 orang tersebut. benar-benar sebuah buku yang berada pada posisi paket komplit. Selamat membaca.”

Evi Muafiah, M. Ag - Rektor IAIN Ponorogo

Kata Pengantar

Ilmiah dan Amaliah Mubadalah,
Jangan Sampai Patah

Kata mubadalah kerap mengingatkan saya pada Shalawat Musawah, yang pernah dilantunkan dengan merdu dan memukau 1.280 hadirin, termasuk para perempuan ulama manca negara dalam Kongres Ulama Perempuan Indonesia, April 2017. Kampanye dalam wujud lantunan syair atau sesuatu yang berirama memang mudah bergaung dan digaungkan, juga tidak sulit untuk “dipanggil kembali” ketika terlupa.

“Allah telah menciptakan keduanya, laki-laki dan perempuan dari diri yang satu dan sama, kemudian Dia ciptakan dari keduanya manusia laki-laki dan perempuan.

Sungguh, kita tidak akan pernah bisa menyaksikan kehidupan sejahtera, tanpa kerja keras kita semua, laki-laki dan perempuan

Sungguh, kita tidak akan pernah bisa merasakan keadilan dalam hidup, jika tanpa keadilan untuk kita semua, laki-laki dan perempuan”.

Nukilan Shalawat Musawah karya Kang Faqihuddin

Abdul Kodir tersebut, sejatinya merupakan payung besar yang melingkupi beragam praktik mubadalah antara perempuan dan lelaki, sekaligus merupakan hasil dari perilaku mubadalah itu sendiri. Penciptaan manusia, kerja keras, keadilan, dan kesejahteraan. Jika penghayatan mubadalah dapat dilakukan di setiap keluarga, bukan tidak mungkin keadilan yang diharapkan dapat dirasakan lebih luas, di dalam kehidupan bermasyarakat dan berbangsa. Adil serta sejahtera.

Akan tetapi, mewujudkan keseimbangan tidaklah semudah mengunyah bubur ayam atau segampang mendongakkan kepala. Bahkan adil pun masih memunculkan banyak perdebatan: adil yang bagaimana? Adil buat siapa? Kehidupan dalam keluarga dan masyarakat di Indonesia saat ini --nyatanya-- memang belum mencapai “tataran ideal komunitas”, sehingga kampanye mubadalah menjadi penting untuk terus dilakukan.

Hanya dengan melihat sekeliling kita, melalui berbagai pemberitaan, melalui banyak laporan ke aparat, melalui beragam keluhan-kesah ke lembaga nonpemerintah, hingga melalui aneka “curahan hati” teman, sahabat, atau kerabat, kita tahu masih terjadi banyak ketimpangan. Pernikahan dini, kekerasan dalam rumah tangga, pelecehan seksual, hingga perusakan alam dalam konteks ketimpangan sosial.

Oleh karena itu, ketika Mubadalah.id bekerjasama dengan Rahima, WeLead, dan Fahmina Institute menggelar

“kupas tuntas” kitab *Manba’ as-Sa’adah* (Telaga Kebahagiaan untuk Relasi Pernikahan) karya Kang Faqihuddin Abdul Kodir, kita patut bergembira. Kegiatan yang dilakukan pada bulan Ramadan, April 2021 tersebut bertajuk “Kelas Intensif Ramadhan: 20 Hari Ngaji Kitab *Manba’ as-Sa’adah* bersama 20 Ulama Perempuan Nusantara”.

Sebanyak 20 ulama perempuan mengulas dan membaca kembali *Manba’ as-Sa’adah*, tidak sekadar menerangkan isi kitab namun juga memberikan penajaman melalui pandangan mereka sebagai ulama dan perempuan. Sejumlah narasumber bahkan membagikan pengalaman pribadinya, sehingga memberi nilai lebih kegiatan ini. Pengalaman narasumber dapat menjadi cermin untuk kita berefleksi.

Kajian dalam kelas intensif tersebut sudah direkam dalam bentuk video dan diunggah ke YouTube. Akan tetapi, materi tersebut menjadi bermakna lain ketika dinarasikan kembali dalam rangkaian kalimat dan disusun menjadi buku. 20 perempuan ulama membahas kitab dan “diliput” oleh dua puluh penulis yang menjadi peserta kajian. 20 santri tersebut menempatkan dirinya sebagai “wartawan” yang datang ke suatu acara lantas mencatat peristiwa tersebut. Mereka juga memasukkan impresi diri serta pengayaan data. Alhasil, hasil “liputan” mereka dapat disebarluaskan kepada khalayak. Saya merasa gembira dapat menjadi bagian dari tim ini untuk

sekadar memberi masukan-masukan.

Konten audio-visual berubah bentuk menjadi tulisan, sebaliknya tulisan diubah menjadi konten audio. Novel dialihwahanakan menjadi film. Konten YouTube dikomentari menjadi konten Podcast. Hal-hal semacam itu adalah lumrah pada zaman kini. Alih wahana menjadi suatu cara untuk sosialisasi atau distribusi konten agar dapat menyasar pasar yang sesuai dan dibutuhkan. Dalam hal ini, “petuah” hidup berdasar kesalingan pun butuh untuk disebarluaskan.

Saya teringat pernyataan (alm) Nurcholis Madjid mengenai *amar makruf* dan *nahi mungkar*. Menurut Cak Nur, kepekaan orang terhadap apa yang buruk dan salah itu lebih tajam daripada kepekaan terhadap apa yang baik dan benar. Maka itu kegiatan *nahi mungkar* selalu lebih berkobar, berbeda dengan *amar makruf* yang umumnya bersifat tekun. *Nahi mungkar* banyak bertumpu pada semangat, sedangkan *amar makruf* lebih bertumpu pada akal serta pertimbangan keilmuan.

Ilmiah dan amaliah, dua itu harus berkelindan. Itu saya lihat dalam berbagai kegiatan yang digawangi kang Faqihuddin Abdul Kodir. Ia bereaksi terhadap kemungkaran (kalau perlu mengecam dengan santun), serta menyebarkan kemakrufan dengan bekal ilmu yang mumpuni. Saya rasa, kelas intensif Ramadan kupas tuntas kitab *Manba' as-Sa'adah* itu melingkupi keduanya, mencegah keburukan yang menganjurkan kebaikan.

Apalagi, kegiatan itu sudah berbuah buku ini, semakin kereeen.
Maju terus mubadalah.

*Jangan pernah merasa sendiri, karena semesta ada dalam
dirimu (Jalaluddin Rumi)*

Jakarta, 27 Juni 2021

**Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!**

Susi Ivvaty
founder alif.id

Daftar Isi

V Testimoni

VII Kata Pengantar

XII Daftar Isi

1 Nyai Rahmi Kusbandiyah:

Hak Tubuh Mengonsumsi Makanan Sehat dan Halalan Thayyiban

Penulis: Ahmad Asrof Fitri

Pangan Sebagai Kebutuhan Dasar, Standar Halal dan Thayyib, Konsumsi Makanan Tanpa Berlebihan, Peran Istri Mengupayakan Kehalalan, Profil Nyai Rahmi Kusbandiah.

16 Nyai Mujiha Wijayati:

Hak Tubuh: Hak atas Istirahat yang Cukup

Penulis: Hifni Septina Carolina

Pola Tidur hingga Kesehatan Mental: Sejumlah Pertanyaan.

31 Nyai Pera Shopariyanti:

Memenuhi Kebutuhan Hasrat Seksual Manusia, yang Halal dan Baik Sesuai dengan Tuntunan Al-Qur'an dan Hadits

Penulis: Zahra Amin

Interaksi dengan Peserta, Respon Narasumber.

47 Nyai Yulianti Muthmainnah:

Merencanakan Pernikahan yang Mubadalah dengan Landasan Takwa, Maslahah, dan Ta'aruf

XII Menyelami Telaga Kebahagiaan

Penulis: Ahmad Murtaza MZ

Dasar Pernikahan adalah Takwa, Empat Poin Penting, Peserta Bertanya Nyai Yuli Menjawab.

64 Nyai Awanillah Amva

Pernikahan: Akad Kerjasama dan Kesalingan

Penulis: Siti Maisaroh

Akad Nikah transaksi Kesalingan, Izin Bersenang-senang, Sejumlah Pertanyaan dari Peserta.

79 Nyai Shofi Puji Astiti

Mu'asyarah bil Ma'ruf Pasangan Suami Istri: Musyawarah, Komunikasi, dan Diskusi

Penulis: Sulma Samkhaty Maghfiroh

Pernikahan adalah Akad Bersama.

95 Nyai Siti Rofiah

Membangun Relasi Perkawinan Tanpa Kekerasan: Akhlak menjadi Landasan

Penulis: Fachrul Misbahudin

Siti Rofiah: Terbiasa di Lingkungan Homogen, Akhlak yang Baik, Sejumlah Pertanyaan: Dari Foto di Medsos Hingga KDRT.

110 Nyai Hindun Anisah

Hak Bersama dalam Mewujudkan Kesenangan Seksual

Penulis: Tia Isti'anah

Profil Nyai Hindun, Mengapa Isu Kesenangan Seksual Penting Diangkat, Siapa yang Berhak Pada Kesenangan Seksual, Pentingnya Perhatian Pada Kebutuhan Khas Perempuan, Berhiaslah Ketika Akan Melakukan Hubungan Seksual, Prinsip yang Tidak Dapat Dilanggar, Diskusi yang Berkembang.

125 Nyai Hj. Umi Hanik

**Memelihara dan Mendidik Anak adalah
Tanggung Jawab Bersama Ayah dan Ibunya**

Penulis: Ainur Rosyidah

*Anak adalah anugerah, Cara Mendidik Anak, Sejumlah
Pertanyaan dari Para Santri, Profil Nyai Hj. Umi Hanik.*

141 Nyai Hj. Arikhah:

**Menuju Rumah Tangga Sehat, Melalui
Anggota Keluarga yang Afiat**

Penulis: Ahmad Dirgahayu Hidayat

*Kesehatan Diri Kesehatan Keluarga, Hak Tubuh yang Harus
Dipenuhi.*

155 Nyai Usfiyatul Mariu'ah:

**Taharah dan Membangun Keluarga Bahagia:
Apa Relevansinya?**

Penulis: Hasna Azmi Fadhilah

*Keutamaan dan Hikmah Bersuci, Perkara Kosmetik dan
Batalnya Wudhu, Tidak Berlebihan.*

172 Nyai Khotimatul Husna:

**Kesehatan Reproduksi dalam Perkawinan,
Tugas Bersama Suami-Istri**

Penulis: Zahra Arifha Shaumi

*Definisi Sehat dan Kesehatan Reproduksi, Sosialisasi Kesehatan
Reproduksi, Dalil-dalil Normatif dalam Menjaga Kesehatan
Reproduksi, Tuntunan Syara' dalam Menjaga Kesehatan
Reproduksi, Tugas Negara dalam Memenuhi Hak Kesehatan
Reproduksi Masyarakat, Sejumlah Pertanyaan Terkait Kesehatan
Reproduksi, Profil Nyai Khotimah Husna.*

- 187 Nyai Nur Mahmudah:**
Pentingnya Menjaga Kebersihan dan Kesehatan Alat Reproduksi
Penulis: Lailatuzz Zuhriyah
Kesehatan Reproduksi secara Menyeluruh, Perempuan Menjaga Kesehatan Alat Reproduksi, Dialog Interaktif dengan Peserta, Respon Narasumber.
- 205 Nyai Farida Ulvi Na'imah:**
Khitan Hanya Bagi Laki-Laki, Tidak Untuk Perempuan
Penulis: Neng Eri Sofiana
Khitan dan Manfaatnya, Hukum Khitan dalam Islam, Profil Nyai Ulvi Na'imah.
- 221 Nyai Hj Umdatul Choirot**
Hukum Onani dan Masturbasi: Darurat, Terpaksa, atau Ketagihan?
Penulis: Ainul Luthfia Al-Firda
Kreativitas Seksual yang Murah dan Mudah, Hukum Istimna', Istimna' pada Perempuan, Profil Nyai Umdatul Choirot,
- 236 Nyai Hj. Evi Muafilah:**
Problematika Haid dan Kemuliaan Manusia
Penulis: Luthiana Dwi Mayasari
Tabu haid dan Kemuliaan Perempuan, Siklus Haid dan Pengalaman Haid Santri Mubadalah, Mitos-mitos Perempuan Haid.
- 250 Nyai Raudlatun:**
Masa Kehamilan, Melahirkan, dan Menyusui: Berat tapi Membahagiakan
Penulis: Vevi Alfi Maghfiroh
Apa yang Boleh dan Tidak Boleh Dilakukan Pada Perempuan Hamil, Hukum Berpuasa bagi Ibu Hamil dan Menyusui,

Bersenggama, Mual Hamil, Hingga Anggapan Masyarakat, Biografi Narasumber.

267 Nyai Isti'anah Ghazali:

**Memakai Alat Kontrasepsi dalam Islam:
Menolak Mudarat, Istri Terlindungi**

Penulis: Fitri Nurajizah

Alat Kontrasepsi dalam Pandangan Islam, Dalil yang Membolehkan 'Azal, Dalil yang Melarang Melakukan 'Azal, Bagaimana Hukum Mencegah Kehamilan Selain dengan Metode 'Azal, Siapa yang Berhak Memakai Alat Kontrasepsi, Interaksi Ibu Nyai Isti'anah dengan Peserta Kelas Intensif Ramadhan, Profil Nyai Isti'anah Ghazali.

282 Nyai Hj. Fathonah K. Daud

**Hukum Aborsi dalam Kajian Kitab Mamba'
as-Sa'adah**

Penulis: Neny Muthi'atul A

Profil Nyai Hj. Fathonah K. Daud, Pengertian Aborsi, Proses terjadinya Anak dan Tingkat Jinayah, Macam-macam Aborsi dalam Kitab Mamba' as-Sa'adah, Pendapat Fuqoha Mengenai Aborsi, Menyikapi Aborsi, Peserta Bertanya Nyai Fathonah Menjawab.

300 Nyai Silvia Rahmah:

**Memasuki Masa Menopause dan Andropause:
Pasrah atau Mengeluh?**

Penulis: Anam Mutholib

Menopause dan Andropause Pasti Terjadi, Sunatullah yang Patut Disyukuri, Profil Nyai Silvia Rahmah.

317 Profil Penulis



Nyai Rahmi Kusbandiyah:

Hak Tubuh Mengonsumsi Makanan Sehat dan Halalan Thayyiban

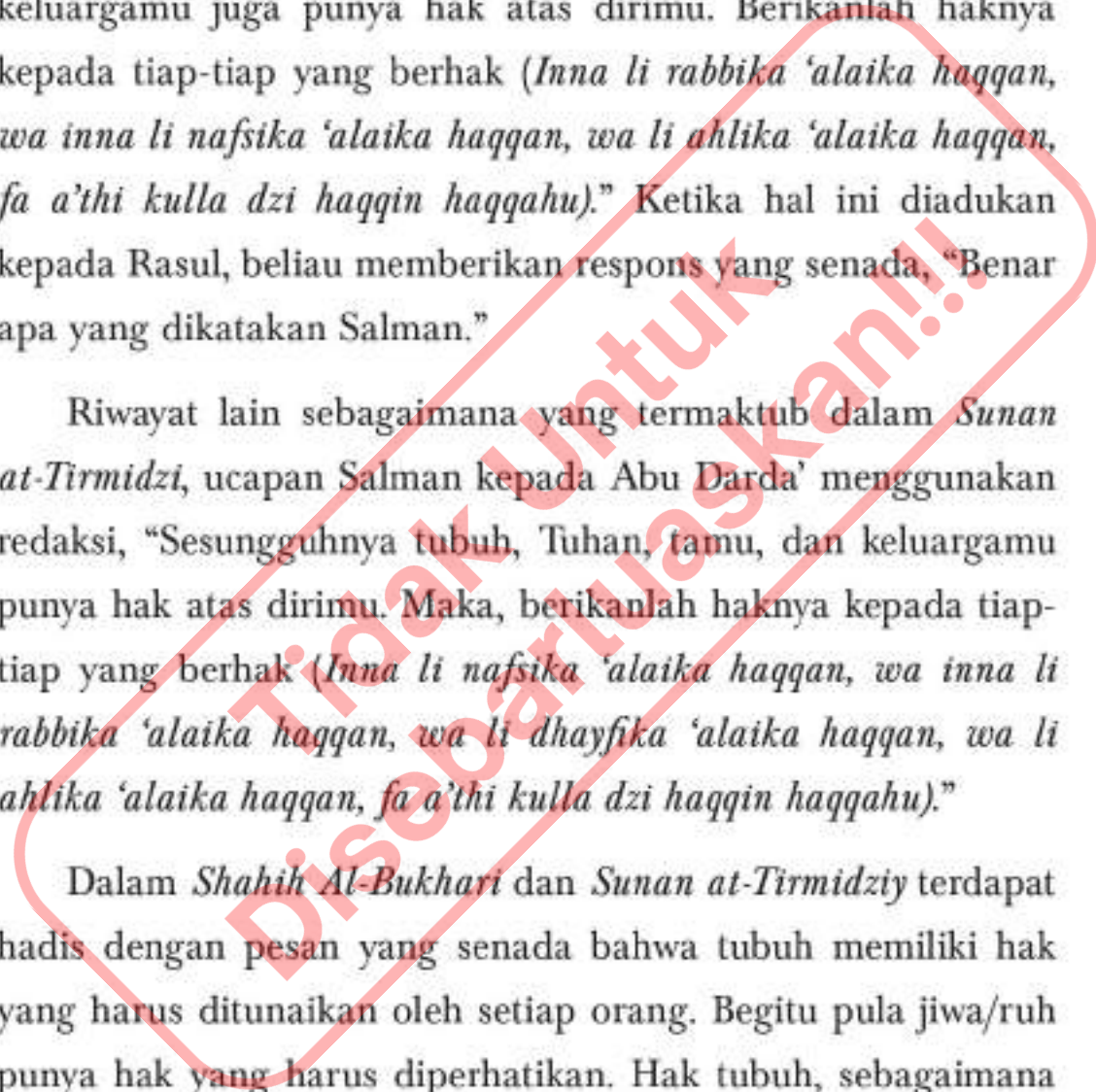
Penulis: Ahmad Asrof Fitri

Di bagian awal kitab *Manba' as-Sa'adah*, dikutip satu hadis yang menyatakan bahwa Rasulullah Saw mempersaudarakan Salman Al-Farisi dan Abu Darda'. Ketika Salman berkunjung ke rumah Abu Darda', istri Abu Darda' yang terlihat muram mengadukan perangai suaminya itu kepada Salman. Abu Darda' seolah tak butuh lagi urusan dunia, ucapnya. Ia selalu beribadah terus-menerus hingga "lupa daratan". Siang puasa, malamnya *qiyamul lail*. Tak ada waktu untuk keluarga, apalagi istri.

Akhirnya Salman pun mengambil sikap. Saat disuguhi makanan, Salman tak berkenan mengambil secuil pun sampai Abu Darda' membatalkan puasanya dan ikut makan bersamanya. Begitu pula ketika malam tiba, ia mengajak Abu Darda' tidur. Baru kemudian saat memasuki sepertiga malam

terakhir, ia membangunkan Abu Darda' untuk salat tahajjud bersamaan.

Sebelum mengakhiri kunjungannya, Salman sempat mengingatkan Abu Darda', "Sesungguhnya Tuhan, tubuh, dan keluargamu juga punya hak atas dirimu. Berikanlah haknya kepada tiap-tiap yang berhak (*Inna li rabbika 'alaika haqqan, wa inna li nafsika 'alaika haqqan, wa li ahlika 'alaika haqqan, fa a'thi kulla dzi haqqin haqqahu*)." Ketika hal ini diadukan kepada Rasul, beliau memberikan respons yang senada, "Benar apa yang dikatakan Salman."

Riwayat lain sebagaimana yang termaktub dalam *Sunan at-Tirmidzi*, ucapan Salman kepada Abu Darda' menggunakan redaksi, "Sesungguhnya tubuh, Tuhan, tamu, dan keluargamu punya hak atas dirimu. Maka, berikanlah haknya kepada tiap-tiap yang berhak (*Inna li nafsika 'alaika haqqan, wa inna li rabbika 'alaika haqqan, wa li dhayfika 'alaika haqqan, wa li ahlika 'alaika haqqan, fa a'thi kulla dzi haqqin haqqahu*)." 

Dalam *Shahih Al-Bukhari* dan *Sunan at-Tirmidziy* terdapat hadis dengan pesan yang senada bahwa tubuh memiliki hak yang harus ditunaikan oleh setiap orang. Begitu pula jiwa/ruh punya hak yang harus diperhatikan. Hak tubuh, sebagaimana dijelaskan oleh hadis, ada tiga, antara lain: mengonsumsi makanan yang sehat, mendapatkan istirahat yang cukup, dan memenuhi kebutuhan seksual.

Pangan sebagai Kebutuhan Dasar

Tema mengonsumsi makanan halal ini dibahas dengan menarik oleh Ibu Nyai Rahmi Kusbandiah dalam “Kelas Intensif Ramadhan Bersama 20 Ulama Perempuan Nusantara” yang digelar oleh Mubadalah.id, bekerja sama dengan Rahima dan Fahmina Institute. Bu Nyai Rahmi mengupas tema “Hak Tubuh: Mengonsumsi Makanan Sehat dan Halalan Thayyiban” dalam bab pertama kitab *Manba' as-Sa'adah*.

Dalam pandangan Bu Nyai, kitab karya kang Faqihuddin Abdul Kodir ini sangat penting untuk dijadikan referensi dalam membangun relasi keluarga yang sehat, adil, dan bertanggung jawab antar suami-istri, sehingga terwujud keluarga yang bahagia dan maslahah. Dengan mengkaji kitab *Manba' as-Sa'adah*, menurut beliau, akan terbangun kesadaran individu dan sosial secara tertata dengan tetap mengedepankan nilai nilai religi dan berkemanusiaan.

Adalah tepat menampilkan Bu Nyai Rahmi untuk membahas topik ini, mengingat ia adalah Koordinator Dai Kesehatan Kota Mataram, Lombok, Nusa Tenggara Barat. Ia memang aktif mengampanyekan pola hidup sehat kepada umatnya tentang konsumsi makanan halal dan thayyib menjadi satu perhatian dan kepeduliannya yang kerap ia sampaikan dalam berbagai kesempatan.

Pangan menjadi kebutuhan elementer dalam hidup manusia.

Dalam beragam wujudnya, baik berupa makanan maupun minuman, asupan nutrisi diperlukan tubuh untuk menunjang aktivitas dan metabolisme. Tak heran, persoalan ini mendapat perhatian khusus dari teks-teks suci keagamaan.

Secara umum, ayat Al-Qur'an dan hadis yang berbicara tentang konsumsi selalu mengarah pada pola makan yang baik, entah itu dari segi agama maupun medis. Status baik, dalam tinjauan agama, diistilahkan dengan halal. Sementara dari segi kesehatan, digunakan nama thayyib. Karena itu, dua aspek inilah yang mesti dijadikan acuan dan pedoman bagi setiap muslim dalam mengawal urusan perutnya.

Mengonsumsi makanan halal dan thayyib merupakan hak tubuh yang wajib ditunaikan. Allah memberikan penekanan serius mengenai persoalan ini. Terbukti, perintah mengonsumsi hanya sesuatu yang halal dan thayyib disebutkan berulang kali dalam beberapa ayat, antara lain QS. Al-Baqarah ayat 168 dan 172, Al-Maidah ayat 88, Al-Anfal ayat 69, dan An-Nahl ayat 114.

Demikian halnya dalam hadis, Rasulullah mengaitkan status diterima atau ditolaknya doa seorang hamba dengan apa yang masuk ke perutnya. Jika yang dimakan haram, meski ia penat berdoa hingga berpeluh keringat walaupun menjadi musafir --padahal kondisi safar meningkatkan presentase makbulnya doa--, permohonannya kepada Allah tetap tidak akan diijabah.

Dalam hadis lain, dikisahkan seorang sahabat memiliki

anak yang “kurang beradab”. Saat ditanya Nabi, ternyata musababnya lantaran saat istrinya hamil, sahabat tersebut memberi makan dari sumber yang tidak halal. Maka, konsumsi halal amat penting kaitannya dalam usaha membangun kesalehan keluarga, khususnya keturunan.

Standar Halal dan Thayyib

Lantas, apa standar kehalalan suatu makanan atau minuman? Halal, berarti, makanan dan minuman itu boleh dikonsumsi menurut ketentuan syariat, baik dari segi esensi atau dzat maupun prosesnya. Dalam aspek *dzatiah*, status kehalalan ini dijelaskan oleh ayat Al-Qur'an maupun hadis. Meski secara redaksional *nash-nash* tersebut lebih banyak berbicara mengenai jenis sumber pangan yang haram dikonsumsi, maka dengan menggunakan mafhum mukhalafah, selain yang diharamkan itu berarti halal dinikmati.

Dalam Surat Al-Maidah ayat 3, misalnya, dijelaskan apa saja jenis bahan makanan yang diharamkan, yaitu bangkai, darah, daging babi, dan daging hewan yang disembelih bukan atas nama Allah. Serta hewan yang tercekik, yang dipukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan yang diterkam binatang buas, kecuali yang sempat disembelih. Dan juga hewan yang disembelih untuk persembahan atau sesajen berhala.

Lebih detail lagi di dalam hadis dijelaskan jenis-jenis hewan yang haram dikonsumsi dengan berbagai kriteria, di antaranya:

(1) binatang najis dan turunannya; (2) binatang yang hidup di dua alam; (3) binatang bertaring; (4) burung bercakar tajam; (5) binatang menjijikkan; (6) tikus; (7) kalajengking; (8) ular; (9) tokek/cicak; dan sebagainya. Meski jika menilik pendapat dari berbagai ulama madzhab, dalam hal ini madzahib arba'ah, tentu akan muncul silang pendapat pada jenis-jenis hewan tertentu.

Dari golongan minuman atau benda cair, sebagaimana disebutkan dalam surat Al-Maidah ayat 90, yang jelas dilarang adalah yang masuk kategori khamr. Sementara definisi khamr, menurut hadis Nabi, ialah *kullu muskir*, segala sesuatu yang memabukkan atau yang bisa menghilangkan kesadaran akal, baik digunakan dalam jumlah banyak maupun sedikit. Dari sini, berbagai macam minuman yang sekiranya mengandung alkohol dalam kadar tertentu yang dapat memabukkan, maka tergolong khamr.

Bagi orang awam, melakukan penelitian ilmiah untuk menguji ada tidaknya bahan haram dalam makanan atau kadar alkohol dalam minuman tentu sulit dilakukan. Maka, pemerintah berupaya memastikan kehalalan berbagai produk yang beredar di pasaran dengan mengeluarkan regulasi berupa Undang-Undang Nomor 33 Tahun 2014 tentang Jaminan Produk Halal (UU JPH).

Secara lebih tegas, pada Pasal 4 dalam UU tersebut termaktub kalimat, "Produk yang masuk, beredar, dan diperdagangkan di wilayah Indonesia wajib bersertifikat halal." Dikecualikan dari

pasal ini yaitu produk yang jelas keharamannya, sebagaimana dijelaskan lebih lanjut pada pasal 26. Sebagai representasi dari para cendekiawan muslim, Majelis Ulama Indonesia (MUI) mengemban mandat penting dalam mengawal pelaksanaan UU tersebut. Yakni, dengan mengeluarkan penetapan status hukumnya melalui sertifikat halal.

Implementasinya, pengkajian mengenai persoalan sertifikasi halal secara khusus diemban oleh Lembaga Pengkajian Pangan Obat-obatan dan Kosmetika (LPPOM) yang berada di bawah MUI. Dengan adanya ketetapan halal ini, kaum muslimin akan mudah membedakan, mana produk yang boleh dipakai maupun yang haram berdasarkan logo halal yang tertera pada kemasan.

Sementara *thayyib*, secara bahasa bermakna baik. Artinya, makanan yang halal itu bila dikonsumsi akan menimbulkan dampak positif. Atau, dari segi medis, dapat pula diartikan menyehatkan dan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Tidak berlebihan dan tidak kekurangan.

Parameter *thayyib*, secara umum, bisa memakai dua pendekatan. *Pertama*, ilmiah-konstitusional, atau berdasarkan pada ilmu pengetahuan yang dikaji oleh lembaga yang berkompeten, serta dijadikan tolak ukur. Sebagai contoh, secara kelembagaan, representasi pemerintah selaku *ulil amri* untuk menjamin kualitas produk dari segi keamanan medis adalah Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). Maka, barang konsumsi yang telah mendapat izin dari BPOM, telah

dinyatakan layak, thayyib, atau minimal berisiko rendah.

Kedua, ilmiah-personal, atau mengacu pada kondisi ilmiah medis dari tiap individu. Penderita hipertensi dan kolesterol tinggi, misalnya, harus benar-benar membatasi konsumsi daging kambing, meskipun dari segi fiqih, hukum asalnya adalah halal. Namun, karena berpotensi menyebabkan masalah kesehatan, maka menjadi tidak thayyib. Demikian pula konsumsi gula bagi penderita diabetes. Meski gulanya halal, jika dinikmati akan menyebabkan masalah kesehatan yang serius, statusnya dinyatakan tidak thayyib, sehingga lebih baik dihindari.

Konsumsi Makanan Tanpa Berlebihan

Andai seseorang muslim sudah makan dan minum yang halal dan sehat, ternyata itu pun belum tentu dianggap sempurna. Persoalan berikutnya yang perlu diperhatikan ialah ihwal proporsi. Sejauh mana ia dapat mengendalikan nafsu makannya, juga tak luput dari perhatian syariat.

Dalam surat Al-Araf 31, misalnya, perintah makan dan minum diiringi larangan agar tidak berlebihan.

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

“Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang

berlebih-lebihan.”

Ukuran tidak berlebihan ini dapat dilihat penjelasannya dalam hadis berikut:

مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ حَسْبُ الْآدَمِيِّ لَقِيمَاتٍ يُقْمَنُ صُلْبَهُ فَإِنْ غَلَبَتْ
الْآدَمِيَّ نَفْسُهُ فَتَلْتٌ لِلطَّعَامِ وَتَلْتٌ لِلشَّرَابِ وَتَلْتٌ لِلنَّفْسِ (رواه ابن ماجه)

“Tidak ada bejana yang diisi oleh manusia yang lebih buruk dari perutnya, cukuplah baginya memakan beberapa suapan sekedar dapat menegakkan tulang punggungnya (memberikan tenaga), maka jika tidak mau, maka ia dapat memenuhi perutnya dengan sepertiga makanan, sepertiga minuman dan sepertiga lagi untuk bernafas.”

Status thayyib makanan itu juga ditentukan oleh cara seseorang mengonsumsinya. Membiasakan diri dan keluarga dengan pola konsumsi yang baik dan tidak berlebihan menjadi bagian penting untuk mendidik anak agar menjadi generasi yang bijak, minimal dalam menikmati sajian.

Ikhtiar Suami dari Proses yang Halal

Mengupayakan konsumsi halal menjadi tugas utama dari suami. Kedudukannya sebagai pencari nafkah dan tulang punggung ekonomi keluarga menuntut suami bersikap hati-hati dalam mencari maisyah. Proses yang menyertainya perlu diperhatikan secara cermat, agar tidak menyimpang dari garis tuntunan syariat. Karena itu, pengetahuan tentang hukum

muamalah wajib dikuasai.

Dalam berdagang, misal, perlu diketahui banyak aspek yang menentukan keabsahan dan keberkahan jual-beli. Di antaranya kerelaan dari masing-masing pihak penjual dan pembeli ('an taradhin), kejelasan informasi secara berimbang ('adamul gharar), ketiadaan riba, serta penghindaran dari berbagai praktik kecurangan: manipulasi, eksploitasi, dan spekulasi.

Di masa Rasul, pernah terjadi kasus yang diduga mengindikasikan adanya kecurangan dalam transaksi dagang. Ketika sidak di pasar, Nabi memasukkan tangannya ke dalam bahan pangan yang dijual seorang pedagang. Didapati oleh beliau, bagian dalam bahan pangan itu basah.

Si pedagang berdalih bahwa makanan tersebut kehujanan. Namun, Nabi mempertanyakan kenapa bagian yang basah itu tidak diletakkan di atas. Lantas, beliau memberi peringatan keras:

مَنْ غَشَّ فَلَيْسَ مِنِّي. (رواه مسلم)

"Siapa yang berbuat curang tidak termasuk umatku."

Bahkan, saking pentingnya menghadirkan kerelaan dari para pihak, pembeli diberi hak khiyar, hak untuk memilih dan meneliti kualitas barang sebelum benar-benar memutuskan untuk lanjut ke tahap sepakat dan melakukan pembayaran.

Rasulullah Shallallahu alaihi wa sallam juga bersabda:

الْبَيْعَانِ بِالْخِيَارِ مَا لَمْ يَتَفَرَّقَا، فَإِنْ صَدَقَا وَبَيْنَا بُرْكَ لُحْمًا فِي بَيْعِهِمَا، وَإِنْ كَتَمَا
وَكَذَبَا مُحِقَّتْ بَرَكَةُ بَيْعِهِمَا. (متفق عليه)

“Penjual dan pembeli masih memiliki hak khiyar selama mereka belum berpisah. Jika keduanya jujur dan menjelaskan apa adanya, maka keduanya diberkahi dalam jual belinya. Jika keduanya menyembunyikan (cacat barang) dan berdusta, maka akan dihapus berkah dari transaksi jual-beli keduanya.”

Berbagai ketentuan tersebut tentu tidak hanya berlaku bagi kalangan pedagang, melainkan juga dapat diperluas cakupannya ke berbagai lini profesi lain yang bersinggungan dengan transaksi ekonomi. Baik yang dijual produk maupun jasa, rambu-rambu itu tetap mutlak dijadikan pedoman.

Peran Istri Mengupayakan Kehalalan

Setelah suami memastikan kehalalan sumber penghasilannya, tanggung jawab untuk memastikan kehalalan makanan berada di tangan istri. Dalam proses pemilihan bahan, pengolahan hingga memasak, istri menyiapkan hanya makanan halal dan thayyib. Sehingga, beberapa bidang keilmuan, mulai dari fiqih, ilmu gizi, hingga gastronomi perlu dipahami dengan baik. Minimal ilmu dasar yang bersinggungan secara langsung.

Pada banyak kasus, titik kritis yang berpotensi menyebabkan berkurangnya berkah sangat mungkin terjadi ketika kaum ibu-ibu melakukan tawar-menawar saat membeli kebutuhan rumah

tangga. Tanpa bermaksud menjustifikasi, pada umumnya, ibu-ibu “sangat aktif” dalam urusan ini. Entah karena insting naluriah atau karena minimnya uang bulanan dari suami.

Terlepas dari itu, perlu dipahami, menawar terlalu rendah di bawah harga normal sebaiknya dihindari agar tidak merugikan penjual. Apalagi jika kondisi pasar sedang sepi, boleh jadi penjual melepas barang dagangannya dengan harga rendah karena terpaksa, bukan sebab ridha. Bila seperti itu yang terjadi, maka keberkahannya berpotensi hilang.

Dalam hal ini, para ibu perlu mengingat nasihat Nabi:

رَحِمَ اللَّهُ رَجُلًا سَمِعًا إِذَا بَاعَ وَإِذَا اشْتَرَى وَإِذَا اقْتَضَى. (رواه البخاري)

“Allah mengasihi orang yang bermurah hati ketika menjual, bermurah hati saat membeli, dan bermurah hati jika menagih.”

Tegasnya, mengonsumsi makanan yang halal dan baik (halalan thayyiban) adalah perintah Allah SWT dan merupakan bagian dari ibadah kepada-Nya sebagaimana termaktub dalam Al-Quran. Dalam surat Al-Baqarah 168 disebutkan, *“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu.”*

Demikian pula dalam ayat 172 surat Al-Baqarah, *“Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezki yang baik-*

baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah.”

Makanan yang halal dan thayyiban adalah hak tubuh yang wajib dipenuhi sekaligus sebagai bukti ketaatan dan kesyukuran kita kepada Allah Swt. Tugas bersama suami dan istri untuk memenuhi hak tersebut dalam rangka mewujudkan keluarga bahagia, di dunia dan akhirat.

Profil Nyai Rahmi Kusbandiah

Nusa Tenggara Barat (NTB) selain dikenal sebagai daerah dengan keindahan alamnya, juga menjadi tempat lahirnya banyak ulama, laki-laki maupun perempuan. Di Pulau Seribu Masjid ini, bertebaran pondok pesantren, baik yang berafiliasi ke Nahdlatul Wathan (NW) maupun Nahdlatul Ulama (NU). Satu di antaranya Pesantren Darul Hikmah Tanak Beak Narmada, Kabupaten Lombok Barat.

Tidak seperti pesantren pada umumnya, Pesantren Darul Hikmah menjadi destinasi bagi wisatawan mancanegara, khususnya tamu dari negeri jiran, Malaysia. Satu daya tarik yang dimiliki pesantren ini adalah letaknya di areal Agro Moringa (kebun kelor) seluas 1,5 hektar. Kebun kelor ini dikelola atas kerjasama dengan Terang Internet Marketing (TIM), usaha para pemuda Desa Tanak Beak, dengan pondok berbasis digital dengan sistem *dropshop* dan *online market*.

Di pesantren yang menerapkan swasembada inilah Ibu

Nyai Rahmi Kusbandiyah tinggal bersama keluarganya. Bu Nyai Rahmi, begitu ia akrab disapa, menempuh pendidikan dasarnya di SDN No 5 Mataram, lalu MTsN 1 Mataram, dan SMA Ibrahimy Sukorejo Situbondo. Gelar sarjana ia dapatkan dari IAI Ibrahimy Sukorejo (Ponpes Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo Jatim) dan magister S2 dari UIN Mataram.

Kelahiran Mataram, 18 Agustus 1975 ini cukup aktif di dunia dakwah melalui beragam organisasi. Ia bergabung dengan Muslimat NU, Himpunan Da'iyah Muslimat Fatayat (HIDMAT) NTB, hingga Majelis Taklim Perempuan (MTP) Ikatan Persaudaraan Haji Indonesia (IPHI) NTB. Selain itu, perempuan ulama ini juga dipercaya menjadi Penasihat Ikatan Santri, Alumni Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo (IKSASS) NTB, dan Koordinator Dai Kesehatan Kota Mataram.

Tak hanya itu, kontribusi alumni Pascasarjana UIN Mataram ini bagi masyarakat luas dapat dilihat dari tugas yang sekarang diembannya sebagai Ketua Kelompok Kerja Penyuluh (Pokjaluh) Agama Islam Provinsi NTB. Berkat capaian kerjanya yang luar biasa, Bu Nyai Rahmi meraih prestasi membanggakan dengan dinobatkan sebagai Penyuluh Agama Islam Teladan Nasional Tahun 2013.

Di masa pandemi saat ini, profesi Nyai Rahmi sebagai penyuluh tak hanya diwujudkan dalam bentuk kegiatan sosialisasi keagamaan, melainkan juga terjun langsung dalam pembinaan dan pengurusan problem kemasyarakatan. Di

antara wujud nyatanya, Bu Nyai Rahmi terlibat aktif dalam proses pemulasaraan jenazah pasien yang masuk kategori Orang dalam Pengawasan (ODP) Covid-19.

Pekerjaan mengurus jenazah sebenarnya telah digeluti Ibu Nyai Rahmi sejak 9 tahun lalu. Bahkan, beliau mengaku memiliki program untuk memberikan bimbingan penyuluhan terkait pengurusan jenazah. Tujuannya tidak lain agar dalam satu keluarga, minimal terdapat satu orang yang berani dan mampu mengurus jenazah. Sasaran penyuluhannya tidak hanya majelis taklim, tetapi juga masyarakat umum, seperti para guru, remaja, pengurus RT, RW, dan kelurahan.

Bu Nyai menuturkan, keterbatasan kemampuan warga dalam memulasara jenazah menjadi asal muasal dibuatnya program tersebut. Dalam beberapa kasus yang ditemukan, jenazah tidak kunjung dimandikan, bahkan sampai menjelang waktu pemakaman, karena menunggu petugas yang akan mengurus jenazah. Oleh sebab itu, dirinya berkeinginan agar kejadian tersebut tak lagi terulang.



Nyai Mufliha Wijayati:

Hak Tubuh: Hak atas Istirahat yang Cukup

Penulis: Hifni Septina Carolina

Saat matahari sedang beranjak perlahan dari atas ubun-Subun, saat itu pula pengajian daring bernama “Kelas Intensif Ramadhan” dimulai. Kelas ini merupakan rangkaian 20 hari ngaji kitab *Manba’ as-Sa’adah* bersama 20 ulama perempuan Nusantara yang digawangi oleh Mubadalah.id, bekerja sama dengan Rahima, WeLead dan Fahmina Institute. Kitab *Manba’ as-Sa’adah* (Telaga Kebahagiaan untuk Relasi Pernikahan) merupakan karya kang Faqih Abdul Kodir yang cocok digunakan sebagai rujukan bagi laki-laki dan perempuan yang ingin hidup bahagia. Adapun tema yang dibahas pada hari Minggu 18 April 2021 yaitu tentang “Hak Tubuh: Hak atas istirahat yang cukup” yang dipandu oleh moderator keren Sari Nurlita.

Sungguh, siang itu waktu yang tepat sekali untuk terkantuk-kantuk menyimak materi. Namun tentu saja hal tersebut

tidak terjadi, karena pemilik nama lengkap Mufliha Wijayati merupakan seorang ibu Nyai asal Lampung yang renyah sekali memaparkan ulasanya. Ulama perempuan kelahiran Lampung Tengah ini pernah nyantri di berbagai pondok pesantren seperti PP Nurul Ummah Kota Gede (KH. Asyhari Marzuki), Asrama MAKN MAN 1 Surakarta dan PP Al Munawwir Komp Q Yogyakarta.

Profesinya sebagai dosen, tidak menyurutkan gerak juang maupun dakwahnya. Ia aktif di berbagai organisasi, seperti Asosiasi Dosen Hukum Keluarga Islam (kordinator bidang diskusi), Rumah Perempuan dan Anak Lampung, Anggota Halqimuna (Himpunan Alumni Pesantren al Munawwir Komp Q) serta Kontributor Mubadalah.id, Rahima dan We-Lead. Selain itu, ia juga didapuk sebagai Ketua Pusat Studi Gender dan Anak (PSGA) IAIN Metro. Melalui sepak terjangnya, PSGA IAIN Metro berhasil menelurkan kebijakan-kebijakan yang responsif gender.

Kiranya sejak tahun 2009 hingga kini, Doktor muda ini berkecimpung dalam bahasan hukum keluarga, gender dan anak. Artikel dan hasil risetnya terbit di berbagai jurnal dan juga media massa. Menurut ibu Nyai Mufliha, penting bagi seorang dosen untuk memilih kekhasan dari pengetahuan yang ia miliki karena hal tersebut juga akan menjadi fokus perjuangan maupun gerakannya.

Ia menyelesaikan studi S1 dan S2 di UIN Sunan Kalijaga,

Yogyakarta kemudian merampungkan S3 di UIN Sunan Gunung Djati, Bandung pada tahun 2020. Kesehariannya, selain mengajar juga aktif sebagai pembicara di berbagai kegiatan, termasuk Kelas Intensif Ramadhan ini. Hobi yang ia tekuni sejak beberapa tahun lalu adalah merawat bunga di sekitar rumahnya. Kegiatan tersebut diakui ibu Nyai ampuh sebagai *healing* atau jeda untuk melepaskan stress saat melanda, terlebih ketika pandemi.

Sebagai pengantar diskusi, ibu Nyai mengulas kisah dari riwayat hadist sebagai berikut:

“Nabi mempersaudarakan antara Salman dan Abu Darda’. Pada suatu hari Salman mengunjungi Abu Darda’ dan melihat Ummu Darda’ berpakaian lusuh, tidak berhias dan terlihat bad mood, maka dia bertanya kepada Ummu Darda’, “Mengapa kamu begitu?”

Ummu Darda’ menjawab, “Saudaramu, Abu Darda’ tidak membutuhkan dunia.” Kemudian datanglah Abu Darda’ dan menyuguhkan makanan untuk Salman. Salman berkata kepada Abu Darda’, “makanlah!” Abu Darda’ menjawab, “Sesungguhnya aku sedang berpuasa.” Salman berkata, “aku tidak mau makan sehingga kamu juga makan.” Maka Abu Darda’ pun makan.

Ketika malam datang, Abu Darda’ pergi untuk mendirikan shalat. Salman berkata, “ Tidurlah!” Kemudian saat akhir malam tiba, Salman berkata kepada Abu Darda’, “Sesungguhnya

Tuhanmu mempunyai hak atasmu, badanmu punya hak atasmu, dan keluargamu (istrimu) juga punya hak atasmu.” Maka berikanlah masing-masing haknya. Tak lama setelah itu Abu Darda’ menemui Nabi shalallahu `alaihi wa sallam dan menceritakan peristiwa itu kepada ia, maka Nabi shalallahu `alaihi wa sallam berkata kepadanya, “Salman benar!” (HR. Bukhari no. 1968).

Ada tiga catatan penting yang Nyai Mufliha sampaikan dari riwayat hadist tersebut. *Pertama*, yaitu boleh jadi kita memiliki prinsip dalam beribadah, namun jangan sampai kita mengabaikan hak tubuh dan hak orang di sekitar kita. Kita tidak bisa hidup sendiri dan selalu membutuhkan orang lain. *Kedua*, laki-laki di zaman Nabi ternyata melakukan pekerjaan domestik, seperti memasak. Karena Abu Darda diceritakan memberikan hidangan untuk tamunya yang dilakukan oleh dirinya sendiri, bukan istrinya. Lalu *ketiga*, riwayat tersebut mengajarkan tentang pentingnya menghormati tamu, dengan ikut makan bersama walaupun Abu Darda tengah berpuasa sunnah.

“Saya termasuk orang yang belum adil pada hak tubuh, dan pada kesempatan ini saya bukan dalam konteks menggurui tapi ini adalah ruang bersama bahwa saya sebagai perempuan Indonesia merasa berat sekali dalam upaya pemenuhan hak-hak tubuh terutama hak makan dan istirahat,” ungkap bu Nyai Mufliha mengawali pemaparannya.

Di antara hak tubuh yang harus ditunaikan salah satunya adalah istirahat. Setiap manusia berhak dan membutuhkan waktu istirahat atau jeda sebentar untuk melepaskan penat. Walaupun tema tentang istirahat ini terlihat sederhana, namun dalam aplikasinya seringkali dilewatkan oleh beberapa orang, karena alasan pekerjaan dan sebagainya. Alhasil, fungsi tubuh atau metabolisme seseorang dapat terganggu karena tidak menunaikan hak tubuhnya dengan baik.

Dalam QS. Al-Furqan ayat 47 dijelaskan bahwa *“Dialah yang menjadikan untukmu malam (sebagai) pakaian, dan tidur untuk istirahat, dan Dia menjadikan siang untuk bangun berusaha”*.

Adapun tafsir Ibnu Katsir terkait ayat di atas menjelaskan bahwa Allah, Dia-lah yang menjadikan malam sebagai penutup bagi kalian dengan kegelapannya, sebagaimana pakaian menutupi kalian. Dan Dia menjadikan tidur sebagai istirahat bagi tubuh-tubuh kalian, dalam tidur itu kalian bisa menjadi tenang dan tentram dan menjadikan siang bagi kalian untuk bertebaran di muka bumi dan mencari penghidupan atau ekonomi.

Begitu juga dalam QS. Al-Qashas ayat 73 diterangkan bahwa *“....Allah yang akan mendatangkan malam kepadamu yang kamu beristirahat padanya? Maka apakah kamu tidak memperhatikan?”* Dan karena rahmat-Nya, Dia jadikan untukmu malam dan siang supaya kamu beristirahat pada malam itu dan supaya kamu mencari sebagian dari karunia-Nya (pada siang

hari) dan agar kamu bersyukur kepada-Nya.”

Tafsir Ibnu Katsir menjelaskan bahwa Allah Swt, menyebutkan karunia yang telah dilimpahkan-Nya kepada hamba-hamba-Nya melalui apa yang Dia tundukkan bagi mereka, yaitu siang dan malam hari yang tiada kelayakan hidup bagi mereka tanpa keduanya. Dan Allah menjelaskan seandainya Dia menjadikan bagi mereka seluruh waktunya malam hari sampai hari kiamat, tentulah hal tersebut akan membahayakan dan membosankan mereka, serta membuat mereka merasa jenuh terhadap malam hari.

Kemudian Allah Swt menyebutkan bahwa seandainya Dia menjadikan siang hari selama-lamanya sampai hari kiamat, tentulah hal tersebut akan membahayakan mereka, dan tubuh mereka akan kelelahan serta merasa bosan karena banyak bergerak dan menjalani kesibukan. Yakni kalian beristirahat dari aktivitas dan kesibukan kalian di malam hari itu. Yakni pada siang hari dengan melakukan perjalanan, berpergian, dan melakukan aktivitas serta kesibukan.

Bu Nyai Mufliha mengamini pernyataan kang Faqih Abdul Kodir bahwa tidur adalah nikmat yang luar biasa. Karena ia mempunyai pengalaman pribadi bagaimana susahnya tidur (insomnia) saat malam. Tidur adalah naluri yang dimiliki makhluk hidup untuk istirahat, bukan hanya manusia. Namun istirahat atau jeda bagi tubuh juga dapat diartikan sebagai bentuk relaksasi. Adapun berbagai hal atau kegiatan dapat

dilakukan guna relaksasi, seperti yoga, bersepeda dan lain sebagainya.

Dalam kitab *Manba' as-Sa'adah*, tidur dimaknai sebagai penumbuh semangat baru, memenuhi kebutuhan badan untuk rehat dan penang jiwa dari hiruk pikuk kehidupan. Jika saat tidur, pikiran kita masih terjaga atau tidur sambil jalan-jalan maka kualitas tidur kita yang perlu dipertanyakan. Dalam tidur juga terjadi proses regenerasi sel, proses pengolahan nutrisi dalam tubuh serta proses detoksifikasi. Berbagai racun dan radikal bebas dinetralisir atau bahkan dikeluarkan dari tubuh selama kita tertidur.

Proses detoksifikasi maupun regenerasi tersebut akan berlangsung maksimal jika tubuh dalam kondisi tidur. Saat terjaga, tubuh bekerja membakar makanan menjadi energi. Dan saat tidur, terjadi proses konversi energi menjadi nutrisi yang dibutuhkan otak untuk lebih konsentrasi dan akal menjadi kuat untuk berpikir.

Selain itu, tidur juga mendatangkan banyak manfaat bagi tubuh kita di antaranya yaitu,

pertama, memperbarui sel-sel yang ada dalam tubuh sebagai imunitas dan pertumbuhan. Saat kita tidur, otak akan menghasilkan hormon untuk proses pertumbuhan dan regenerasi jaringan atau sel sehingga jika ada otot-otot yang nyeri, akan segera pulih ketika bangun tidur. Produksi kolagen

yang ada pada kulit kita juga meningkat saat kita tidur. Karena alasan inilah banyak orang yang kurang tidur akan cenderung memiliki kulit yang kusam dan terlihat tidak segar.

Kedua, membantu otak untuk berkonsentrasi serta membuat akal tetap sehat dan bisa berpikir jernih. Beberapa studi menyebutkan bahwa saat kita kurang tidur, bahkan untuk satu malam, dapat memicu perubahan signifikan di seluruh tubuh. Otak akan mengalami gangguan kognitif berupa penurunan ingatan. Ada quote yang mengatakan bahwa "*Lack of sleep greatly impairs your ability to make good decisions*" (Amy Morin).

Ketiga, tidur bisa mengurai persoalan hidup. Seperti memberikan ruang jeda untuk raga dan fikiran kita untuk memikirkan persoalan hidup. Tidur juga bermanfaat sebagai sarana untuk mengembalikan semangat baru dalam beramal dan beribadah setelah merasa capek.

Selain istirahat badan, hati atau jiwa juga perlu mendapatkan jeda untuk relaks. Seperti dalam kutipan yang disampaikan oleh Ali bin Abi Thalib "Hiburilah hati dan jiwamu dengan menelusuri hikmah. Karena sejatinya hati juga bisa lelah seperti halnya ragamu." Dari pernyataan tersebut diketahui bahwa bukan hanya raga (badan) yang butuh jeda, jiwa atau hati juga perlu diistirahatkan.

Al-Ghazali menyatakan bahwa sesekali nafsu perlu diberi ruang sedikit untuk relaksasi, seperti jalan-jalan, cuci mata,

saling bercumbu untuk pasangan yang sudah menikah dan lain sebagainya. Relaksasi nafsu dapat menenangkan jiwa. Sementara hati yang tenang akan mendukung totalitas ibadah dan kerjamu.

Ada pula kutipan lain, yang menerangkan bahwa pembagian waktu bagi orang yang berakal ada tiga yaitu, sepertiga pertama untuk bermunajat (beribadah), sepertiga kedua untuk merefleksikan diri dan sepertiga terakhir untuk bersenang-senang. Ada kutipan serupa yang menyatakan bahwa seseorang tidak akan meninggalkan rumah kecuali mencari bekal akhirat, meningkatkan taraf hidup (ekonomi), dan menikmati kesenangan yang tidak diharamkan.

Pola Tidur hingga Kesehatan Mental: Sejumlah Pertanyaan

Setelah pemaparan materi, moderator membuka sesi diskusi dan tanya jawab. Seorang peserta kelas menanyakan perihal pola tidur yang tidak normal terutama bagi orang yang bekerja di malam hari. Bu Nyai menuturkan bahwa kebutuhan istirahat tiap orang berbeda, tergantung dari aktifitas atau pekerjaannya atau bisa juga kondisi alam/lingkungan dapat berpengaruh. Ada juga kebiasaan atau beberapa kasus yang mengharuskan seseorang begadang karena pekerjaan dan lain sebagainya. Tubuh manusia akan beradaptasi atau menyesuaikan ritmik dan irama biologis.

Sekaligus menjawab pertanyaan lain seputar dampak kebiasaan begadang yang dilakukan berulang-ulang bagi gangguan kesehatan. Bu Nyai menegaskan bahwa tubuh manusia memang memiliki perbedaan aktifitas ketika terjaga dan saat tidur. Namun untuk menjawab pertanyaan tersebut perlu dilakukan riset yang menyeluruh. Karena ketika pola tidur berubah, maka respon tubuh tiap orang juga akan berbeda.

Peserta kelas lainnya bertanya perihal bagaimana menyikapi mahasiswi ketika menstruasi selalu izin datang perkuliahan sedangkan di kelas tersebut terdapat mahasiswa laki-laki. Bu Nyai kembali mengingatkan bahwa kita harus menggunakan lensa keadilan hakiki-nya bu Rofiah, bahwa kita perlu memberikan afirmasi pengalaman reproduksi perempuan baik itu menstruasi atau hamil. Namun terkait mekanisme perizinan yang akan diberikan tergantung dari kebijakan dosen masing-masing, sehingga dapat berlaku adil. Karena keaktifan mahasiswa seharusnya jangan hanya diukur dari frekuensi kehadiran, tetapi juga perlu diukur tingkat interaksi atau keaktifan saat mengikuti perkuliahan.

Ada pertanyaan menggelitik dari seorang peserta kelas intensif. Pertanyaannya tentang apa yang harus didahulukan antara mengerjakan tugas kuliah atau istirahat yang cukup. Bu Nyai pun tertawa dan menduga bahwa pertanyaan tersebut datang dari seorang mahasiswa. Bu Nyai menanggapi dengan menjelaskan pentingnya manajemen waktu yang baik. Sebagai

mahasiswa, membagi waktu antara mengerjakan tugas dan istirahat yang cukup adalah bagian dari pengelolaan atau manajemen waktu. Perlu ada skala prioritas untuk setiap kegiatan yang kita lakukan. Bu Nyai melihat generasi millennial terlalu sering berinteraksi dengan sosial media yang justru menguras banyak waktu mereka. Sehingga saat mereka sudah lelah, baru teringat tugas kuliah yang belum dikerjakan, padahal badan sudah meminta haknya untuk istirahat.

Diskusi kelas makin seru saat moderator ikut mengingatkan bahwa spirit yang ingin dibangun dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* adalah tentang relasi laki-laki dan perempuan untuk sama-sama mendapatkan hak istirahat yang cukup. Maka bagaimana pandangan bu Nyai untuk menjembatani keinginan kita memanfaatkan hak tubuh untuk istirahat tanpa menyalahi hak orang lain, semisal saat punya bayi dan lain sebagainya.

Bu Nyai menekankan kembali pentingnya menggunakan perspektif mubadalah yaitu kesalingan. Kang Faqih telah menuliskan di dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* bahwa pemenuhan hak istirahat yang cukup ini diperuntukkan bagi laki-laki maupun perempuan. Maka pemenuhan hak istirahat bagi anggota keluarga dapat dilihat dari pembagian peran antar anggota keluarga.

Kang Faqih Abdul Kodir dalam bukunya *Qira'ah Mubadalah* menjelaskan, setidaknya ada lima pilar keluarga bahagia yaitu komitmen pada perjanjian yang kokoh sebagai amanah

dari Allah SWT (*mitsaqon ghaliza*), prinsip berpasangan dan berkesalingan (*mubadalah*), sikap saling memperlakukan dengan baik (*muasyarah bil ma'ruf*), bermusyawarah bersama dan saling memberi kenyamanan/kerelaan (*taradhin*). Jika pembagian peran dalam keluarga sudah kesalingan dan adil maka pemenuhan istirahat yang cukup antar anggota keluarga dapat tercapai. Karena bukan hanya perempuan saja yang butuh *me-time*, tetapi suami maupun anak juga butuh waktu untuk relaks. Maka diperlukan kerelaan hati bagi masing-masing untuk memberi ruang relaksasi dan saling bergantian mengisi peran.

Pentingnya pembagian peran dalam keluarga supaya tidak ada salah satu pihak yang menanggung banyak beban berlebih. Berbagai riset saat pandemi menemukan fenomena bahwa perempuan seakan ditarik kembali ke rumah (*domestikasi*). Perempuan kembali dipaksa mengurus segala macam hal dari A sampe Z, seperti mengajari anak saat mengerjakan tugas sekolah secara daring. Ada labelling positif seperti ibu lebih sabar, lebih telaten dan lain sebagainya yang diberikan kepada perempuan dan justru menambah beban.

Pertanyaan selanjutnya secara tidak langsung memaksa bu Nyai turut berbagi pengalaman yang dialaminya yaitu sulit tidur (*insomnia*). Terkait kualitas dan kuantitas tidur, seringkali berhubungan dengan kondisi mental dan psikologi. Bu Nyai Mufliha menuturkan awal mula dirinya dilanda gangguan *insomnia* dikarenakan oleh kebiasaan begadang. Jika mengingat

lagu Rhoma Irama, tentu begadang yang dilakukan bu Nyai ini bukan karena tidak ada artinya. Beliau sering melewatkan waktu tidur untuk merampungkan sebuah tulisan atau tugas sejak saat kuliah. Kebiasaan begadang dan minum kopi yang dilakukannya sejak belia itu ternyata mengakar hingga kini. Pola tidur yang dimilikinya menjadi kacau. Namun anehnya, Beliau merasa memiliki ide cemerlang saat dikejar *deadline* hingga dini hari.

Ketika beliau mengikuti *short course* di negeri Kanguru, ritme begadangnya pun makin berlanjut. Bu Nyai menikmati insomnianya secara produktif kemudian istirahat di pagi hari. Setelah 10 bulan kemudian bertolak ke tanah air, ia masih kesusahan mengatur ritme tidur seperti kebanyakan orang. Disertasinya adalah salah satu dari puluhan karya yang ia produksi saat insomnia melanda. "Ide atau inspirasi yang hadir cenderung makin melimpah seiring dengan pekatnya malam", tambah Bu Nyai Mufliha. Jika dipaksakan tidur pun, alhasil badan rebahan tapi pikiran masih aktif menjelajah entah kemana muaranya.

Selepas usai pendidikan doktoralnya, bu Nyai tetap saja belum kelar hubungan dengan insomnia tersebut. Ia kerap kali mempersiapkan materi atau bahan diskusi hingga larut malam saat diamanahkan menjadi pembicara suatu kegiatan. Termasuk saat menjadi pemantik diskusi ngaji *Mamba' as-Sa'adah* tema hak tubuh untuk rehat dan relaksasi, bu Nyai terbaring namun

pikirannya tetap terjaga, membayangkan esok akan menjadi penyambung lidah muallif kitab.

Beliau merasakan dampak saat kurangnya tidur yaitu badan menjadi lesu, tak bertenaga dan daya pikir lemah serta selera makan ia juga terganggu. Tetapi mungkin saja ada respon yang berbeda dari tiap individu lain yang memiliki kebiasaan atau gangguan insomnia tersebut.

Berbagai cara telah bu Nyai lakukan untuk mengurangi insomnianya, seperti merapalkan segala macam zikir, membaca/mendengarkan murottal al Qur'an, atau melanggengkan sholat mutlak 2 rakaat yang diawali dengan mandi keramas agar tubuh segar. Bu Nyai juga sering melakukan berbagai macam meditasi, yoga, serta mendengarkan musik relaksasi pengantar tidur. Tapi usaha yang dilakukannya belum juga berhasil. Segelas kopi dalam beberapa kesempatan menjadi *trigger* matanya sulit terpejam, namun hal lain yang lebih berpengaruh adalah *overthinking*. Ia sempat berpikir ingin konsul ke psikolog, namun seorang kawan pernah mengatakan "Psikolog terbaik adalah dirimu sendiri". Jadi sampai hari ini, bu Nyai masih berjuang untuk melawan insomnianya.

Pertanyaan terakhir mengenai amalan atau doa yang dapat mengobati insomnia. Seperti yang telah dikemukakan bu Nyai sebelumnya bahwa ia merapal berbagai macam dzikir saat dilanda insomnia, belum mengamalkan dzikir tertentu. Namun ikhtiar lain yang Beliau lakukan adalah mengurangi makanan/

minuman yang menekan rasa kantuk seperti cafein.

Sebagai penutup diskusi, bu Nyai Muflaha memberikan quote menarik yaitu “Beristirahat atau jeda sejatinya adalah melambatkan ritme hidup kita yang serba cepat. Istirahat adalah membiarkan tubuh kita untuk asyik masuk dengan tubuhnya sendiri”.

**Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!**



Nyai Pera Shopariyanti:

Memenuhi Kebutuhan Hasrat Seksual Manusia, yang Halal dan Baik Sesuai dengan Tuntunan Al-Qur'an dan Hadits

Penulis: Zahra Amin

Direktur Rahima Pera Shopariyanti. Seorang ulama perempuan kelahiran Tasikmalaya Jawa Barat. Pernah nyantri di Pondok Pesantren Hidayatul Ulum Awipari Tasikmalaya (lulus 2001) dan Ma'had Aly li Qism al-Fiqh PP Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo Jawa Timur (lulus 2005). Ia tercatat sebagai alumni Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Ibrahimy (IAII) Situbondo, Jawa Timur. Pera merupakan peserta Pelatihan Pengkaderan Ulama Perempuan Angkatan ke-III Jawa Tengah. Sebelumnya ia bekerja di Fahmina Institute (2007-2009), Perhimpunan Rahima (2010-2013), dan di Komnas Perempuan (2014-2019). Ia juga aktif terlibat dalam advokasi kelompok minoritas, pembicara dalam Isu Perempuan dan Islam. Pengalaman menjadi penulis, peneliti

dan fasilitator berbagai kegiatan untuk isu hak-hak perempuan dan pelibatan laki-laki untuk pencegahan kekerasan berbasis gender, baik yang diselenggarakan Rahima maupun lembaga lain seperti PSGA, Kementerian Agama, KUPI. Dan, ia juga menjadi salah satu tim penulis buku saku pandangan KUPI terkait RUU Pungkas.

Dalam sesi ketiga Kelas Intensif Ramadan 20 hari bersama 20 ulama perempuan, menuju keluarga bahagia yang berbasis Kitab *Manba' as-Sa'adah*, yang mengambil tema “Hak atas Tubuh: Hak Memenuhi Hasrat Seksual yang Halal dan Baik”, disampaikan secara baik, lugas dan tuntas oleh narasumber Pera Shopariyanti, dengan didampingi moderator Alifatul Arifianti, Staff Fahmina Institute. Adapun *Manba' as-Sa'adah* sendiri artinya telaga kebahagiaan. Narasumber dalam kata pengantarnya mengatakan bahwa kitab ini menuntun manusia pada kebahagiaan yang menjadi tujuan hidup. Yakni, kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Kitab ini juga membahas asas atau dasar-dasar, prinsip di dalam kebaikan berelasi, dan pentingnya saling menolong atau kerjasama dalam keluarga.

Jadi menurut narasumber, Kitab *Manba' as-Sa'adah* ini menggambarkan bagaimana seorang suami dan istri bisa memperoleh kebahagiaan di dalam keluarganya, dan itu bisa menjadi wasilah di akhirat nanti. Di dalam kitab ini didasarkan pada keimanan dan ketaqwaan pada Allah SWT yang melahirkan perkataan dan perbuatan yang baik, lalu melahirkan

kemaslahatan baik untuk diri, keluarga juga untuk masyarakat. Hal itu didasarkan pada prinsip keadilan, persaudaraan dan tolong menolong. Ini bisa dilihat dalam kalimat pengantar dari penulis kitabnya sendiri yakni kang Faqih Abdul Kodir.

Kemudian narasumber menambahkan dengan prinsip kekeluargaan, ini menjadi pembuka untuk menguatkan bagaimana relasi dalam berkeluarga. Prinsip di dalam keluarga ini didasarkan pada prinsip *ta'awun* yakni saling menolong, *mu'asyarah bil ma'ruf* saling berrelasi dengan baik, berinteraksi dengan pasangan yang baik, lalu kemudian untuk menghidupi cinta kasih bagi kedua belah pihak.

“Ini prinsip keluarga yang coba dibangun oleh mualif/pengarang kitab. Yang menarik dari kitab ini, menggunakan pendekatan mubadalah, atau kesalingan. Bisa dilihat bagaimana mualif menggunakan teks al-Qur'an dan Hadits menggunakan mafhum mubadalah, adalah pemahaman di mana ketika teks memanggil kepada satu jenis kelamin, berbicara kepada laki-laki, mafhum mubadalah menghadirkan perempuan juga dalam teks itu. Ini menarik sebagai pijakan untuk memahami kitab ini,” tutur narasumber.

Sebelum sampai pada tema ke-tiga ini, di sesi pertama dan kedua telah dibahas pula tentang hak atas tubuh untuk makanan yang halal dan baik, lalu istirahat yang cukup, yang itu bisa ditunaikan oleh diri sendiri. Tapi di dalam bagian ini, dikatakan narasumber, hak untuk memenuhi hasrat seksual

dibatasi dengan akad nikah. Dan diantara hak-hak tubuh itu adalah hak untuk memenuhi kebutuhan seksual. Jadi, hak untuk pemenuhan seksual pada hakikatnya sebuah unsur atau elemen kehidupan yang harus dipenuhi. Imam Al-Ghazali menceritakan dalam kitab *Ihya Ulumuddin*, bahwasannya Imam Junaidi berkata, “Saya membutuhkan jima’/hubungan seksual sama halnya dengan saya membutuhkan makanan.”

Tentu kebutuhan tersebut tidak sama frekuensinya. Antara kebutuhan jima’ dan makan. Masing-masing orang tentu juga punya kebutuhan berbeda. Karena setiap manusia itu unik, dan tidak bisa digeneralisir. Ukuran untuk pemenuhan atas seksualitas juga sesuai dengan kebutuhan masing-masing. Jadi kebutuhan seksual ini adalah yang dirasakan oleh laki-laki dan perempuan secara umum. Dan hubungan seksual ini, tujuannya *pertama*, sebagai sarana untuk melanjutkan keturunan, menjadi wasilah untuk memenuhi kebutuhan seksual, dan menjadi fitrah seluruh makhluk hidup dengan perbedaan bentuk dan macamnya.

Kedua, pemenuhan kebutuhan seksual ini bisa dipenuhi secara syar’i melalui pernikahan. Sekiranya akad pernikahan itu merupakan sebuah komitmen, atau kesepakatan bagi laki-laki dan perempuan untuk membangun kehidupan bersama, memperoleh kebahagiaan bagi pasangannya. Bagaimana suami berusaha membahagiakan pasangannya, begitu juga sebaliknya. Kemudian suami istri itu memberi kebahagiaan bagi anak-

anaknya, dan anggota keluarganya.

Jadi, seyogyanya seseorang yang menikah itu tidak semata-mata mendapatkan kesenangan hanya untuk dirinya, tanpa memberikan kesenangan bagi pasangannya, karena sesungguhnya pondasi pernikahan itu untuk mendapatkan manfaat dari kedua belah pihak, suami dan istri. Suami adalah pakaian bagi istri, sebagaimana istri juga merupakan pakaian bagi suaminya.

Sebagaimana firman Allah SWT dalam Surat al-Baqarah ayat 187 “Dihalalkan bagi kamu laki-laki dan perempuan, pada bulan puasa yaitu berhubungan seksual dengan pasangan kalian, suami adalah pakaian istri, juga istri adalah pakaian bagi suami.”

Dari Anas bin Malik RA berkata: Datang tiga orang ke rumah istri-istri Nabi SAW, mereka bertanya terkait tentang ibadah-ibadah Nabi di dalam rumah. Ketika orang-orang itu diberitahu apa yang dilakukan oleh Nabi di dalam rumahnya itu, mereka seakan-akan menganggap kecil ibadah yang dilakukan, lalu mereka berkata “Bagaimana posisi Nabi?”. Ternyata ibadah-ibadah yang dilakukan Nabi itu banyak sekali, sementara Nabi sendiri itu sudah dijamin, sudah diampuni dosa-dosanya baik yang akan datang maupun di masa lalu.

Lalu salah satu di antara mereka berkata, “Saya akan salat sepanjang malam.” Lalu laki-laki kedua berkata, “Saya akan

puasa satu tahun, dan saya tidak akan berbuka.” Lalu laki-laki yang ketiga berkata, “Saya akan menjauhi perempuan, dan saya tidak akan menikah selamanya.” Lalu Nabi SAW datang dan berkata “Apakah kalian yang bicara, salat dan puasa sepanjang tahun, serta akan menjauhi perempuan? Demi Allah, sesungguhnya aku ini yang paling takut kepada Allah, dan paling bertaqwa, tetapi aku ini berpuasa, juga berbuka, saya juga salat dan tidur, saya juga menikah. Barang siapa yang tidak suka dengan sunnahku ini, bukan dari golonganku.”

Tentang makna sunnah ini, tidak hanya itu, tapi banyak sekali. Dimaknai oleh para ulama seluruh perkataan, perbuatan dan ketetapan Nabi semasa hidupnya. Di dalam hadis tersebut sesungguhnya Rasulullah Saw memberi petunjuk kepada para sahabatnya, untuk tidak berlebih-lebihan dalam beribadah. Mereka salat, puasa, berkhawat dan mereka lupa dengan kenikmatan dan kebaikan yang ada di dunia.

Di dalam riwayat lain, Rasulullah Saw memberikan petunjuk atau arahan untuk tidak menjauhi berhubungan seksual dengan perempuan. Dan perempuan juga tidak boleh menjauhi dari menggauli pasangannya. Hal ini sebagaimana diriwayatkan oleh Aisyah RA. Telah datang kepada Aisyah, istri Utsman bin Madz'un, di mana istri Utsman bin Madz'un ini berhias, memakai pacar dan wewangian, dan ia meninggalkan suaminya. Lalu Aisyah RA berkata, apakah suamimu ada di rumah atau tidak? Istri Utsman bin Madz'un menjawab, “suamiku ada di

rumah, tetapi seperti tidak ada di rumah.” Aisyah berkata lagi, “Ada apa denganmu?” sang istri menjawab “Ustman itu tidak menginginkan dunia, dan perempuan” (mungkin maksudnya tidak ingin berhubungan seksual).

Kemudian Aisyah RA masuk kamar dan menyampaikan persoalan istri Ustman bin Madz’un kepada Rasulullah Saw. Kemudian Nabi mendatangi Ustman, “Hai Ustman, apakah kamu beriman, sebagaimana kami beriman?” “Betul ya Rasulullah, kami beriman” Dan Nabi SAW berkata, “jika kamu beriman, maka kamu harus meneladani apa yang kami lakukan, menikmati kehidupan dunia, dan bersenang-senang bersama istri.”

Jadi, hadis di atas tadi itu bercerita tentang, pertama hak suami untuk memenuhi hak seksualitas istri yang ditegur Nabi. Kedua, bahwa pemenuhan seksual juga harus dipenuhi oleh suami dan istri. Hadis pertama tentang suami yang mengabaikan hak seksualitas istri, yang kedua sebaliknya istri yang mengabaikan kebutuhan seksual suami. Hadis ini diriwayatkan Imam Bukhari dalam kitab Shahihnya.

Rasulullah Saw berkata, “Apabila suami mengajak istri berhubungan seksual, kemudian istrinya menolak tanpa alasan. Menolak dengan keras, dan suami bermalam dengan penuh kemarahan. Dan malaikat akan melaknat istri hingga pagi.” Hadis ini kalau dipahami secara mubadalah, tidak hanya istri yang menolak ajakan suami, tetapi juga suami yang menolak

ajakan istri, kemudian istri marah, maka malaikat akan melaknatnya.

Hadis berikutnya, dari Abi Said, datang seorang perempuan datang pada Nabi, mengadukan persoalannya. Kata narasumber ini menarik, seorang perempuan datang pada Nabi yang sedang bersama para sahabat. Perempuan itu berkata, “Ya Rasulullah, sesungguhnya suamiku Shafwan bin Mu’athal telah memukul, dia sering memukulku ketika salat, dan menyuruhku berbuka ketika sedang berpuasa. Dan dia tidak salat subuh, hingga matahari terbit.”

Lalu Shafwan bin Muathal berkata, “Ya Rasulullah, terkait perkataan istriku yang tadi itu, karena istriku ketika salat membaca dua surat, dan aku pernah melarangnya. Karena membaca satu surat saja itu sudah cukup lama. Lalu terkait perkataan istriku yang aku suka meminta dia buka ketika puasa, jadi dia itu suka berpuasa, dan saya itu seorang pemuda, yang tidak sabar.”

Jadi hadis itu terkait istri yang berpuasa harus izin suami, untuk merespon kasus atau konteks Shafwan bin Mu’athal. Sehingga ketika hendak berpuasa, istri harus menyampaikan pada suaminya agar tidak mendekati istri selama sedang berpuasa. Sehingga kita bisa memahami itu.

“Lalu terkait perkataan istriku, yang mengatakan aku tidak salat subuh hingga terbit matahari. Jadi, keluarga atau suku

dalam kelompokku itu dikenal sebagai yang susah bangun pagi,” lanjut Shafwan bin Mu’athal.

“Dan apabila kamu bangun, segeralah salat,” kata Nabi.

Terkait pemenuhan hak seksual ini, Rasulullah Saw bersabda, dalam hubungan seksual itu terdapat pahala/shadaqah. Ada hadis yang diriwayatkan Abi Dzar. Sekelompok orang datang pada Nabi, dan mereka berkata, “Rasulullah, orang-orang kaya itu telah membawa pahala yang banyak. Mereka salat sebagaimana kami salat, mereka puasa sebagaimana kami puasa, mereka bisa bershadaqah sementara kami tidak punya.”

Mungkin mereka itu cemburu, orang-orang kaya bisa bershadaqah dengan harta yang banyak, sementara mereka orang miskin dan tidak punya. Lalu Nabi berkata, “Sesungguhnya di dalam setiap perbuatan itu terdapat shadaqah, mengucap tasbih, tahmid, dan tahlil itu shadaqah, mengajak pada kebaikan, dan mencegah kemungkaran juga shadaqah, bahkan di dalam hubungan seksual juga terdapat shadaqah.”

Kemudian para sahabat berkata, “Bagaimana hubungan seksual bisa mendapatkan pahala?” Lalu Nabi bersabda, “Hubungan seksual yang dilakukan dengan cara haram maka ia akan mendapatkan dosa, begitu pun hubungan seksual yang dilakukan dengan cara halal sudah menjadi suami istri, maka mendatangkan pahala.”

“Setiap pahala itu dicatat bagi laki-laki dan perempuan,

dan menjadi nilai ibadah,” jelas narasumber.

Imam al-Ghazali berkata dalam kitab *Ihya Ulumuddin*, di dalam pemenuhan kebutuhan biologis itu ada hikmah lain, selain untuk melahirkan anak/memperoleh keturunan, juga terdapat kenikmatan yang tidak ada padanannya, apalagi jika itu dilakukan dengan cara yang sangat lama, dan kenikmatan itu bisa mengingatkan pada kenikmatan-kenikmatan surga.

Kenikmatan hubungan seksual seperti gambaran kenikmatan di surga merupakan analogi, di mana orang-orang dewasa yang menginginkan kebahagiaan itu diasumsikan dengan hubungan seksual. Lalu dijadikan sebagai motivasi untuk melakukan kebaikan-kebaikan, memotivasi bagaimana merasakan kelezatan kenikmatan di surga.

Interaksi Dengan Peserta

1. Liliana Tanjung, bagaimana tanggapan narasumber terkait dengan hubungan seksual antara suami istri, di mana salah satunya merasa terpaksa melakukannya?
2. Lilik Thomafi, ada dua pertanyaan pertama, ada perempuan yang susah klimaks, sehingga kurang berminat dengan hubungan seksual. Kadang ada suami yang tidak mau tahu, atau tidak memahami kondisi istrinya tersebut, bagaimana tanggapan narasumber? Kedua, bagaimana dengan seks yang menyimpang, apakah termasuk dari hak tubuh untuk memenuhi

hasrat seksual?

3. Intan Nurmia Ayustina, ada dua pertanyaan. Pertama apa keadaan yang membuat wanita enggan memenuhi kebutuhan seksual suaminya? Kedua, seharusnya hubungan seksual antara suami istri dalam keadaan saling membutuhkan, lalu bagaimana menyikapi suami yang hiperseks?
4. Lutfi Maulida, mendengar dari sebuah kajian, ketika suami menginginkan istrinya, namun istri sedang tidur, maka suami bebas melampiaskan syahwatnya kepada istri. Karena kata sang ustaz hal itu wajar dilakukan, karena istri merupakan ladang bagi suami, maka terserah bagi pemilik ladangnya. Bagaimana dengan kasus seperti ini? Sehingga bisa menjelaskan dengan baik pada suami, misalnya agar suami mengerti kalau hubungan intim antara suami istri itu juga harus menganut prinsip mubadalah.
5. Angelica Khusnuniati, bagaimana hak memenuhi hasrat seksual suami istri yang sedang LDR, bertemu suami hanya satu tahun sekali, atau bahkan beberapa tahun sekali. Dan bagaimana menumbuhkan rasa saling percaya untuk mempertahankan rumah tangga?
6. Ria Umayyah, boleh tidak perempuan menolak hubungan seksual saat malam pertama, karena

belum bisa menerima kehadiran suami kita akibat perjodohan. Dalam kuliah pra nikah yang pernah saya ikuti, mewujudkan hubungan seksual diibaratkan orang puasa yang pemenuhannya harus disegerakan.

Respon Narasumber

Di dalam konteks pemenuhan hak seksual, kita sangat dipengaruhi oleh faktor budaya yang menempatkan bahwa perempuan itu pasif, dan laki-laki itu aktif dan agresif. Kedua, pengaruh *aqdun tamlik*, seakan-akan laki-laki memilikinya. Jadi masa bodoh, istri mau menikmati, istri senang atau tidak senang, tidak peduli mau memenuhi kebutuhan seksual istrinya atau tidak. Jika kembali pada tujuan pernikahan sebagaimana disebutkan dalam surat Ar-Rum ayat 21, agar mendapatkan keluarga yang sakinah.

Menurut narasumber ini menarik, dalam Al-Qur'an menyebutkan "*litaskunuu*". Di dalam ilmu alat ini disebut *fi'il mudhore'*, yang sedang dan akan dilakukan. Jadi sakinah itu proses, bagaimana suami dan istri itu bisa berkomitmen, sebesar apapun godaan bahtera rumah tangga itu, ia tetap tenang menyikapinya. Itulah sakinah. Sedangkan pondasi sakinah itu adalah mawaddah wa rahmah. Dalam buku Qiraah Mubadalah Kang Faqih dijelaskan, mawaddah itu adalah rasa senang, yang rasa senang itu ia peroleh dari pasangannya. Sementara rahmah itu rasa bahagia yang ia berikan untuk pasangannya. Jadi, janji yang dilakukan untuk pasangannya, mawaddah itu kesenangan

untuk diri yang ia dapatkan dari pasangannya, sedangkan kasih sayang itu kebahagiaan yang kita usahakan untuk pasangan kita. Sehingga sakinah itu pondasinya mawaddah wa rahmah, di mana relasinya adalah setara. Jadi tidak boleh terlalu tinggi, kalau salah satunya tinggi, kita egois. Sementara jika rahmah yang terlalu tinggi, maka berpotensi untuk mengeksploitasi pasangannya.

Jadi terkait dengan banyaknya pertanyaan di atas, seperti ketika istri sedang tidur dihantam saja, maka itu bukan teladan dan akhlak Nabi. Karena Islam itu merupakan agama yang *rahmatalil 'alamin*, di mana keimanan dan ketaqwaan itu diejawantahkan dalam akhlakul karimah, atau perilaku yang mulia. Sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Qur'an yang mengatakan "Telah aku muliakan Bani Adam/manusia".

Dijelaskan narasumber menurut Prof. Nasarudin Umar, pengertian Bani Adam itu sangat umum sekali, seluruh manusia apapun jenis kelaminnya, dari manapun asalnya, dan Tuhan telah menciptakan manusia dengan mulia. Maka cara pandang bahwa pasanganmu adalah manusia yang mulia, itu sangat penting, karena kita memandang pasangan kita sebagai manusia yang tidak hanya secara fisik, tapi juga makhluk yang mempunyai sisi intelektual dan spiritual, maka kita memuliakan kemanusiaan itu.

Bagi perempuan yang susah klimaks ketika berhubungan seksual, karena selama ini perempuan selalu menjadi objek,

bukan subjek sehingga perempuan susah orgasme dan tidak bisa menikmati. Seperti yang ditulis Firliana Purwanti dalam buku *The "O" Project*, ia melakukan riset terhadap perempuan-perempuan yang sudah menikah bahkan yang sudah punya anak dan cucu. Ditanya apakah pernah orgasme dan merasakan kenikmatan, sebagian besar perempuan itu tidak merasakannya. Sebagian besar mengatakan, melakukan hubungan seksual atas dasar tuntutan, atas dasar pengabdian. Bukan atas dasar kenikmatan sendiri.

Padahal, narasumber mengingatkan bahwa kenikmatan itu menjadi hak. Shadaqah berhubungan seksual dalam Al-Qur'an mempunyai rambu-rambunya. Perkataan yang baik, juga memaafkan itu lebih baik dari pada shadaqah disertai dengan sesuatu yang menyakitkan. Jadi hubungan seksual itu adalah baik mendatangkan shadaqah. Tapi kalau berhubungan seksual itu mendapatkan kesakitan, maka ungkapkan dengan cara yang baik.

Lalu dalam kondisi apa perempuan boleh menolak hubungan seksual? Ketika kelelahan bekerja, dan mengasuh anak. Karena perempuan juga manusia yang membutuhkan istirahat.

Jadi bagaimana hubungan seksual yang baik itu? Diawali dengan melakukan *fore play* dulu sebagai pembukaan. Jadi tidak tiba-tiba. Meskipun dalam Al-Qur'an disebutkan, istrimu adalah ladang, tetapi bukan seperti itu pemaknaannya. Karena

dalam mafhum mubadalah, suami juga bisa menjadi ladang kebaikan bagi istrinya. Bagaimana ladang itu dikelola dengan baik, sehingga melahirkan benih-benih yang baik. Analogi ladang itu dimaknai dengan kebaikan. Relasi suami istri bukan relasi kuasa, di mana yang satu menghamba pada yang lain.

Soal suami istri yang LDR (*Long Distance Relationship*), kembali pada konsep *sakinah mawaddah wa rahmah*, mensyaratkan ada komunikasi yang konstruktif, dan positif antara suami dan istri. Suami dan istri menjadi ruang aman bagi pasangannya masing-masing. Ketika LDR, bagaimana suami istri saling menjaga komitmen. Komunikasi yang aktif antara kedua belah pihak, sehingga meskipun berjauhan masih tetap merasa diperhatikan.

Terakhir, tentang menolak hubungan seksual di malam pertama, narasumber menegaskan kembali makna "*Muasyarah bil Ma'ruf*", zaway atau berpasangan, bahwa pasangan suami istri itu seperti pakaian, di mana masing-masing merasa nyaman, sehingga hubungan seksual itu bisa mendatangkan kenikmatan tidak hanya bagi salah satu pasangan, tapi juga bagi pasangan lainnya. Sebagaimana yang telah diteladankan oleh Rasulullah SAW.

Kesimpulan dari tema sesi ketiga ini, meski "Hak Memenuhi Hasrat Seksual yang halal dan Baik" ini merupakan tema sensitif, dan penting. Namun seringkali soal seksualitas diabaikan oleh pasangan suami istri, karena menganggap sebagai ruang privat

sehingga tabu untuk diperbincangkan. Padahal, hak memenuhi hasrat seksual yang halal dan baik, juga bagian penting dalam membangun relasi rumah tangga. Sebab dengan komunikasi yang baik, perlakuan yang baik, dan penikmatan seksual yang terpenuhi dengan baik, kebahagiaan keluarga sebagaimana tujuan dari Kitab *Manba' as-Sa'adah* ini niscaya akan tercapai oleh pasangan suami istri.

**Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!**



Nyai Yulianti Muthmainnah:

Merencanakan Pernikahan yang Mubadalah dengan Landasan Takwa, Maslahah, dan Ta'aruf

Penulis: Ahmad Murtaza MZ

Pernikahan merupakan prosesi sakral dan memiliki tempat khusus dalam ajaran agama Islam. Pernikahan, jika ditinjau secara bahasa, dapat diartikan membolehkan sesuatu yang sebelumnya diharamkan dalam agama Islam. Maka dari itu, memahami prinsip-prinsip dalam pernikahan harus dipahami secara holistik oleh setiap calon pasangan suami istri.

Agama Islam telah mengajarkan konsep bagaimana membentuk sebuah keluarga muslim yang bertujuan untuk kemaslahatan antara suami dan istri. Prinsip dasar yang harus dipahami setiap pasangan ialah, Islam mengajarkan bahwa tidak ada perbedaan mendasar antara suami maupun istri. Seorang istri memiliki hak atas suaminya dan begitu pula sebaliknya, suami memiliki hak atas istrinya. Maka terbentuklah relasi yang

sejajar (*equal*).

Dengan semangat prinsip kesetaraan tersebut, Mubadaalah, id, Swararahima, Fahmina Institute dan Komisi Ulama Perempuan Indonesia (KUPI) menginisiasi untuk mengadakan kelas intensif ramadhan bersama dua puluh ulama perempuan. Objek yang menjadi kajian ini adalah kitab *Manba' as-Sa'adah*, buah karya kang Faqih Abdul Kodir. Kitab tersebut menjelaskan secara ringkas bagaimana cara membangun prinsip-prinsip relasi suami istri sebagai bekal pernikahan.

Pemateri yang membahas tentang prinsip relasi suami istri sebagai bekal pernikahan ialah Nyai Yulianti Muthmainnah. Ibu nyai yang berasal dari Tanjung Karang Lampung ini merupakan aktivis dalam isu-isu perempuan, Islam, hukum, HAM, dan dialog antar agama yang dimulai sebelum lulus kuliah atau tepatnya tahun 2003.

Nyai Yulianti merupakan lulusan UIN Syarif Hidayatullah dengan konsentrasi Syari'ah dan Hukum pada tahun 2005. Tidak berhenti di situ, Nyai Yulianti pada tahun 2016 menyelesaikan program magisternya di Universitas Paramadina dengan konsentrasi Ilmu Hubungan Internasional.

Sederet jabatan yang ia ampu saat ini selain menjadi dosen tetap di Institut Teknologi dan Bisnis (ITB) Ahmad Dahlan Jakarta, juga menjabat sebagai Ketua Pusat Studi Islam, Perempuan, dan Pembangunan ITB Ahmad Dahlan Jakarta

serta Ketua Komunitas Aisyiyah ITB Ahmad Dahlan Jakarta. Di organisasi Muhammadiyah, ia menjadi anggota Majelis Hukum dan HAM Pimpinan Pusat Aisyiyah. Nyai Yuli juga menjadi staf di Dewan Pengawas Lembaga Perdamaian Indonesia/LPI, Kongres Ulama Perempuan Indonesia/ KUPI, dan KAICIID Fellows.

Dengan sederet jabatan tersebut, tak heran jika Nyai Yuli pernah terlibat di tim Staf Khusus Presiden Joko Widodo pada Bidang Keagamaan Internasional serta mengabdikan diri di Komnas Perempuan sebagai Asisten Pimpinan Bidang Kelembagaan dan Hubungan Internasional.

Nyai Yuli sangat aktif dalam bidang tulis-menulis, setidaknya lebih dari 141 tulisan telah dipublikasikan di jurnal, buku, modul, dan koran nasional. Tak lupa pula, ia merupakan pembicara serta fasilitator dalam forum nasional bahkan internasional. Bahkan ia juga merangkap sebagai konsultan di beberapa tempat seperti the Asia Foundation, Lokataru, UNICEF, Rumah KitaB, Rutgers, the Wahid Foundation, dan Komnas Perempuan.

Berbekal pengalaman yang begitu banyak tidak meragukan lagi untuk Nyai Yuli untuk berbicara mengenai prinsip-prinsip relasi suami istri sebagai bekal dalam pernikahan. Sebelum menikah, setiap pasangan harus mengerti peran-peran yang harus dijalani bersama dalam pernikahan.

Dasar Pernikahan adalah Takwa

Menurut Nyai Yulianti, dengan mengutip *Manba' as-Sa'adah*, pernikahan harus didasari dengan takwa. Takwa hanya dikaitkan dengan keberadaan Allah Swt serta takut kepada-Nya, sehingga kedudukan yang setara antara pasangan dapat tercapai. Dalam suatu pernikahan, terdapat lima prinsip sebagai bekal setiap calon pasangan pengantin.

Pertama, kemaslahatan setiap pasangan merupakan tujuan dalam sebuah pernikahan. Islam datang sebagai agama *rahmatan lil a'lamin* (kasih sayang bagi setiap ciptaan-Nya), maka itu kasih sayang tidak hanya diperuntukkan untuk pria saja atau wanita saja, melainkan untuk keduanya. Cerminan tersebut dapat dilihat bagaimana Islam datang untuk mendobrak hirarki yang ada pada masyarakat Arab pada masa itu, yang menempatkan wanita pada posisi terpinggirkan.

Kedua, prinsip dua mata sisi uang. Setiap pasangan baik suami atau istri memimpikan pernikahan yang tentram, nyaman, serta penuh cinta. Nyai Yulianti memberikan ilustrasi bahwa terdapat dua hasil dalam suatu pernikahan, apakah pernikahan menjadi maslahat atau pernikahan menjadi mafsadat. Nikah yang berorientasi maslahat adalah jika setiap pasangan saling bersenang-senang dalam menyalurkan hasrat biologis keduanya dengan cara yang ma'ruf. Ada dua kata kunci yaitu "kesalingan dan ma'ruf", yang harus dimengerti oleh setiap pasangan. Antara kesalingan dan ma'ruf harus seiring-sejalan sehingga

ketentraman, kenyamanan, dan cinta dapat terus muncul.

Namun ada pula pernikahan yang berujung kepada mafsadat, yakni jika tujuan pernikahan adalah untuk mengontrol pasangan hingga mengeksploitasi tubuh pasangan. Niat seperti ini harus dihilangkan oleh setiap pasangan karena malah berujung kepada keretakan rumah tangga serta menzalimi pasangan.

Ketiga, *muqaddimah* pernikahan. Nilai yang terkandung dalam *muqaddimah* pernikahan di antaranya adalah moralitas, takwa, dan pasangan sekufu'. Nyai Yulianti memfokuskan pada pencarian pasangan yang sekufu'. Dalil yang biasanya beredar dalam mencari pasangan ialah hadis yang terdapat dalam Shahih Bukhari melalui jalur sahabat Abu Hurairah yang artinya:

“Wanita itu dinikahi karena empat hal: karena hartanya, karena nasabnya, karena kecantikannya, dan karena agamanya. Maka pilihlah agamanya, niscaya kamu akan beruntung.”

Dalam setiap terjemahan kitab-kitab hadis, kata “*al-mar’ah*” diartikan sebagai “wanita”, seakan pengkhususan hadis tersebut hanya untuk pria yang mencari wanita saja, ini sangat bertolak belakang dengan misi Islam yang merupakan rahmat bagi setiap ciptaan-Nya. Muncul pertanyaan, bagaimana cara wanita dalam memilih pasangan yang tepat?

Maka menurut Nyai Yulianti, di sinilah pendekatan *mubadalah* atau kesalingan yang digagas oleh Kang Faqih

dapat diaplikasikan dalam membaca hadis. Bahwa hadis untuk memilih pasangan tidak diperuntukkan untuk pria saja, namun berlaku pula untuk wanita yang sedang mencari pria sebagai pasangan hidupnya. Sehingga, ketepatan fungsi hadis dapat berlaku semestinya.

Selain kriteria sekufu' tersebut, perlu pula pasangan untuk mempersiapkan mental dan fisik. Kedua hal ini diperlukan dalam mengarungi bahtera rumah tangga ke depan, karena kesiapan dua hal tersebut makin memantapkan niat untuk melangkah kepada jenjang pernikahan.

Keempat, prinsip kepemilikan ayah terhadap anak perempuannya. Tradisi yang selama ini telah menjadi pemahaman secara turun-temurun, bahwa seorang ayah berhak untuk mengatur anak perempuannya dalam menentukan pasangan hidup. Seakan-akan seorang perempuan tidak memiliki hak untuk memilih sendiri orang yang sesuai dengan keinginannya.

Nyai Yulianti mengomentari bahwa seorang anak perempuan berhak menentukan siapa saja yang akan menjadi pasangan hidupnya, bahkan seorang ayah tidak boleh memaksa anaknya untuk memenuhi kehendaknya. Ibnu al-Jauziyah dalam kitab *Zad al-Ma'ad*, mengutip hadis tentang penolakan seorang wanita yang dijodohkan oleh ayahnya, yang artinya:

“Dari al-Qasin, bahwa seorang wanita dari abi Ja'far merasa ketakutan (waswas) walinya menikahkannya sedang dia tidak

suka, maka ia segera mengutus seseorang menemui dua syaikh dari kalangan anshar, Abdurrahman dan Mujamma', dua anak Jariyah. Maka keduanya berkata: janganlah khawatir, sebab Khansa' binti Khidzam pernah dinikahkan ayahnya sedang dia tidak suka, maka Nabi Shallallahu 'alaihi wasallam menolak pernikahannya."

Berdasarkan hadits di atas, maka seorang ayah tidak punya kuasa untuk menikahkan anak perempuannya sesuai kehendaknya pribadi. Sebagaimana yang harus dipahami, pernikahan mengandung makna saling *ridha* atau dalam Al-Qur'an menggunakan kata *taradhin*, pria ataupun wanita harus saling *ridha* dan ikhlas dalam pernikahan tanpa ada paksaan dalam menjalaninya.

Kelima, pernikahan yang memunculkan rasa cinta secara terus menerus. Banyak hal sebelum pernikahan yang tidak diketahui, misalnya cara tidur pasangan, sifat pasangan, dan hal-hal lain terkait kegiatan sehari-hari. Maka, pernikahan yang akan menghabiskan waktu dalam jangka panjang dibutuhkan penanaman prinsip mubadalah atau kesalingan. Setiap pasangan saling mengapresiasi satu sama lain, maka rasa cinta dan kasih sayang akan terus muncul sepanjang berumah tangga.

Dengan prinsip ini, maka kesetiaan tidak hanya dituntut oleh satu pihak saja, tetapi setiap pasangan diharuskan untuk setia, memunculkan rasa cinta, memupukkan rasa sayang kepada pasangannya setelah akad nikah diikrarkan. Karena, pasca akad nikah akan menentukan hasil bagaimana hubungan

rumah tangga berlangsung.

Empat Poin Penting

Setelah memahami kelima prinsip yang terkandung dalam kitab *Manba' as-Sa'adah*, calon pasangan suami istri perlu memahami empat poin penting, yang menurut Nyai Yulianti harus dipertegas kembali sebelum melangkah kepada jenjang pernikahan.

Poin pertama adalah ta'aruf. Ta'aruf terhadap pasangan haruslah dilakukan oleh setiap pasangan terlebih oleh wanita. Tidak sebatas urusan ibadah, misalnya pertanyaan "bisakah kamu salat?" Perlu pula untuk ditanyakan serta didiskusikan mengenai kesalingan antara pasangan. Misalnya, jika suatu saat kita memiliki anak, siapa yang akan merawat dan mengasuh anak tersebut? Apakah hanya istri saja? Karena mengasuh anak merupakan tugas kedua orang tuanya, tidak hanya ibu tetapi ayah juga turut andil.

Pertanyaan lain, jika saya mengalami disabilitas ketika sudah menjadi pasangan anda, apakah anda bisa menerimanya atau tidak? Jika di antara kita sedang ada masalah satu sama lain, bagaimana cara kita menyelesaikan masalah tersebut? Apakah curhat melalui media sosial?

Dari pertanyaan-pertanyaan tersebut dapat dipahami bahwa tujuan dari ta'aruf ialah untuk mendiskusikan terlebih dahulu apa yang belum terjadi atau membayangkan masa

depan bersama pasangan secara sadar yang konsekuensinya berujung kepada keputusan apakah akan menikah dengan calon pasangan, atau meninggalkannya.

Setelah proses ta'aruf maka masuk kepada poin selanjutnya yaitu *khitbah*. *Khitbah* yang dimaksudkan ialah diskusi yang berkaitan secara personal atau lebih mendalam lagi. Contohnya, jika suatu saat kita menikah, berapa anak yang akan kita miliki? Atau jika kita memiliki anak, alat kontrasepsi apa yang akan kita gunakan? Tahapan *khitbah* dapat dikatakan masuk kepada fase yang lebih serius dan mendalam lagi.

Di dalam Undang-undang Nomor 7 Tahun 84 yang merupakan ratifikasi Konvensi PBB tentang Penghapusan segala Bentuk Diskriminasi terhadap Perempuan atau *Convention on the Elimination of all Forms of Discrimination Against Women* (CEDAW), terdapat bab tentang perempuan dan keluarga yang mendiskusikan mengenai tubuh wanita, kesehatan reproduksi, dan lainnya.

Deklarasi Kairo tahun 1984, yang disempurnakan dalam Beijing Platform menyatakan bahwa kesehatan reproduksi wanita tidak hanya mental dan fisik saja namun juga memastikan tidak terserang penyakit dalam organ reproduksinya. Maka harus diperhatikan kembali, kesehatan reproduksi tidak sebatas melahirkan anak, namun juga perhatian lebih terhadap fisik, mental, sosial, budaya, bebas dari penyakit menular. Seorang wanita berhak untuk mengatur tubuhnya, seperti kapan untuk

hamil, jarak anak, dan lainnya.

Poin ketiga yang disampaikan oleh Nyai Yulianti berkaitan dengan perjanjian dalam pernikahan. Dalam Islam, membuat perjanjian pernikahan diperbolehkan karena pernikahan dalam Islam digambarkan sebagai *misagan ghalizha* atau ikatan yang kokoh. Bahkan berkaitan dengan perjanjian untuk tidak berpoligami sebagai syarat sah dalam sebuah pernikahan diperbolehkan.

Terdapat perbedaan antara perjanjian perkawinan dalam hukum perdata dan fikih. Dalam hukum perdata, pasal 119 sebatas membahas pemisahan harta suami dan istri. Dalam UU Perkawinan Pasal 29 dan 35, juga keputusan mahkamah konstitusi nomor 9 tahun 2015, menyebutkan bahwa perjanjian perkawinan sah secara hukum dan dicatat notaris selama tidak melanggar batasan-batasan agama. Adapun perjanjian perkawinan dalam fikih Islam, sangatlah luas, karena bisa berkaitan mengenai poligami, talak, dan lain-lain, yang bertujuan untuk melindungi setiap pasangan.

Poin besar yang terakhir ialah akad. Biasanya sebelum berlangsungnya akad nikah, penghulu akan bertanya kepada calon pengantin adanya keterpaksaan dalam pernikahan. Sayangnya, ketika akad berlangsung wanita tidak dihadirkan, padahal kehadiran wanita dan pria di saat akad sangatlah penting karena ikatan pernikahan bukan transaksi antara mempelai pria, penghulu dan wali. Keterangan dari Nyai

Yulianti bahwasanya akad dalam fikih ialah menghadirkan wanita ketika akad sebagai subjek yang mandiri bertujuan agar wanita dapat mengatakan janji dalam sebuah pernikahan.

“Ada pula berkaitan dengan budaya, yang selama ini menjadi keharusan untuk dilakukan. Pria dan wanita memiliki hak untuk menolak upacara-upacara tersebut,” kata Nyai Yulianti, yang enggan untuk melakukan tradisi Jawa yaitu cuci kaki dan injak telur. Nyai Yulianti mengibaratkannya sebagai sebetuk penghambaan, dan itu berbenturan dengan ajaran Islam. Maksud Nyai Yulianti, wanita berhak mengambil posisi ketika akad dan prosesi akad berlangsung. Jangan sampai semua proses pernikahan diatur oleh pihak lain karena wanita harus turut andil dalam prosesi pernikahannya.

Masih berhubungan dengan akad, Nyai Yuli juga membahas tentang posisi seorang ayah. Ia bercerita tentang temannya yang akan menikah. Ia sibuk mencari ayahnya yang tidak ada kabar keberadaannya, karena ia hanya dibesarkan oleh ibunya. “Mengapa dalam pernikahan masih mencari sosok yang mungkin sebagai pelaku kekerasan? Lalu, anaknya dipaksa untuk minta maaf, dan sosok itu harus dihadirkan dalam pernikahannya. Maka, jika perempuan sebagai subjek yang mandiri mengatakan “saya tidak ingin ayah saya hadir karena pelaku kekerasan atau tidak bertanggung jawab atas keluarga”, pilihan seperti itu harusnya dihormati. Hal tersebut boleh-boleh saja dilakukan, karena seorang perempuan diberi

hak untuk menyuarakan apa yang diinginkan,” terang Nyai Yuli.

Sebagai penutup Nyai Yulianti mengutip sebuah hadis yang dinarasikan oleh Abu Hurairah: *“Demi Allah tidak beriman, demi Allah tidak beriman, demi Allah tidak beriman, bagi mereka yang tidak memberikan kenyamanan atas tetangganya”*.

“Hadis tersebut menggambarkan Rasul sangat marah dengan orang-orang yang mengganggu tetangganya. Bagaimana pula jika tidak dapat memberikan kenyamanan terhadap keluarganya? Mungkin Rasul lebih tegas lagi,” ujar Nyai Yuli.

Peserta Bertanya, Nyai Yuli Menjawab

Paparan Nyai Yuli mengenai relasi laki-laki dan perempuan yang merencanakan pernikahan sungguh telah menguatkan isi kitab karya Kang Faqih. Bahkan kesepakatan nasional dan internasional yang dituangkan di dalam konvensi dan UU pun sejalan dengan hukum Islam yang tidak diskriminatif terhadap perempuan. Lalu, mengapa tafsir bisa berbeda sehingga perlakuan terhadap perempuan bisa tidak adil? Banyak pertanyaan muncul di benak peserta kajian. Sejumlah peserta mengangkat tangan dan bertanya.

1. Alifatul Arifiati: Bagaimana cara menyamakan pendapat kepada calon pasangan agar bisa mendiskusikan mengenai prinsip-prinsip pernikahan?
2. Hasna: Bagaimana cara menyikapi intervensi keluarga atau saudara terhadap masalah yang ada dalam rumah

tangga?

3. Ahmad Dirga: Bagaimana cara menyikapi budaya patriarti dalam Islam? Apakah sebatas tekstual atau kontekstual?
4. Afiatun Hasanah: Apa dampak dari pelanggaran dari perjanjian perkawinan dalam pandangan fikih? Bagaimana menyikapi pasangan yang melanggar?
5. Ihdina Sabili: Apa batasan dari wali untuk memilihkan calon untuk anaknya?
6. Risti: Bagaimana cara bersikap jika seorang istri tidak bisa melayani hubungan biologis suami lalu suami memilih berselingkuh dengan alasan tersebut?
7. Shofuro: Apa kiat-kiat yang harus dilakukan agar komunikasi lebih baik terkhusus bagi pasangan yang jaraknya jauh?
8. Endang: Bagaimana penjelasan hadis tentang wanita diciptakan dari tulang yang bengkok?
9. Ahmad Sabilul: Apa pengertian dari Fasah nikah?
10. Alifatun Hasanah: Apa yang harus diutamakan dalam kriteria memilih pasangan yang berdasarkan hadis Rasulullah?
11. Dewi: Bagaimana metode mubadalah dalam menjelaskan tentang jodoh yang sepadan?

12. Ainun Jamilah: Jika calon pasangan pria dan wanita sudah cocok namun terkendala restu orang tua yang lebih mengedepankan calon pribadi mereka. Apakah anak yang telah mandiri untuk menikahkan dirinya sendiri?

“Sebelum menyikapi setiap permasalahan dalam rumah tangga, setiap pasangan baiknya harus memahim bahwa tujuan dalam rumah tangga ialah menjadi keluarga sakinah mawaddah wa rahmah. Setelah paham benar dengan tujuan tersebut, harus dipahami ketika menikah setiap pasangan mendambakan kebahagiaan, jika tidak menemukan kebahagiaan apa yang harus dilakukan oleh pasangan?” tutur Nyai Yuli.

Langkah pertama, paparnya, intropeksi diri di waktu-waktu yang kondusif seperti setelah salat atau menjelang tidur. Jangan sampai mengedepankan ego pribadi baik suami ataupun istri. “Mulailah dengan bertanya, mengapa selalu muncul masalah di antara kita dilanjutkan dengan saling menyurati diri dengan kelebihan masing-masing barulah dilanjutkan dengan pertanyaan mengapa masalah ini bisa muncul?” kata Nyai.

Nyai Yuli juga menasehati jangan sampai masalah rumah tangga diumbar ke sosial media, karena bukan mendapatkan jawaban atau solusi malah menyebabkan keruwetan dalam permasalahan rumah tangga. Maka cara yang tepat ialah suami dan istri saling berdiskusi atau refleksi diri karena pada saat itu adanya manfaat dalam rumah tangga. Sehingga menemukan

solusi atas masalah tersebut secara bersama-sama.

Namun jika buntu dan tidak menemukan solusi atas masalahnya dalam Islam barulah menganjurkan *hakamain* atau dua orang teman yang dapat dipercaya dan posisinya netral untuk menjelaskan masalah. Atau jika memilih untuk berpisah, maka berpisahlah dengan cara yang baik tanpa mengumbarkan aib masing-masing.

Lalu berkaitan mengenai budaya patriarki yang banya tertuangkan dalam karya-karya ulama Islam, harus dipahami terlebih dahulu bagaimana latar belakang penulisan kitab-kitab tersebut, sejarah, sosio-historis, dan aspek-aspek lainnya sehingga memahami kitab tersebut secara menyeluruh dan tidak asal menghakimi benar atau salah. Sehingga, penggunaan literatur yang progresif akan lebih baik pada saat sekarang ini karena pengarangnya menyesuaikan konteks yang ada.

“Pasangan sekufu’ memiliki perspektif pemahaman yang sama bukan sekedar kelas, pendidikan, harta, jabatan atau lainnya. Poin penting lainnya ialah jangan sampai calon pasangan memiliki perspektif merendehkan martabat wanita seperti perempuan akalnya setengah, bukan makhluk sempurna dan lainnya, sebenarnya memiliki pemahaman yang sekufu’,” papar Nyai.

Berkenaan hadis tentang penciptaan perempuan dari tulang yang bengkok atau dari tulang rusuk laki-laki, bagi

Nyai Yulianti, hal itu bertabrakan dengan ayat-ayat penciptaan manusia yang terdapat dalam Al-Qur'an, contohnya dalam surat As-Sajadah ayat 7-9, Al-Mu'minun ayat 12-14 dan lainnya. Maka jika hadis bertentangan dengan ayat Al-Qur'an maka yang digunakan mengenai penciptaan manusia.

“Untuk komunikasi antara pasangan yang jaraknya jauh ketika bertemu tumpahkan rasa kasih sayang terlebih dahulu kepada pasangan, saling memuji, saling mengungkapkan rasa cinta dan terakhir berinisiatif dengan cara masing-masing,” kata Nyai Yuli.

Ketika terbentur restu dari orang tua, sebaiknya setiap pasangan mendiskusikan terlebih dahulu kepada orang tuanya, namun jika buntu seorang anak berhak menolak pilihan orang tuanya. Karena, hakikat dari wali sendiri ialah memastikan kebahagiaan anaknya setelah menikah bukan memaksakan kehendak terhadap anaknya.

Kasus mengenai perselingkuhan karena istri tidak dapat memenuhi kebutuhan biologis suami dengan alasan-alasan tertentu, ini tidak dapat dibenarkan karena tujuan dari pernikahan bukan untuk memenuhi hasrat biologis saja namun memiliki tujuan yang lebih mulia lagi yaitu ketakwaan kepada Allah Swt.

Berkaitan dengan pemilihan pasangan, kriteria pasangan diingatkan oleh Nyai Yulianti, bahwa pemilihan pasangan

berdasarkan hadis tidak bisa dipisahkan satu persatu karena keempat hal tersebut sudah satu paket. Yang menjadi fokus perihal keturunan, harus dipahami apakah calon tersebut bisa dinikahi. “Jangan sampai menjadi masalah yang menyebabkan fasah nikah seperti saudara sepersusuan, saudara kandung yang terpisah dan lain sebagainya,” imbuhnya.

Nyai Yuli menambahkan, “Pelanggaran terhadap perjanjian perkawinan dapat menyebabkan perkawinan dapat dibatalkan, itu merupakan konsekuensi dari perjanjian perkawinan. Namun yang menjadi catatan ialah dapat membatalkan perkawinan jika sudah membawa hal tersebut kepada hakim lalu hakim memutuskan atas perkara tersebut”.

Kesimpulan pada pembahasan kali ini ialah: sebelum memutuskan untuk menikah dengan pasangan yang dipilih, kita haruslah paham dengan baik empat poin besar di atas. Perlu menyamakan perspektif, agar menjalani pernikahan dengan lebih mudah, serta pahami tujuan mulia dari pernikahan, yakni ketakwaan kepada Allah Swt.



Ibu Nyai Awanillah Amva:

Pernikahan: Akad Kerjasama dan Kesalingan

Penulis: Siti Maisaroh

Satu tema menarik yang dibahas dalam Kelas Intensif Ramadhan adalah “Nikah sebagai Akad Kerjasama dan Kesalingan” yang merupakan satu bab dalam kitab *Manba’ as-Sa’adah* karya Kang Faqih, pada halaman 27-30. Sesi ini dipantik oleh pengasuh Pondok Pesantren Kebon Jambu Babakan Cirebon, Nyai Awanillah Amva atau yang akrab dipanggil Yu Awa/Nyai Awa.

Nyai Awa menempuh pendidikan MIN dan MTsN di Babakan Ciwaringin Cirebon, kemudian melanjutkan ke Pondok Pesantren Al-Amin Prenduan Sumenep Madura dan Pondok Pesantren Aris Kaliwungu Kendal Jawa Tengah. Nyai Awa merupakan perempuan yang sangat menjunjung tinggi kesalingan antara suami-istri dalam sebuah pernikahan.

Moderator kelas intensif, Zahra Amin, bahkan masih

terngiang-ngiang dengan pernyataan Nyai Awa yang sangat menyentuh dalam salah satu ceramahnya. Ia mengatakan “Jika kamu ingin istrimu seperti Khadijah, maka Muhammadkan-lah dirimu”. Pernyataan ini menunjukkan bahwa suami-istri sudah seharusnya membangun sebuah kesalingan.

Sebelum membahas tentang nikah sebagai akad kerjasama dan kesalingan, Nyai Awa mengajak peserta untuk memahami empat tujuan pernikahan yang harus dipegang erat oleh setiap pasangan. Pertama, *at-ta'abbud* (beribadah kepada Allah). Kedua, *at-taqarrub* (mendekatkan diri kepada Allah). Ketiga, *ittiba'u sunnatir rasul saw* (mengikuti sunnah Rasulullah). Keempat, *tahshilul waladi wan nasali* (menghasilkan anak dan keturunan).

Akad Nikah, Transaksi Kesalingan

Nyai Awa menegaskan bahwa pernikahan tidak bisa terjadi tanpa melalui *aqdun nikah*. *Aqdun* mempunyai arti perjanjian, kontrak, dan sebagainya. Jika dilihat dari *shiyaghul kalam*, *aqdun nikah* merupakan susunan *idhofah* (lafadz *aqdun* mempunyai tarkib sebagi *mudhof* dan *nikah* sebagai *mudhof ilaih*, yang keduanya mempunyai arti masing-masing). Akad nikah merupakan salah satu rukun dalam pernikahan yang harus dilakukan dan tidak dapat dilewati. Kewajiban akan adanya akad nikah dijelaskan dalam Surah An-Nisa' ayat 21, yakni:

وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا (21)

Ayat di atas menjelaskan bahwa harus ada perjanjian yang dilakukan dalam suatu pernikahan antara mempelai pria dan wanita, yang disebut dengan *aqdun nikah* atau *mitsaqon gholidho*.

Nyai Awa menjelaskan bahwa akad nikah merupakan transaksi yang berbeda dengan transaksi lain seperti jual beli, sewa-menyewa, gadai, hibah dan lainnya. Sebagian ulama fiqih memperdebatkan tentang kedudukan *aqdun nikah*, apakah termasuk *aqdu tamlik* atau *aqdu ibahah*. Sebagian ulama juga mengatakan bahwa nikah adalah *aqdu tamlik*, baik *tamlikul 'ain*, *tamlikul manfaah*, atau *tamlikul intifa'*.

Namun menurut *qaul masyhur (Syafi'iyah)*, *aqdun nikah* merupakan *aqdu ibahah* (pemberian izin, bukan kepemilikan). Sayyid Bakri dalam *i'anaatuttholibin* berpandangan bahwa nikah adalah akad kebolehan untuk melakukan hubungan seksual (*ibahatu wath'in*), suami dan istri diberi izin untuk melakukan hubungan seksual, bukan kepemilikan, dan juga bukan kepemilikan manfaatnya. Suami dan istri diberikan izin untuk bersenang-senang, tidak terfokus pada alat kelaminnya, juga bukan fungsi alat kelaminnya.

Nyai Awa menghimbau kepada santri Mubadalah untuk memahami *aqdu tamlik* dan *aqdu ibahah* dengan benar supaya tidak terjadi kesalahan. *Aqdu tamlik* terbagi menjadi tiga. Pertama, *tamlikul 'ain*, dalam hal ini pemilik boleh menjual, memberikan, meminjamkan, dan mewariskan barang yang

dimiliki. Kedua, *tamlikul manfaah*, pemilik mempunyai hak untuk memakai atau mengambil manfaat barang dengan segala akibat, seperti menyewakan dan meminjamkan kepada orang lain. Ketiga, *tamlikul intifa'*, pemilik mempunyai hak dari suatu benda hanya untuk dirinya sendiri, tidak diperbolehkan menjual, menyewakan dan meminjamkan kepada orang lain.

Setelah menjelaskan perbedaan tentang macam-macam *tamlik*, Nyai Awa melanjutkan dengan penjelasan tentang *ibahah* yang merupakan pemberian paling lemah dalam kepemilikan. Beliau menegaskan sekali lagi bahwa *ibahah* adalah hak yang paling lemah dalam kepemilikan, bahkan dalam *ibahah* tidak mengandung sama sekali hak milik, hanya sebatas pemberian izin, sementara barang dan manfaatnya tetap dimiliki oleh pemiliknya, bukan milik orang yang diberi izin. Oleh karena itu, dalam *ibahah* tidak diperkenankan menjual, menyewakan, meminjamkan sampai mewariskan, barang tersebut hanya dinikmati untuk dirinya sendiri.

Imam As-Suyuti dan Ibnu Lujaim dalam kitabnya *al-asybah wa an-nadhair* menggambarkan *ibahah* seperti makanan yang disuguhkan oleh tuan rumah kepada tamunya. Untuk menjelaskan lebih detail, Nyai Awa memberikan contoh yang dikemas dalam sebuah cerita. Suatu hari Nyai Awa bertamu ke rumah Mbak Zahra, kemudian Mbak Zahrah memberikan penghormatan dengan cara menyuguhkan bermacam-macam makanan. Dalam keadaan ini, Mbak Zahra memberi izin

kepada Nyai Awa untuk menikmati makanan yang disajikan sesuai kebutuhan. Jika tiba-tiba Nyai Awa melihat cokelat (yang tidak dihidangkan untuk beliau) dan ingin membawanya pulang, karena kebetulan anaknya penggemar cokelat, maka hal itu tidak diperbolehkan, karena cokelat tersebut tetap milik tuan rumah. Nyai Awa juga menegaskan bahwa hidangan yang disajikan Mbak Zahra hanya boleh dinikmati oleh Nyai Awa.

Ibnu Rajab dalam kitab *al-qowaid* memberikan contoh tentang *ibahah*, termasuk salah satunya adalah *aqdun nikah*. Sebagian sahabat merasa ragu, apakah akad nikah termasuk *aqdu tamlik* atau *ibahah*. Ada yang mengatakan bahwa nikah merupakan *aqdu tamlik*, namun ia juga ragu, apakah *tamlikul ain, manfa'ah*, atau *intifa'*. Pandangan yang mengatakan bahwa menikah berarti akad kebolehan untuk bersenang-senang dengan farji, bukan memilikinya.

Selanjutnya Nyai Awa menjelaskan tentang perbedaan antara *izdiwaj* dan *milkul yamin*. *Izdiwaj* harus melalui proses akad nikah, sedangkan *milkul yamin* adalah hubungan kepemilikan antara tuan dan budaknya yang bebas melakukan apa saja. Adapun pendapat yang terpilih mengatakan bahwa nikah merupakan akad *ibahah*, bukan *tamlik*.

Setelah kita memosisikan pernikahan sebagai akad *ibahah*, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pernikahan bukan akad untuk memiliki farji seorang perempuan, bukan pula hak kepemilikan untuk memanfaatkan farji yang mempunyai

keterkaitan dengan penguasaan. Pernikahan memberikan izin untuk melakukan hubungan seksual antara laki-laki dan perempuan yang sebelumnya memang haram. Di sinilah letak bahwa rumah tangga merupakan kerjasama dan bukan atas dasar tukar menukar.

Izin Bersenang-senang

Setelah penjelasan nikah sebagai akad ibahah tersampaikan, Nyai Awa mengajak santri Mubadalah untuk berpindah pada permasalahan selanjutnya yaitu pemberian izin untuk bersenang-senang. Perlu dipahami bersama bahwa pemberian izin bukan berarti hak bersenang-senang hanya dimiliki oleh satu orang, akan tetapi pasangan suami istri saling memberikan izin dan mempunyai hak yang sama untuk bersenang-senang dan merasakan kepuasan.

Nyai Awa juga menjelaskan bahwa dalam pemberian izin tidak berarti satu orang lebih berhak atas satu orang lainnya. Hak bersenang-senang tidak bisa dimaknai dengan eksploitasi dan penguasaan. Suami tidak boleh memperlakukan istri semaunya sendiri, begitupun sebaliknya. Andaikata salah satu di antara pasangan ada yang sedang sakit, maka pasangan harus memahami dan tidak memaksa untuk melakukan hubungan seksual. Bagaimana bisa seorang merasakan kesenangan jika tubuhnya sedang sakit, sekali lagi Nyai Awa menegaskan bahwa suami dan istri harus saling merasakan kesenangan dalam *istimta'* ataupun berhubungan seksual. Nyai

Awa menambahkan bahwa pusat dari rumah tangga adalah istimta' atau hubungan suami dan istri, oleh karenanya hal tersebut perlu dikomunikasikan dan didiskusikan agar suami dan istri bisa saling membantu dalam mencapai kesenangan hingga mewujudkan kesakinahan.

Tema yang dibawakan oleh Nyai Awa juga berhubungan dengan mahar yang diberikan oleh suami kepada istri saat melangsungkan akad nikah. Perlu dipahami, bahwa adanya mahar dalam pernikahan bukanlah sebagai alat untuk menukar dengan farji perempuan/istri, melainkan *shaduqah wa nihlah* (pemberian secara suka rela dari suami kepada istri), sebagaimana firman Allah dalam surah An-Nisa ayat 4:

وَأَتُوا النِّسَاءَ صَدُقَاتِهِنَّ نِحْلَةً فَإِنْ طِبَّن لَكُمْ عَنْ شَيْءٍ مِنْهُ نَفْسًا فَكُلُوهُ هَنِيئًا مَرِيئًا

Nyai Awa kemudian menceritakan kisah sahabat pada zaman Rasulullah saw. Saat itu datang seorang perempuan yang menghibahkan dirinya kepada Rasulullah saw sembari berkata “wahai Rasul, saya hibahkan jiwa dan raga saya”. Namun tidak ada respon hingga beberapa lama, baik dari Rasulullah maupun para sahabat. Kemudian ada seorang sahabat yang merasa kasihan kepada perempuan tersebut, ia berkata “Wahai Nabi, nikahkanlah saya dengan perempuan itu, jika engkau tidak berkebutuhan untuk menikahinya”. Rasulullah merespon dengan pertanyaan “Apakah kamu punya sesuatu untuk melamarnya?”. Laki-laki tersebut menjawab “Saya tidak punya

apa-apa kecuali sarung”.

Seketika Rasul menegur sahabat tersebut, “Hei, jika kamu menyerahkan sarungmu, lantas dengan apa kamu duduk? Apa kamu mau bertelanjang? Carilah sesuatu!”. Sahabat tersebut menjawab “Saya tidak menemukan apa-apa ya Rasul”. Kemudian Rasul berkata “Carilah meskipun hanya cincin yang terbuat dari besi!”. Sahabat tersebut masih keberatan, hingga Rasulullah saw berkata “Apakah kamu mempunyai sedikit hafalan dari Al-quran?”. Sahabat menjawab “ Iya Rosul, saya hafal surat ini dan ini (tidak disebutkan surah apa yang dihafal)”. Akhirnya Rasulullah saw berkata “*Zawwajna kaha bima ma’aka minal quran* (kami menikahkanmu dengan Al-Qur’an yang ada dalam dirimu)”.

Dari kisah tersebut Nyai Awa menjelaskan bahwa dengan membaca surah dari Al-quran, seseorang sudah bisa melangsungkan akad nikah. Hal ini menunjukkan bahwasanya tidak ada pertukaran di dalam mahar. Cincin yang terbuat dari besi ataupun bacaan dari surah Al-Qur’an bukanlah alat untuk menukar farji perempuan.

Abu Dawud meriwayatkan dari Uqbah bin Amir bahwasanya “*Khairun nikahi aisaruhu*”. Sebaik-baik pernikahan adalah yang paling mudah dalam maharnya, pelaksanaannya (*walimatul ‘ursy*) dan perjalanan menuju akad nikah. Dalam riwayat lain disebutkan “*Inna a’dzoman nikahi barakaha aisaruhu mu’nan*”. Pernikahan yang paling besar keberkahannya adalah yang paling

mudah maharnya. Sekali lagi Nyai Awa menegaskan bahwa mahar bukanlah alat untuk *mu'awadhah* (tukar menukar antara farji perempuan dengan laki-laki yang memberikan mahar).

Sebelum sesi diskusi, Nyai Awa memberikan kesimpulan bahwa menurut Imam Syafii pernikahan adalah *aqdu ibahah*, saling menggauli, dan berkerjasama. Sepasang suami dan istri harus tunduk dan patuh pada prinsip-prinsip pergaulan mulia (*husnul mu'asyarah*) yang telah ditunjukkan oleh Al-Qur'an dan diajarkan oleh Rasulullah saw.

Sejumlah Pertanyaan dari Peserta

Nyai Awa telah menyampaikan materi dengan jelas dan *gamblang*. Para santri Mubadalah sangat antusias, bahkan sudah menuliskan pertanyaan-pertanyaan di *room chat*. Selanjutnya moderator membacakan pertanyaan untuk dijawab oleh Nyai Awa. Salah seorang santri bertanya tentang fitrah. Seringkali ia mendengar bahwa fitrah perempuan selalu dikaitkan dengan urusan domestik dan reproduksi, seperti mengandung, melahirkan dan menyusui. Bagaimana dengan perempuan yang harus berkegiatan atau bahkan bekerja di luar rumah seperti petani, nelayan, dan profesi yang lain. Nyai Awa menanggapi bahwa fitrah perempuan terdiri dari menstruasi, mengandung, melahirkan dan menyusui. Selain hal tersebut, bukanlah fitrah dari seorang perempuan. Jika ada perempuan yang bekerja di luar rumah, maka hal tersebut tidaklah dilarang dan tidak menyalahi fitrah dari perempuan.

Pertanyaan berikutnya tentang suami dan istri yang belum pernah berhubungan badan kemudian bercerai. Bagaimana dengan laki-laki yang menarik kembali maharnya. Tentang pertanyaan ini Nyai Awa kembali mengingatkan bahwa mahar bukanlah alat untuk menukar farji perempuan. Maka tidak sepantasnya laki-laki tersebut menarik kembali mahar yang telah diberikan kepada perempuan, karena mahar adalah pemberian secara suka rela.

Pertanyaan berikutnya tentang mahar dengan ayat Al-quran. Berdasarkan kisah yang telah dituturkan oleh Nyai Awa, penanya menyimpulkan bahwa mahar dengan ayat Al-Qur'an menjadi opsi terakhir saat laki-laki tersebut tidak memiliki apa-apa. Seorang ulama berkata "Sebaiknya berilah mahar yang baik kepada istri, sebagaimana Rasulullah SAW memberikan mahar beberapa ekor unta kepada Sayyidah Khadijah". Penanya ingin mendengar pendapat Nyai Awa tentang trend mahar hafalan Al-Qur'an sekian juz, sementara laki-laki tersebut masih memiliki sesuatu yang lain, selain hafalan Al-quran.

Menanggapi persoalan tersebut, Nyai Awa menceritakan kisah Abdurrahman bin Auf saat melamar putri Rasulullah saw. Dalam sebuah riwayat diceritakan bahwa ia membawa seratus ekor unta. Saat itu Sayyidina Ali (diriwayatkan hanya membawa sebuah cincin yang terbuat dari besi) merasa khawatir jika Rasulullah saw lebih memilih Abdurrahman bin Auf dan menolak lamaran Sayyidina Ali. Namun ternyata Rasulullah saw memilih Sayyidina Ali dan

menikahkan dengan putrinya, Sayyidah Fatimah Az-Zahra. Nyai Awa juga mengingatkan kembali kepada para santri bahwa nikah yang paling banyak berkahnya adalah yang paling mudah. Tidak menjadi masalah jika seorang laki-laki mempunyai banyak harta, namun ia memilih sesuatu yang menurutnya unik untuk dijadikan mahar, seperti hafalan Al-Qur'an.

Pertanyaan selanjutnya tentang perempuan yang sudah rela menerima mahar dari pasangan namun orang tua dan keluarganya belum rela, sebab rata-rata mahar yang berlaku di daerahnya lebih tinggi nilainya dari pada mahar yang diberikan oleh laki-laki tersebut. Menyikapi persoalan ini Nyai Awa menghimbau kepada para santri agar kembali kepada aturan agama. Agama tidaklah mempersulit, melainkan mempermudah. Jika mahar yang berlaku di suatu daerah jauh lebih tinggi dari kemampuan pemberi mahar, maka kita harus berani mendobrak dan kembali pada pedoman agama.

Diskusi berjalan sangat menarik dan dialogis. Pertanyaan-pertanyaan dijawab oleh Nyai Awa dengan singkat, padat dan jelas. Seorang penanya mengadu bahwa selama ini Pondok Pesantren selalu dinilai cukup patriarki. Beberapa alumni pesantren (laki-laki) cenderung menggunakan bahasa agama sebagai sarana untuk menundukkan perempuan. Mereka menganggap bahwa perempuan hanya sebagai makhluk kelas dua. Penanya ingin mengetahui bagaimana cara Nyai Awa memberikan pendidikan di pesantrennya sehingga santri

laki-laki maupun perempuan adil gender, meskipun mereka mengkaji kitab kuning.

Nyai Awa bercerita tentang pengalaman beliau saat menjalani masa *iddah* sebab ditinggal wafat oleh suaminya. Beliau diperbolehkan keluar rumah yang masih dalam lingkungan pesantren untuk mengajar di Madrasah Aliyah, berbaur dengan santri laki-laki dan perempuan. Hal tersebut sama sekali tidak menimbulkan permasalahan, berbeda dengan saat beliau mengajar di Masjid (menggantikan almarhum suaminya untuk mengajar).

Banyak sekali yang memberikan ungkapan-ungkapan tidak menyenangkan, baik itu dari keluarga maupun selainnya. Dalam keadaan seperti itu, beliau tetap bersikukuh untuk mengajar santri laki-laki yang ada di Masjid. Menurut beliau, selama apa yang kita ajarkan adalah kebaikan maka tidak ada masalah untuk melaksanakannya. Dari kejadian ini dapat diambil kesimpulan bahwa Nyai Awa mengajarkan adil gender kepada santrinya dengan memberikan uswah atau teladan. Beliau juga mengajarkan bagaimana memperjuangkan suatu kebaikan, tentunya dengan cara-cara yang baik.

Pertanyaan-pertanyaan masih bermunculan di *room chat*. Hal ni menunjukkan keantusiasan dan keseriusan peserta dalam menggali sumur ilmu pengetahuan. Seorang santri bertanya tentang perempuan yang sudah dewasa secara fisik, mental dan mandiri finansial. Apakah perempuan tersebut boleh

menikahkan dirinya sendiri dengan menggunakan wali hakim, sebagaimana laki-laki dewasa mandiri boleh menikahkan dirinya dengan seorang perempuan.

Nyai Awa menceritakan tentang kisah Sayyidah Khadijah saat menikah dengan Rasulullah SAW. Sayyidah Khadijah adalah perempuan yang sudah jelas kedewasaan dan kemandiriannya, begitupun Rasulullah SAW. Nyai Awa mengatakan bahwa ada beberapa pendapat tentang kebolehan perempuan untuk menikahkan dirinya sendiri. Madzhab yang dipakai oleh sebagian besar orang Indonesia adalah madzhab Syafi'i yang ramah terhadap perempuan.

Suasana diskusi semakin seru dan memancing pertanyaan-pertanyaan lain. Seorang santri bertanya tentang konsep *ladies first* yang sedang trend di Barat. Penanya ingin mengetahui bagaimana pandangan Nyai Awa tentang hal tersebut. Mendengar persoalan itu Nyai Awa mengatakan bahwa hal tersebut lebih erat kaitannya terhadap etika. Jika seseorang mendahulukan perempuan karena menganggap ia adalah makhluk yang lemah, maka hal itu tidak sepatutnya dilakukan. Namun jika untuk menghormati, seperti mendahulukan perempuan yang sedang hamil untuk duduk di bus, hal itu diperbolehkan.

Pertanyaan masih mengalir dari para santri Mubadalah. Seorang santri bertanya tentang penentuan mahar. Apakah mahar ditentukan oleh calon suami sendiri atau calon istri yang melibatkan wali terkait nominalnya. Sekali lagi Nyai

Awa menegaskan bahwa mahar bukan alat untuk menukar. Berdasarkan kitab *Mamba' sa'adah*, mahar ditentukan oleh suami. Boleh saja kita mengikuti adat istiadat yang sudah berlaku terkait nominal mahar, namun alangkah lebih baik jika kita mempraktikkan apa yang sudah diajarkan oleh agama.

Pertanyaan terakhir tentang bagaimana cara menyikapi laki-laki yang berpandangan bahwa perempuan adalah makhluk yang multitalenta. Perempuan dapat mengerjakan lebih banyak daripada laki-laki sehingga mendapatkan lebih banyak peran dalam pekerjaan rumah tangga. Nyai Awa menjawab dengan singkat bahwa kunci pernikahan adalah komunikasi yang baik. Komunikasi ini dapat dilakukan sebelum melaksanakan pernikahan, bagaimana suami dan istri menjalani kehidupan rumah tangganya.

Nyai Awa menutup diskusi dengan membaca puisi karyanya:

Habis gelap bermakna kebodohan

Terbitlah terang bermakna berpengetahuan

Kartini perempuan mutamaddina

Kartini pelopor perempuan dalam kesetaraan

Kartini perempuan pemberontak kelemahan dan ketidakberdayaan

Kartini penggerak perempuan

Kartini pemikir perempuan

Kartini pembela hak perempuan

Kartini milik perempuan yang punya keinginan semangat perjuangan, kegigihan untuk setara tanpa menghilangkan tanggungjawab sebagai perempuan

Konco Wingking

Jangan kau sebut aku konco wingking

Karena ibuku tak mengenalkanku hal demikian

Perempuan itu pendamping yang ada di samping

Perempuan itu berkiprah pada posisi yang setara

Kehadirannya bukan sebagai pelengkap atau penyempurna belaka

Karena perempuan punya tubuh dan jiwa sendiri disertai nafsu juga akal

Walaupun beda takar tapi bukan berarti perempuan pemilik setengah akal

Tak perlu pisau, gunting, atau senjata tajam untuk melakukan bunuh diri

Cukup mental yang tak mau dibangun, karakter yang merapuh, dan mengizinkan berhenti di satu titik keterpurukan

Di situlah kamu sudah mati



Nyai Shofi Puji Astiti:

**Mu'asyarah bil Ma'ruf Pasangan
Suami Istri: Musyawarah, Komunikasi,
Diskusi**

Penulis: Sulma Samkhaty Maghfiroh

Pembahasan tema *Mu'asyarah bil Ma'ruf* pasangan suami istri berdasarkan kitab *Manba' as-Sa'adah* karya Kang Faqih disampaikan oleh nyai yang masih sangat muda, yaitu Nyai Shofi Puji Astiti, kelahiran Salatiga 19 Oktober 1990. Nyai Shofi merupakan alumni Pondok Pesantren Al-Hamidiyyah, Lasem. Selain itu, ia juga pernah mengenyam pendidikan kepesantrenan di Pondok Pesantren Al-Muayyad, Mangkuyudan, Solo.

Setamat dari rangkaian pendidikan kepesantrenan, Nyai Shofi melanjutkan pendidikan tinggi pertamanya di IAIN Surakarta dengan mengambil jurusan Bimbingan Konseling Islam. Tidak berhenti sampai di situ, Nyai Shofi kembali melanjutkan studi strata keduanya di Perguruan Tinggi UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta dengan program studi yang

linear, yaitu Bimbingan Konseling Islam. Gelar magister ini mengantarnya menjadi dosen di IAIN Surakarta dan IAIN Salatiga.

Nyai Shofi juga menjadi kontributor Mubadalah TV pada program Curahan Hati Suami Istri, kontributor Mubadalah.id, dan kontributor Swararahima. Tidak hanya itu, Nyai muda ini juga pendiri Pesantren Online Tashfiyatu-l-Qulub.

“Jujur, saya deg-degan ya ini, di antara para narasumber, saya yang paling muda, dari segi usia dan dari segi pengalaman, tentunya”, kata Nyai Shofi membuka kegiatan. Suatu ungkapan rasa hormat kepada para narasumber lain yang lebih senior, tidak menganggap dirinya tinggi dan lebih pintar meski sedang prestasi telah ia raih. Ia menyatakan bahwa para narasumber lain merupakan gurunya hingga saat ini.

Nyai Shofi berterimakasih kepada Mubadalah.id dan Kang Faqih yang telah memberikannya kesempatan untuk mengelola satu program Mubadalah TV dengan tajuk “Curahan Hati Suami Istri”, juga sebagai narasumber di kelas intensif Ramadhan yang diadakan oleh Mubadalah.id. Nyai Shofi melihat kesempatan ini sebagai peluang untuk terus belajar, sehingga dengan senang hati ia menerima tawaran itu. Senang belajar, begitu kesan yang saya tangkap dari sosok nyai muda Shofi.

Nyai Shofi bercerita sedikit tentang pengalaman pernikahannya. Ia hanya mengenal calon suaminya selama satu

pekan, dan dalam kurun waktu sebulan keduanya resmi menjadi suami istri. Hal-hal yang membuat Nyai Shofi menerima pinangan itu adalah, perkenalan dari laki-laki itu bukan untuk main-main, melainkan untuk menikah, dengan membina rumah tangga yang tidak serumah dengan orang tua maupun mertua. Laki-laki itu juga tidak melarang Nyai Shofi untuk mengaktualisasi dirinya pasca menikah, dan menurut laki-laki yang kini menjadi suami dari Nyai Shofi, pekerjaan rumah tangga tidak memiliki jenis kelamin, maka akan senantiasa dikerjakan bersama.

Pernikahan adalah Akad Bersama

Hingga tibalah waktu pembahasan tema *Mu'asyarah bil Ma'ruf* pasangan suami istri menurut kitab *Manba' as-Sa'adah*. Nyai Shofi memulai dengan membaca teks asli dari kitab itu, menerjemahkannya ke dalam bahasa Indonesia, dan memberikan pandangannya terhadap apa yang tertulis pada kitab tersebut. "Pernikahan adalah akad bersama, dan kerjasama antara laki-laki dan perempuan. Diharuskan kepada kedua belah pihak baik laki-laki maupun perempuan untuk berkomunikasi, saling bermusyawarah, saling berperilaku yang baik atas dasar prinsip-prinsip relasi yang baik. Dengan saling mencari kerelaan dan saling tolong menolong, juga saling memahami," paparnya.

Menurut Nyai Shofi, pernikahan merupakan komitmen saling bekerjasama antara suami dan istri. "Bukan komitmen

suami saja, atau komitmen istri saja, karena keduanya *kan* sudah menikah,” katanya. Maka, wajib bagi keduanya, untuk saling berkomunikasi, saling bermusyawarah, perihal yang terjadi di antara keduanya. Bahkan, jika dalam pasangan itu ada satu pihak yang cenderung tidak banyak bicara, maka pihak yang ekspresif lah yang mesti mengambil inisiatif dengan memulai komunikasi lebih dahulu. Karena sosok yang pendiam bukan berarti tidak memiliki keinginan apapun dan juga tidak berarti tidak dapat diajak berkomunikasi sama sekali

Nyai Shofi memberikan contoh, jika pihak yang aktif dan ekspresif dalam hubungan adalah perempuan, maka dia dapat memulai komunikasi musyawarah dengan kalimat seperti ini: “*Pah, sebaiknya di dalam relasi keluarga atau di dalam pernikahan, urusan domestik dilakukan oleh siapa? Jika sama-sama bekerja, bagaimana?*” Akan menjadi lebih baik jika kalimat ini diutarakan sebelum menikah, namun jika masa perkenalan sebelum menikah terbilang sangat singkat, maka kalimat ini dapat juga disampaikan setelah menikah. Karena poin terpentingnya adalah membangun komunikasi di antara kedua belah pihak, yakni laki-laki dan perempuan.

Mengapa hal itu lantas menjadi penting? Nyai Shofi menegaskan bahwa melalui komunikasi awal, relasi pernikahan antara suami istri akan menjadi semakin kuat. Hal ini jugalah yang akan mewujudkan konsep keluarga yang *sakinah, mawaddah, rahmah, barakah* dan *maslahah*. Karena relasi

dalam pernikahan harus berdasarkan prinsip relasi yang baik dan pergaulan yang mulia, saling ridha, saling bermusyawarah, saling tolong menolong dan saling memahami. Tidak ada yang tersakiti atau menyakiti untuk kesenangan salah satu pihak saja.

“Insyallah dalam relasi keluarga, jika di dalamnya telah terdapat sikap saling memahami dan saling berkomunikasi, maka permasalahan apapun di dalam keluarga, hasilnya tetap merupakan kebaikan dan membawa keberkahan bagi keluarga itu”, tukas Nyai Shofi dengan penuh semangat.

Al-Qur’an bahkan sudah menjelaskan bahwasanya relasi *mu’asyarah bi-l-ma’ruf* antara suami istri sangatlah perlu untuk diterapkan dalam kehidupan berkeluarga. Pada Al-Qur’an Surat An-Nisa : 19 tertulis

وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُنَّ شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ...
خَيْرًا كَثِيرًا ﴿٩١﴾

Nyai Shofi kemudian mengartikan kalimat *wa ‘aasyiruhunna bi-l-ma’ruuf* dengan metode mubadalah, sehingga artinya menjadi “... dan saling perlakukanlah pasangan kalian, yaitu suami dan istri dengan cara yang baik ...”. Hal ini menjadi menarik karena dalam teks Al-Qur’an yang semula merupakan kalimat perintah, dengan laki-laki sebagai subjek dan perempuan menjadi objeknya. Namun, dengan metode mubadalah yang disampaikan oleh Nyai Shofi baik laki-laki

maupun perempuan jadi mempunyai porsi yang sama dalam pandangan kontekstual ayat tersebut, yakni sama-sama menjadi subjek dan objek sekaligus.

Ayat kedua yang dibahas oleh Nyai Shofi adalah ayat 233 Surat Al-Baqarah, yakni:

فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ... ﴿٣٣٢﴾ ...

Pada kalimat “...fa in araada fishaalan ‘an taraadhin minhumaa wa tasyaawurin...”, yang artinya “...apabila keduanya ingin menyapih dengan persetujuan dan permusyawaratan antara keduanya...”, Nyai Shofi menjelaskan bahwa dalam urusan menyapih anak, harus melalui proses komunikasi dan musyawarah antara kedua belah pihak, yakni suami dan istri. Hal ini dilakukan tidak lain untuk mencari kebaikan bersama dalam proses penyapihan anak. Sehingga apapun yang nantinya akan terjadi dalam masa penyapihan anak, tidak akan menjadi dosa bagi keduanya, karena telah melalui kesepakatan, kerelaan, dan musyawarah bersama antara suami dan istri.

Ayat ketiga yang dibahas oleh Nyai Shofi adalah ayat 232 Surat Al-Baqarah, yaitu:

وَإِذَا طَلَقْتُمُ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجْلَهُنَّ فَلَا تَعْضُلُوهُنَّ أَنْ يَنْكِحْنَ أَزْوَاجَهُنَّ إِذَا تَرَاضُوا بَيْنَهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ذَلِكَ يُوعَظُ بِهِ مَنْ كَانَ مِنْكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ
أَرْزَىٰ لَكُمْ وَأَطْهَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢٣٢﴾

Nyai Shofi menggarisbawahi ayat tersebut pada kalimat “...*idzaa taraadhau baynahum bi-l-ma’ruuf...*”, yang artinya “...*apabila telah terjalin kecocokan di antara mereka dengan cara yang baik...*”, yakni dalam perkara pasca perceraian suami dan istri, maka jika mantan istri telah menemukan calon suami dimana keduanya sudah saling cocok, *chemistry* keduanya sudah pas, maka mantan suami dari perempuan itu tidak diperbolehkan untuk menghalang-halangi ataupun menentang hubungan mantan istrinya tersebut dengan laki-laki calon suaminya.

Ayat keempat yang dibahas oleh Nyai Shofi adalah ayat 21 Surat Ar-Ruum, yang berbunyi:

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

Kalimat “...*litaskunuu ilayhaa...*” yang artinya “...*agar kamu merasa tenteram bersamanya...*” dibahas oleh Nyai Shofi dengan menggunakan sudut pandang mubadalah atau kesalingan. Menurutnya, tanpa adanya pasangan baik suami maupun istri dalam sebuah relasi keluarga akan menjadikan hidup kurang tenteram atau kurang *ayem*. Maka, agar hidup menjadi lebih tenteram dan *ayem* dibutuhkan pasangan yang dapat diajak bekerja sama untuk saling berelasi dengan baik.

Pada tafsir *Mafaatihul-Ghaib* karya mufassir kenamaan,

Fakhruddin Ar-Razi, dinyatakan bahwa kata *azwaaaj* berarti pasangan, sedangkan kalimat *litaskunuu ilayhaa* adalah upaya untuk saling memberikan ketenteraman dan ketenangan di antara keduanya. Maka, jika salah satu pihak baik suami atau istri tidak dapat memberikan ketenangan, ketenteraman dan kenyamanan satu atas lainnya, perlu diambil tindakan komunikasi di antara keduanya untuk memusyawarahkan bersama seraya mengingat kembali apa yang menjadi tujuan mereka menikah.

Ayat kelima yang dibahas oleh Nyai Shofi adalah ayat 2 Surat Al-Maidah, yang berbunyi

وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ اَنْ صَدُّوْكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اَنْ تَعْتَدُوْا وَتَعَاوَنُوْا...
 عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوٰى وَلَا تَعَاوَنُوْا عَلَى الْاِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللّٰهَ اِنَّ اللّٰهَ شَدِيْدٌ
 الْعَقَابِ ﴿٢﴾

Pada ayat ini, Nyai Shofi menitikberatkan pada kalimat "... *wa ta'aawanuu 'ala-l-birri wa-t-taqwaa...*" yang artinya "...*saling tolong menolonglah kamu pada kebaikan dan ketakwaan...*". Hal ini sangat jelas menerangkan bahwa relasi suami dan istri adalah relasi tolong menolong di dalam kebaikan. Saling membantu, saling mensukseskan aktualisasi keduanya dalam merealisasikan harapan keduanya.

Dan ayat keenam yang dibahas oleh Nyai Shofi adalah ayat 187 Surat Al-Baqarah, yakni

أَحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٍ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٍ لَهُنَّ عَلِمَ
 اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ فَالآنَ بَاشِرُوهُنَّ وَابْتَغُوا
 مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ ... ﴿١٨٧﴾

Pada ayat ini, kalimat “...*hunna libaasun lakum wa antum libaasun lahun...*” adalah kalimat yang disoroti oleh Nyai Shofi berdasarkan Kitab *Manba’ as-Sa’adah*, yang artinya “...*mereka (perempuan) adalah pakaian bagimu dan kamu adalah pakaian bagi mereka...*”. Saat istri diumpakan sebagai pakaian bagi suami dan juga sebaliknya, suami adalah pakaian bagi istri, maka keduanya harus saling menghangatkan, melindungi, dan menutupi kekurangan pasangannya, sebagaimana fungsi pakaian pada umumnya.

Saat membahas ayat ini, Nyai Shofi tiba-tiba teringat perkataan Buya Husein Muhammad dalam hal pernikahan. Kalimat “Kau adalah aku yang lain atau aku adalah kau yang lain” yang secara tidak langsung mengartikan bahwa suami dan istri adalah sebuah kesatuan yang utuh, yang tidak dapat dipisahkan satu atas lainnya. Maka, ketika suami atau istri mendulang kesuksesan baik dalam ranah publik atau ranah keluarga, sesungguhnya kesuksesan itu bukanlah karena upaya dia seorang, melainkan karena peran dan kesaalingan bersama antara suami dan istri.

Nyai Shofi kembali mengingatkan bahwa kesalingan atau

mubadalah adalah sebuah prinsip dalam pernikahan. Maka semua ayat Al-Qur'an maupun *nash* hadits yang berkaitan dengan pernikahan atau hubungan antara suami dan istri, ditafsiri dan dipahami secara mubadalah. Hal ini dimaksudkan agar kemaslahatan dan kebahagiaan dalam kehidupan berumah tangga dapat dirasakan bersama, suami dan istri, bukan salah satu dari keduanya saja. Karena konsep mubadalah senantiasa mengajak pada keseimbangan atau kesetaraan antara suami dan istri atas dasar relasi yang baik yakni saling memahami, saling tolong menolong, saling menguatkan dengan tujuan mencapai kemaslahatan bersama.

Sebenarnya ada hal menarik dari keenam ayat yang telah dibahas oleh Nyai Shofi. Dengan melihat enam kutipan ayat di atas, ada sebuah kesamaan pola pada perlakuan antar pasangan suami istri, yaitu komunikasi. Dalam hubungan biologis antara suami dan istri, memerlukan komunikasi yang baik dari keduanya. Dalam hal menyapih anak, perlu kerelaan dan musyawarah, yang merupakan bagian dari komunikasi. Bahkan setelah perceraian terjadi, masing-masing suami istri tidak boleh menghalangi mantan pasangannya untuk menikah kembali dengan pasangan baru yang dirasa cocok. Hal itu juga tidak akan terjadi tanpa adanya komunikasi.

Selanjutnya penjelasan bahwa pasangan suami istri ada untuk saling memberikan rasa tenteram, tenang, dan nyaman juga tidak mungkin dapat terwujud jika tidak ada komunikasi

yang baik dalam memulainya. Juga perintah Allah untuk saling tolong menolong dalam kebaikan dan ketakwaan pun memerlukan komunikasi yang baik dalam upaya realisasinya. Dan pada ayat keenam yang dibahas oleh Nyai Shofi, tentang perumpaan suami istri adalah pakaian bagi pasangannya, pakaian yang menghangatkan, melindungi, dan menutupi dari semua kekurangan juga tidak akan dapat terwujud tanpa adanya komunikasi yang baik di antara suami dan istri.

Kang Faqih, dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* juga memberikan contoh penafsiran atas hadis Nabi terkait pemilihan calon istri. Disebutkan bahwa perempuan dinikahi karena empat hal, yaitu kecantikannya, hartanya, nasabnya, dan agamanya. Dan penekanan pemilihan itu ada pada agamanya, karena akhlaknya kemungkinan besar lebih baik dan dapat dipertanggungjawabkan. Nyai Shofi mengatakan bahwa hadits ini juga dapat dipahami secara mubadalah bagi para perempuan dalam memilih calon suami.

Nyai Shofi menambahkan, dengan menitikberatkan pada poin agama, akhlak dan tanggungjawab, maka *mudharat* atau keburukan yang ada pada keluarga dan pernikahan akan dijauhkan. Sehingga, relasi dalam keluarga, relasi suami istri, relasi pernikahan akan selalu didekatkan pada kebaikan. Sembari bergurau, Nyai Shofi berpesan bagi para *single* atau *jomblo* yang hadir dalam kelas intensif Ramadhan Mubadalah, baik yang berada dalam ruang zoom, atau yang

mengikuti *streaming* melalui Facebook Mubadalah.id dan kanal Youtube milik Swara Rahima, untuk mencari ilmu bekal-bekal pernikahan.

Setelah sesi diskusi dan tanya jawab dibuka oleh moderator acara, seorang peserta kelas intensif Ramadhan bertanya perihal ruang lingkup relasi mubadalah pada pasangan suami istri, yang dengan segera dijawab oleh Nyai Shofi bahwa relasi mubadalah pada suami istri, selain mencakup pasangan suami istri itu sendiri, juga masuk di dalamnya relasi terhadap anak, keluarga masing-masing pihak, dan masyarakat sekitar yang bersosial dengan mereka.

Hal ini berkaitan erat dengan pernyataan bahwa terkadang anak memiliki calon pasangan dan orang tua juga tengah menyiapkan calon bagi sang anak. Hingga terjadi kasus ketika anak merasa cocok namun orang tua tidak cocok, dan sebaliknya. Di sinilah relasi mubadalah atau kesalingan perlu diterapkan. Anak perlu berkomunikasi dengan orang tua perihal calon yang ia punyai, begitu juga dengan orang tua hendaknya mendengarkannya, sebelum akhirnya turut mengenalkan calon yang akan dikenalkan pada anaknya. Saling berkomunikasi, bermusyawarah, berdiskusi, mendengarkan, dan memahami akan membuat proses pemilihan pasangan bagi sang anak didasarkan pada kerasionalan, bukan semata karena cinta buta. Karena sejatinya tujuan anak maupun orang tua adalah sama, yaitu bahagia dan membahagiakan dalam pernikahan kelak.

Beberapa peserta kelas menanyakan perihal kata “sekufu” dalam menentukan pasangan, pernikahan dengan muallaf, bahkan pernikahan beda agama. Nyai Shofi sendiri menyatakan bahwa sekufu tidak serta merta dilihat dari strata sosial, harta dan pendidikan. Sekufu berdasarkan konsep mubadalah, kata Nyai Shofi, adalah kesamaan frekuensi pemahaman dan penyikapan, terhadap realita permasalahan kehidupan yang ada.

Namun, kesamaan agama, keyakinan dan kepercayaan akan membuat *mudharat* dalam kehidupan rumah tangga lebih sedikit. Setidaknya, dengan kesamaan agama, akan membuat ibadah lebih mudah karena dapat dilakukan bersama-sama dengan beriringan. Ini membuat pasangan yang merupakan muallaf dapat diterima dengan mudah, daripada yang berbeda keyakinan. Karena dalam realita, perbedaan keyakinan akan melahirkan ke-*mudharatan* yang lebih banyak.

Pertanyaan seputar kesalingan masih terus bermunculan dari para santri mubadalah peserta kelas intensif Ramadhan, baik tentang perkara *nusyuz* yang selama ini hanya disematkan pada perempuan, hingga persoalan keberpihakan calon suami pada nikah siri dan kesalingan dalam rumah tangga pelaku poligami. Nyai Shofi menanggapi bahwa *nusyuz* tidak hanya berlaku bagi perempuan saja, melainkan berlaku pula bagi laki-laki.

Terhadap nikah siri, Nyai Shofi tidak menganjurkannya,

meskipun diperbolehkan. Hal ini karena akibat dari nikah siri akan membawa *mudharat* lebih banyak daripada *masalah* dalam kehidupan rumah tangga. Maka, jika telah siap untuk menikah, lebih baik menikah secara sah, atau terus meningkatkan kualitas diri hingga bertemu jodoh yang sekuflu. Setali tiga uang dengan poligami, yang secara realita juga lebih banyak menimbulkan *mudharat* daripada *masalah*. Bagi pelaku poligami, hendaknya benar-benar mampu berlaku adil terhadap semua istriya, baik dari nafkah lahir dan batin, serta relasi suami pada semuanya istrinya.

Sesi diskusi menjadi makin seru tatkala seorang santri mubadalah bertanya, bahwa perempuan mandiri dan kuat sering membuat laki-laki takut untuk menikahinya. Menurutnya, perempuan mandiri seakan tidak tahu diri bahkan menjadi tidak hormat kepada suaminya, sehingga mudah baginya untuk melepas suaminya. Hal ini segera direspon dengan cerdas oleh Nyai Shofi, “Ketika pondasi prinsip-prinsip relasi suami istri dalam keluarga sudah kuat dan kokoh, hal semacam ini tidak perlu terjadi”.

Kuncinya, kembali pada komunikasi dan prinsip relasi suami istri dalam keluarga. Dimana komunikasi, musyawarah, dan diskusi antara suami istri hendaknya dilakukan di waktu dan tempat yang tepat, sehingga hasil dan keputusan yang diambil dan disepakati oleh keduanya benar-benar didasari kerelaan untuk *masalah* bersama.

Persoalan nafkah dalam relasi pernikahan suami istri menjadi hal yang paling banyak ditanyakan oleh peserta kelas intensif Ramadhan. Dan dengan penuh kesabaran, Nyai Shofi menyimak setiap pertanyaan yang diajukan dan menjawabnya dengan penjelasan yang gamblang dan mudah dimengerti. Saat Nyai Shofi diminta pendapatnya atas jargon “Uang suami adalah uang istri, dan uang istri adalah milik pribadi istri”, patungan penghasilan dari suami dan istri untuk memenuhi kebutuhan finansial dalam rumah tangga, hingga kiat membicarakan persoalan nafkah sebelum menikah. Kesemuanya dijawab Nyai Shofi berdasarkan kunci *mu’asyarah bil ma’ruf* pasangan suami istri, yakni komunikasi, musyawarah, dan diskusi.

Jika seorang istri telah dimampukan untuk memenuhi kebutuhan finansialnya sendiri, dan rela jika suaminya tidak perlu memberikan nafkah finansial padanya, boleh saja dilakukan. Namun tetap harus diawali dengan komunikasi yang baik dari keduanya. Tapi, jika ternyata istri tidak dalam keadaan yang mampu untuk mencari nafkah, maka kewajiban suamilah untuk menafkahnya. Lalu, apabila kedua suami istri telah bersepakat untuk saling mengiur atau patungan dari penghasilan mereka untuk memenuhi kebutuhan finansial rumah tangga, hal itu boleh saja dilakukan, karena sudah terjadi kesepakatan bersama sebelumnya. “Ada kiat dalam membicarakan masalah finansial sebelum berkeluarga. Mulai dari diskusi berdasarkan studi kasus atau realita yang paling sering terjadi dalam rumah

tangga terkait persoalan nafkah,” imbau Nyai Shofi.

Sebagai pernyataan pamungkas, Nyai Shofi menekankan bahwa dalam relasi, baik keluarga, antar pasangan, bahkan masyarakat, hendaknya tetap mengutamakan konsep dan prinsip mubadalah atau kesalingan. Dan saat melakukan komunikasi, hendaknya dilakukan dengan menyesuaikan kondisi orang yang diajak berkomunikasi. Untuk itu, lakukan komunikasi di waktu dan tempat yang tepat. Juga, dalam relasi hendaknya selalu menerapkan saling memahami, saling tolong menolong, dan saling membantu. Namun, saat kita telah berniat untuk membantu, jangan sampai hal itu berada di luar kemampuan kita. “Budayakan musyawarah, jangan cepat berburuk sangka,” pungkasnya.

Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!



Nyai Siti Rofiah:

Membangun Relasi Perkawinan Tanpa Kekerasan: Akhlak menjadi Landasan

Penulis: Fachrul Misbahudin

Dalam ajaran Islam, pernikahan memiliki tujuan yang sangat mulia, yaitu bagaimana menciptakan keluarga yang mampu menghadirkan ketentraman (*sakinah*), dan kasih sayang (*mawaddah wa rahmah*) bagi seluruh anggota keluarga.

Ketentraman dan kasih sayang tersebut dapat diciptakan dengan mewujudkan sikap saling lemah lembut, saling memahami, saling rida, saling tolong-menolong, dan tidak bersikap kasar kepada pasangannya. Terlebih, sikap saling lemah lembut itu dapat dipraktikkan dengan mendahulukan ekspresi cinta, mendahulukan berkata yang baik, saling kerjasama, dan saling tolong-menolong.

“Jadi kalau kita boleh setuju, suami dan istri itu harus punya visi dan misi yang sama yaitu bersikap lemah lembut, saling menghargai, dan saling menghormati. Sikap ini menjadi yang

utama, yang dapat dipraktikan di dalam rumah tangga,” kata Ibu Nyai Rofiah, narasumber dalam pengajian kitab *Manba’ as-Sa’adah* di Kelas Intensif Ramadhan, yang digelar oleh Mubadalah.id, Fahmina Institute, dan Rahima, pada Jumat, 23 April 2021.

Ibu Nyai Rofiah menilai, sikap lemah lembut dan saling menghormati ini menjadi sangat penting untuk dijalankan bagi suami dan istri, sebab selama ini yang terjadi di sebagian masyarakat adalah para istri yang selalu diminta tunduk dan hormat kepada suami. Padahal, jika kita melihat dengan kaca mata adil gender, suami pun sebaiknya bersikap lemah lembut dan menghormati istrinya.

“Pada hakikatnya suami maupun istri adalah sama-sama sebagai manusia yang sama. Maka masing-masing di antara mereka harus saling menghormati dan saling memanusiakan,” ucapnya.

Dalam prinsip saling memanusiakan, Islam memandang bahwa perempuan diciptakan sebagai manusia yang utuh, dan sebagai subyek yang sama-sama seperti laki-laki. Bahkan perempuan juga memiliki entitas, integritas dan kepribadian yang sama seperti laki-laki, yaitu yang dimuliakan dan dihormati. Sebagaimana firman Allah dalam QS. al-Hujuraat 49:13:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ

اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتَّقُوا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

“Wahai manusia, Kami telah ciptakan kalian semua dari laki-laki dan perempuan, lalu Kami jadikan kalian bersuku-suku dan berbangsa-bangsa, agar kalian saling mengenal satu sama lain. Sesungguhnya yang paling mulia di sisi Allah adalah yang paling bertakwa. Sesungguhnya Allah itu Maha Tahu dan Maha Mengerti.”

Maka, sebagai makhluk yang sama-sama memiliki kemuliaan di sisi Allah Swt, suami maupun istri dilarang untuk merendahkan dan mendiskriminasi. Melainkan, bagaimana suami dan istri menjadi patner dalam membina rumah tangga, yang tugasnya, satu dengan yang lain saling melayani dan melengkapi.

“Saling melayani itu boleh, yang tidak boleh itu kalau salah satunya melayani terus, yang satu dilayani terus, nah itu namanya dominasi,” ungkapnya.

“Saya itu sering mendengar, halah wong wedok itu ngerti opo sih, ra usah melu-melu (perempuan tahu apa sih, tidak usah ikut-ikutan). Perkataan itu sebetulnya merendahkan dan menganggap bahwa perempuan itu tidak tahu apa-apa. Nah, itulah yang tidak boleh, karena itu akan menyakitkan, dan tidak sejalan dengan ajaran agama Islam,” tambahnya.

Oleh karena itu, Ibu Nyai Rofiah mengingatkan bahwa Islam adalah agama yang mengajak untuk jangan sekali-sekali

merendahkan, menghina manusia, baik itu kepada laki-laki maupun perempuan.

“Nabi Muhammad Saw adalah teladan yang baik bagi kita semua. Beliau adalah Nabi yang memiliki *akhlakul karimah* (akhlak yang baik, yang mulia), sikap yang lemah lembut dan perilaku yang penuh kasih sayang. Dan Nabi itu merupakan sosok yang tidak pernah berbuat kasar apalagi berbuat keji kepada semua manusia. Inilah yang harus kita contoh,” tegas Ibu Nyai Rofiah.

Siti Rofiah: Terbiasa di Lingkungan Homogen

Begitu fasih Nyai Siti Rofiah menjelaskan mengenai pernikahan yang adil gender. Sebelum melanjutkan pembahasan, mari kita mengenal lebih jauh Siti Rofiah, kelahiran Salatiga 6 Januari 1986. Seorang Nyai yang masih muda. Sejak usia delapan tahun, Rofiah kecil dititipkan di sebuah pesantren milik sahabat ayahanda, yaitu Pondok Pesantren Putri Masyitoh, di Kota Salatiga. Ia melanjutkan sekolah ke Madrasah Tsanawiyah Banat NU Kudus sekaligus nyantri di Pondok Pesantren Putri-Putri NU Al-Mubarakah Kudus, sebelum meneruskan ke Madrasah Aliyah Al-Muayyad dan nyantri di pondok pesantren Al-Muayyad Surakarta.

Terbiasa hidup dalam lingkungan homogen, Rofiah sempat mengalami kegelisahan ketika bertemu dengan komunitas lintas agama dan wacana-wacana baru yang tidak pernah ia temui

di pesantren, yaitu ketika ia menempuh pendidikan sarjana di Fakultas Syariah IAIN Walisongo Semarang.

Aktivitasnya bermula dari sini. Ia bergabung di Lembaga Studi Sosial Agama (eLSA), sebuah lembaga yang memiliki visi menegakkan demokrasi di atas basis pluralitas agama, etnis, ras dan gender. Di Lembaga ini, Rofiah belajar menulis dan terlibat dalam berbagai advokasi kelompok minoritas, termasuk minoritas agama.

Ketertarikannya pada kajian hukum, gender, dan perdamaian menuntunnya mengambil kembali studi S1 di Fakultas Hukum Universitas 17 Agustus (UNTAG) 1945 Semarang, kemudian S2 Magister Ilmu Hukum di UNDIP Semarang, serta S2 Kajian Konflik dan Perdamaian di Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta.

Saat ini, selain masih aktif di eLSA dan menjadi pengajar Ilmu Hukum di Fakultas Syariah dan Hukum UIN Walisongo Semarang, Rofiah mengabdikan diri di pesantren yang didirikan almarhum ayahanda, Pondok Pesantren Tarbiyatul Islam Al-Falah Salatiga. Kepergian ayahanda yang begitu mendadak 5 tahun silam menjadi momentum penyadaran tentang pentingnya kepemimpinan perempuan di pesantren. Kini, pesantren Al-Falah dipimpin oleh seorang perempuan, yakni Ibunda tercinta, Nyai Hj. Latifah Zaemri.

Di Al-Falah, kesetaraan bukan sekadar wacana, tapi

diteladankan dan dipraktekkan sehari-hari. Ke depan, Rofiah bercita-cita, santri-santri nusantara menjadi generasi kaya ilmu yang berperspektif keadilan, sehingga kemaslahatan yang menjadi tujuan Islam bisa dirasakan oleh semua orang, tidak terkecuali bagi para perempuan.

Akhlak yang Baik

Bekal pengetahuan dan pengalaman Nyai Siti Rofiah menjadi pijakan baginya untuk memandang segala persoalan secara komprehensif, termasuk berbagai masalah dalam pernikahan. Landasan utamanya tetaplah akhlak yang baik. Menurut ia, satu indikator orang yang beriman adalah akhlak yang baik, dan itu ditekankan dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* karya Kang Faqih. "Akhlak itu kan artinya bagaimana kita memperlakukan orang lain dengan sebaik-baiknya. Termasuk kepada perempuan (istri, ibu, anak perempuan, bibi dan perempuan lainnya)," katanya.

Dalam sebuah hadis, Nabi Muhammad Saw pernah menyatakan dengan tegas bahwa *"Sesungguhnya orang yang paling aku sukai, dan paling dekat tempatnya besok di hari kiamat itu adalah orang yang baik akhlaknya. Dan orang yang tidak aku suka itu orang yang banyak bicara."*

Hadis tersebut merupakan gambaran tentang betapa Rasulullah Saw menyukai orang-orang yang memiliki akhlak yang baik. Termasuk ketika di dalam rumah tangga, akhlak suami kepada istri, dan istri kepada suami sebaiknya harus

sama-sama memiliki akhlak dan perilaku yang baik.

“Rasulullah itu menyukai orang-orang yang mempunyai akhlak yang baik. Jadi kalau ada suami yang memiliki akhlak buruk terhadap istrinya, maka dia tidak akan disukai oleh Rasulullah, begitupun sebaliknya akhlak istri kepada suami,” jelas Ibu Nyai Rofiah.

Selain itu, Ibu Nyai Rofiah juga berpesan, sebagai seorang muslim, dilarang untuk merendahkan dan berbuat kedzaliman kepada seluruh umat manusia, baik itu kepada perempuan maupun laki-laki. Sebab, dalam proses penciptaannya, perempuan maupun laki-laki diciptakan sebagai ciptaan yang terhormat.

“Bisa mengambil makna bahwa kita penting untuk senantiasa berbuat baik kepada pasangan kita jangan sampai merendahkan, menghina baik kita sebagai istri maupun suami. Tapi bagaimana untuk sama-sama saling memanusiaikan, saling menghargai, sehingga menjadi keluarga yang maslahah, yang kebaikannya bisa dinikmati, bisa didapatkan oleh seluruh anggota keluarga,” ujar Ibu Nyai Rofiah menutup paparan.

Sejumlah Pertanyaan: Dari Foto di “Medsos” hingga KDRT

Pemaparan Nyai Rofiah rupanya memancing sejumlah pertanyaan di benak para peserta diskusi. Hal itu tampak dalam sesi tanya jawab, ketika beberapa santri Mubadalah

begitu antusias bertanya.

Saya Angelika. Begini Bu, akhir-akhir ini suami saya tidak membolehkan saya, bahkan sampai mengancam, agar saya tidak mengunggah foto di media sosial. Suami saya memberikan alasan, dia khawatir foto tersebut akan disalahgunakan oleh orang lain. Padahal sebelum kami menikah, tidak pernah terjadi apa-apa. Dengan perlakuan aneh yang dilakukan oleh suami, sebagai seorang istri merasa hak kebebasan saya terambil. Bagaimana sih cara menolak larangan tersebut?

“Di dalam kehidupan masyarakat kita, pemahaman yang seperti ini berasal dari anggapan yang stereotip atau cenderung negatif terhadap perempuan. Jadi kalau perempuan posting foto di media sosial, nanti dianggap dapat menimbulkan dosa jariyyah, dosa yang berkepanjangan. Jadi siapa yang melihat atau selama foto itu dilihat kita ikut berdosa. Biasanya seperti itu.

Hal seperti ini perlu diluruskan. Karena potensi yang ditimbulkan dari sesuatu tindakan itu tidak hanya yang dilakukan oleh perempuan. Misalnya perempuan dianggap potensi sumber maksiat jika dia memposting fotonya. Lalu apakah ada jaminan jika laki-laki memosting foto juga tidak akan terjadi maksiat.

Pandangan tersebut menurut saya sudah tidak seimbang, kalau suami diberi hak untuk bebas memposting foto, tapi

kalau perempuan ‘kamu ngga usah deh’, ‘jangan perlihatkan muka kamu ke media sosial karena nanti itu akan masuk pada zina mata dan lain-lain’.

Hal tersebut merupakan anggapan yang keliru. Karena ketika respon itu datang dari orang lain yang melihat, maka responnya bisa bermacam-macam. Karena tidak selalu orang yang melihat foto perempuan, itu pikirannya langsung menjadi negatif. Begitu sebaliknya, perempuan tidak akan berpikiran negatif setelah melihat foto laki-laki.

Jadi sesungguhnya hal seperti ini perlu dibicarakan dengan mengajak suami untuk bermusyawarah. Sebagaimana di dalam surat Ali Imran 139, kita diperintahkan untuk bermusyawarah. Dengan bermusyawarah, kita setidaknya telah mempertemukan pandangan-pandangan yang berbeda. Sehingga nantinya akan mendapatkan jawaban atau perpektif yang sama. Memang ini tidak mudah. Tapi kalau tidak dimulai dengan mengajak bicara dengan mengetuk hatinya suami, maka tidak akan ketemu dan tidak bisa saling memahami.

Oleh sebab itu, menurut saya, masalah seperti di atas penting juga untuk dibicarakan. Karena banyak sekali masalah di luar sana, masih memberikan pandangan-pandangan negatif terhadap perempuan, misalnya seperti ungkapan bahwa sebaiknya perempuan itu di rumah saja. Jika hal tersebut terus-menerus dibiarkan, nanti bisa melanggar hak-hak yang lain.

Padahal tujuan perempuan berada di luar rumah tidak selalu buruk, bisa jadi sedang mencari ilmu, berorganisasi, mencari pengalaman, dan banyak hal positif lainnya. Oleh karena itu, cara yang dapat dilakukan adalah kita doakan, kita kirim suami fatimah biar terbuka hatinya. Bisa sambil diajak ngobrol pelan-pelan. Catatan pentingnya, tidak hanya perempuan yang dapat menimbulkan fitnah, namun juga laki-laki.

Perkenalkan saya Endang. Pemaparan yang disampaikan oleh ibu itu sederhana tapi sangat 'mengena'. Saya mau bertanya tentang banyak orang yang salah memahami tafsir surat an-Nisa ayat 34. Kebanyakan di antara mereka memotong penggalan ayat ini. Sehingga banyak diantara mereka yang menafsiri bahwa laki-laki pemimpin bagi kaum perempuan, dan kaitannya dengan nusyuz juga. Pertanyaannya, bagaimana sih sikap kita ketika masih ada yang menggunakan ayat ini untuk menunjukkan superioritas ?

“Surat An-Nisa ayat 34 itu sering dijadikan dasar bolehnya suami untuk memukul istrinya. Nah, ini perlu satu model penafsiran lain yang lebih dekat kepada rasa kemanusiaan, yaitu dengan memperbarui cara pandang kita, agar teks itu tidak dimaknai literal saja. Sesungguhnya banyak sekali metode yang ditawarkan, satu di antaranya adalah metode mubadalah yang digagas oleh penulis kitab ini, Kang Faqih.

Saya akan mulai dari *nusyuz*. Secara substansif sesungguhnya *nusyuz* itu adalah suatu keadaan tindakan negatif yang ada di dalam diri suami dan istri. Jadi, segala tindakan yang dilakukan

oleh pasangan, yang kemudian itu menjadikan situasi dan kondisi antara suami-istri menjadi tidak baik. Seperti itulah konsep dasar *nusyuz* sesungguhnya. Sehingga, yang melakukan *nusyuz* itu bisa perempuan, bisa juga laki-laki. Surat An-Nisa ayat 34 ini sebetulnya sudah menjelaskan itu.

Memang secara literal surat An-Nisa ini berbicara kepada laki-laki tentang istrinya yang menyalahi komitmen, mengingkari komitmen. Tetapi kalau kita menggunakan metode mubadalah, bisa juga berbicara kepada perempuan sebagai subjek ketika suaminya *nusyuz*.

Jika suaminya melakukan hal-hal pembangkangan dan negatif lain yang mengancam rumah tangganya, maka kita kembali ke dalam ayat tersebut. Ada nasehat *faiduhunna*, artinya adalah nasihat yang lantas bisa mengubah dari yang membangkang menjadi tidak, serta dapat mengelola relasi menjadi lebih baik.

Suami maupu istri sebetulnya dapat mengelola tindakan tersebut, yaitu tindakan yang tadinya buruk menjadi baik, misalnya dengan memberikan kesempatan untuk berpisah, agar punya waktu sendiri-sendiri untuk berpikir, refleksi. Ketika mereka sudah kembali bersama, pikiran sudah jernih dan matang serta bisa memunculkan solusi-solusi, kemudian berdamai.

Langkah yang disebutkan dalam ayat ini, perintah 'pukullah', kita bisa manafsirinya dengan menggunakan perpektif mubadalah. Dalam perspektif mubadalah, pemukulan atau

jenis kekerasan apa pun sama sekali tidak direkomendasikan untuk menyelesaikan permasalahan di dalam relasi suami istri. Pemukulan dan kekerasan lain itu tidak bisa menjadi metode untuk menangani *nusyuz*. Alih-alih menyelesaikan persoalan, nanti jatuhnya akan berbuntut panjang termasuk dalam KDRT.

Sebenarnya banyak dalil-dalil dapat digunakan sebagai acuan bahwa berbuat kasar kepada istri itu dilarang. Salah satunya, dikisahkan dalam sebuah hadis bahwa ada seorang sahabat yang datang kepada Rasulullah.

“Wahai Rasul, istri saya itu lidahnya sangat kasar dan menyakitkan. Kemudian Rasul menjawab, ya ceraikan saja. Kemudian laki-laki bercerita lagi, wahai Rasul saya itu masih cinta dan dia juga sudah memberikan anak. Kemudian Rasul menjawab lagi nasehati dia, pasti dia akan berubah. Tapi janganlah memukul sebagai kamu memukul seperti hamba sahaya.”

Saya kira ini sudah sangat jelas, bahwa Rasulullah itu melarang pemukulan dan bentuk kekerasan apapun di dalam relasi suami istri.

Lalu bagaimana tentang *arrijalu qowamuna alannisa*? Di dalam Al-Qur'an memang lelaki disebut sebagai pemimpin. Tapi ayat ini tidak bisa digeneralisir, bahwa semua lelaki itu derajatnya berada di atas perempuan.

Karena itu, ketika ingin menafsirkan ayat tersebut, kita

sebaiknya juga membaca kembali sejarah kehidupan pada abad ke-7 di Arab sana, ketika budaya patriarkhi adalah norma kehidupan masyarakat jahiliyah. Artinya, kita harus melihat bahwa surat An-Nisa ayat 34 dengan perspektif kesadaran sejarah itu memberikan penjelasan bahwa lelaki yang ditinggikan di dalam ayat tersebut bukan sembarang laki-laki. Melainkan, laki-laki yang mempunyai kemampuan, baik secara jasmani dan rohani untuk mencukupi kehidupan keluarganya. Dengan kata lain, derajat lelaki itu diukur dengan bagaimana kemampuan laki-laki dalam menghidupi keluarganya.

Al-Qur 'an di sini banyak memberikan nasehat-nasehat kepada laki-laki yang menanggung kebutuhan keluarga dan memegang kendali hidup orang lain.

Hal tersebut tentu berbeda dengan zaman sekarang. Dalam konteks zaman sekarang, justru banyak perempuan-perempuan yang mampu menghidupi keluarganya. Menurut data yang dirilis oleh BPS pada tahun 2018, disebutkan ada 10,3 juta keluarga di Indonesia yang 17 persennya dikepalai oleh perempuan.

Menurut saya, itu merupakan jumlahnya sangat banyak sekali. Dengan demikian kita melihat ini tidak semata-mata karena jenis kelaminnya laki-laki maka laki-laki itu menjadi pemimpin bagi perempuan, tidak seperti itu, tetapi bagaimana dia bertanggung jawab.

Karena *qowam* itu kan aslinya memberikan perlindungan,

menjamin kebutuhannya agar bisa tercukupi. Jika sudah menjadi *gowam* maka ketika melakukan tindakan kekerasan itu justru lari dari makna *gowam* itu sendiri. Dia sudah tidak lagi menjadi pelindung. Tidak lagi menjadi pemimpin ketika dia melakukan kekerasan”.

Pertanyaan ketiga disampaikan oleh Ruliyah, tentang istri yang mengalami KDRT. Jika istri tidak berani melapor karena menganggap itu aib, bagaimana cara mengubah cara berpikir itu, karena banyak masyarakat menganggap masalah keluarga adalah aib sehingga tidak boleh dibicarakan di luar. Alhasil, dampaknya keluarga tidak bahagia.

Menurut Siti Rofiah, jika ada satu keluarga masih menganggap KDRT adalah aib, sebaiknya kita memberikan pandangan-pandangan lain terhadap keluarga itu dengan cara berbicara dari hati ke hati.

“Memang tidak mudah memberikan contoh bahwa perempuan yang menjadi korban kekerasan seksual itu korban. Karena kerap kali, ketika perempuan menjadi korban, dia disalahkan. Mungkin inilah salah satu akibat dari cara pandang yang tidak adil terhadap perempuan, menganggap perempuan sebagai sumber maksiat. “Kamu pasti genit, kamu pakai bajunya seksi sih,” tutur Nyai Siti Rofiah.

Jika permasalahan tersebut dihadapi di lingkungan terdekat, mau tidak mau kita harus memberikan edukasi,

caranya dengan pelan-pelan mengubah cara pandang mereka. Butuh waktu yang tidak sebentar untuk itu, tidak bisa satu atau dua hari, karena nilai-nilai yang lama sudah terinternalisasi ke dalam otak dan keyakinan, dan menjadi pandangan sejak lama. Kita dapat memberikan contoh-contoh kisah-kisah, dan tidak bosan untuk berkomunikasi dengan keluarga.

“Kita mendorong dan memberi masukan kepada anak muda, kalau keluarga mereka mengalami KDRT atau kekerasan seksual, agar berani *speak up* karena itu akan mendapatkan perlindungan. Para korban yang mengalami kekerasan seksual akan terus-menerus menjadi korban jika tidak berani bicara. Karena menganggap persoalan keluarga adalah aib dan mencoreng keluarga, maka kekerasan akan terus diulang,” jelasnya.

Nyai Siti Rohah memungkasi kajian dengan ajakan untuk menggandeng anak-anak muda, untuk menyosialisasikan cara pandang mubadalah dan konsekuensi hukum KDRT. Dari sini, generasi selanjutnya akan mempunyai persepektif yang disiplin tentang hak-hak perempuan.



Nyai Hj. Hindun Anisah:

Hak Bersama dalam Mewujudkan Kesenangan Seksual

Penulis: Tia Isti'anah

Profil Nyai Hindun

Saya sudah lama mendengar nama Ibu Hindun. Namun pertama kali bertatap muka ketika di Malaysia, di acara Sisters in Islam 2019 lalu. Ibu Hindun menjadi salah satu pembicara dari Indonesia di konferensi tersebut.

Menariknya, di belakang panggung Ibu Hindun menawari kami makanan yang dibuat perempuan-perempuan di desanya: Blondo. Sejenis makanan yang berasal dari ampas kelapa. Ia menawarkan dengan begitu semangat. Katanya, Ibu Hindun sudah membawa lumayan banyak. Dan hasil penjualannya, murni untuk Ibu-Ibu di desa Jepara.

Saya tentu saja kagum. Apalagi ketika saya membaca profil beliau di website swararahima.com. Ibu Hindun saat ini bukan

hanya pengasuh pondok pesantren Hasyim Asy'ari Bangsri Jepara. Tapi juga aktivis kesetaraan gender dari lingkungan pesantren. Ibu Hindun aktif berkecimpung di lembaga ELPEKRA (Lembaga Kajian Perempuan dan Anak), Ketua LBH NU Jepara, Ketua JP3M (Jamiyah Pengasuh Pondok Pesantren dan Mubalighah) Jepara, Ketua Yayasan SEMAI, koordinator Aliansi Perlindungan Perempuan dan Anak di Jepara serta pengurus di pusat layanan terpadu untuk perlindungan perempuan korban KDRT di Jepara juga aktif di LKKNU.

Selain itu, Ibu Hindun juga saya kenal lewat *haul* (peringatan kematian) Siti Khadijah yang ia selenggarakan setiap tahun di Jepara. Seperti yang kita tau, *haul* tokoh perempuan jarang dirayakan. Maka ketika itu ada, apalagi lahir dari kelompok pesantren, perlu untuk diapresiasi.

Ibu Hindun memang lahir dan besar di lingkungan pesantren. Ibunya adalah pengasuh pondok pesantren Ali Ma'shum Krapyak. Sewaktu Ibu Hindun kecil, ia tinggal bersama dengan nenek dan kakeknya dari pihak ayah di Pondok Pesantren Salafiyah Pasuruan. Ibunya yang tinggal jauh dari Ibu Hindun, seringkali mengirimkannya surat-surat yang berisi tentang cerita tokoh-tokoh perempuan baik tokoh nasional atau tokoh internasional. Dari surat-surat itulah Ibu Hindun mulai menyadari tentang kesetaraan gender.

Pada pengajian kelas intensif ini, Ibu Hindun juga menjadi salah satu narasumber yang memberikan materi. Pengajian

ini bersumber dari Kitab *Manba' as-Sa'adah* karangan Kang Faqih. Kitab ini menjadi angin segar bagi dunia pesantren. Saya masih ingat, seringkali saya mendengar di pengajian pondok pesantren bahwa perempuan adalah aurat, ia harus dihukum ketika tidak melayani suaminya, perempuan juga dilarang menggunakan parfum dan narasi-narasi lain yang membuat saya takut sebagai perempuan. Jika pun narasi itu tidak salah, mengapa kewajiban untuk laki-laki juga tidak dijabarkan? Maka dari itu, dalam pengajian kali ini, Ibu Hindun akan mencoba menerangkan isu kesenangan seksual sebagai sesuatu yang paling basis bagi pasangan. Dan tentu, paradigma yang digunakan adalah paradigma adil gender. Dimana yang berhak akan kesenangan seksual itu bukan hanya laki-laki, tapi juga perempuan.

Mengapa isu kesenangan seksual penting untuk diangkat?

Penelitian dari *The Kinsey Institute for Research in Sex, Gender and Reproduction* menunjukkan bahwa 75% pria selalu mengalami orgasme ketika berhubungan seksual sementara hanya 29% perempuan yang mengalami hal yang sama. Hal ini juga disadari oleh Ibu Hindun dalam pembukaan pengajian kelas intensif Mubadalah

“Sebagian perempuan ada yang tidak pernah merasakan apa pun dan suami tidak pernah bertanya apakah dia merasakan yang dirasakan suami (kenikmatan seksual)?”

Namun, pertanyaan akhirnya muncul dalam diri saya. Mengapa ya perempuan tidak merasakan kenikmatan seksual? Padahal itu adalah haknya sebagai makhluk seksual. Mungkin itu disebabkan oleh budaya patriarki yang begitu mengikat perempuan. Sepanjang pengalaman hidup saya, jarang sekali perempuan mengobrol tentang kenikmatan seksual. Kami bahkan malu ketika guru mengajar tentang alat reproduksi di masa aliyah. Sementara kaum laki-laki terus menerus berteriak dan menyahut ketika guru menjelaskan.

Begitu pun ketika di pondok pesantren. Waktu mengaji kita-kitab yang berkaitan dengan seksualitas, para laki-laki semangat, tertawa dan menyahut. Sementara perempuan, hanya tersenyum tipis-tipis. Itulah mungkin latar belakang mengapa isu ini diangkat. Supaya kita semua mengetahui, baik perempuan atau laki-laki memiliki hak yang sama untuk merasakan kesenangan seksual.

Siapa yang berhak pada kesenangan seksual?

Sebagai seorang perempuan, pertanyaan ini membuat saya berdebar. Jangan-jangan, ada sebuah tafsir di Islam yang menunjukkan bahwa yang berhak pada kesenangan seksual hanyalah laki-laki.

Namun untungnya, itu dibantah oleh pernyataan Ibu Hindun di awal pengajian:

“Hukum asalnya, hak menikmati seksual adalah hak

bersama antar suami dan istri, *hunna libatsun lakum wa antum libasun lakunna*. Sama-sama menikmati dan sama-sama merasakan”

Tentu ini adalah telaga penenang bagi saya secara pribadi. Selama ini, di pondok pesantren yang saya tinggali pembahasan mengenai seksualitas memang sering diajarkan. Pendidikan seksualitas memang menjadi bagian dari fikih dan diajarkan secara detail dan penuh sorak sorai. Sayangnya, dalam sebagian besar kitab-kitab itu, kewajiban istri lebih banyak dari pada suami. Sementara hak istri lebih sedikit.

Saya tentu bukan bertujuan untuk mendeskripsikan pondok pesantren. Saya mencintai pesantren dan belajar banyak hal darinya selama 10 tahun. Namun, ini adalah otokritik agar pengalaman perempuan, termasuk kebutuhan seksualitanya lebih diangkat dalam diskursus dan narasi kita.

Memang, dalam memahami Islam, kita tidak bisa menggunakan teks-teks yang bersifat parsial saja. Saya ingat, pak faqih, guru dan pengarang kitab ini pernah mengajarkan bahwa ketika kita melihat ayat-ayat yang bersifat *juziyat* (teknis) maka harus digantungkan pada *mabadi* (yang disetujui seluruh orang Islam atau bisa juga disebut *common sense*)

Misalnya begini: seorang Ustad yang menyuruh kita untuk taat mutlak pada suami pada suatu pengajian. Dalam fikiran kita, kita bertanya-tanya: jika kita harus taat mutlak pada suami

berarti kita harus taat meskipun dia memerintahkan nyebur ke sumur? Ketika kita bingung, maka bisa kita tarik persoalannya pada *mabadi*. Yaitu berarti: kita akan taat pada suami pada kadar ketaatan yang tidak menyekutukan Allah.

Prinsip *mabadi* ini juga dijelaskan oleh Ibu Hindun. Ibu Hindun menyatakan bahwa kesenangan seksual menjadi hak suami dan istri karena itu sesuai dengan prinsip saling bermusyawarah (*muasyarah*) dalam relasi suami dan istri. Prinsip saling bermusyawarah ini adalah *mabadi* dalam pernikahan. Sesuatu yang tidak bisa lagi diperdebatkan karena itu tentu benar.

Pentingnya perhatian pada kebutuhan khas perempuan

Tentu saja, meskipun keduanya (baik laki-laki maupun perempuan) memiliki hak seksualitas yang sama, namun kita harus tetap menyesuaikan pada kemampuan dan kebutuhan masing-masing.

“Karena organ reproduksinya tidak sama” ucap Ibu Hindun dalam pengajian ramadan di siang itu. Mendengarkan paparan melalui zoom di bulan puasa membuat saya rindu *pasaran* di pondok pesantren, apalagi melihat para santri online yang sebagian besar perempuan itu bersemangat.

Penelitian dari *The Journal of Sexual Medicine* menverifikasi perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam kenikmatan seksual itu. Perempuan umumnya lebih sulit mencapai puncak

(klimaks) saat bercinta dari pada laki-laki. Menurut jurnal itu, perempuan umumnya membutuhkan waktu 13 menit 25 detik untuk mencapai klimaks. Dimana laki-laki membutuhkan waktu yang lebih sedikit.

Kondisi seperti ini juga disinggung oleh Ibu Hindun. Ia menyatakan bahwa cara dan metode suami istri mungkin berbeda untuk mencapai puncak (klimaks). Keduanya harus mencoba untuk memahami dan mencari jalan keluarnya. Misal, jika perempuan sulit untuk mencapai orgasme, maka laki-laki bisa memperpanjang *foreplay* (pemanasan).

Tentang *foreplay* ini, Ibu Hindun menekankan bahwa ini harus dilakukan. Jangan asal “gas” saja. Ada beberapa hadis nabi juga yang menjadi legitimasinya. Dalam kelas intensif yang juga disiarkan melalui facebook dan youtube Mubadalah itu, Ibu Hindun menterjemahkan sebuah hadis tentang pentingnya pemanasan sebelum melakukan hubungan seksual. Hadist ini diriwayatkan oleh Jabir, berikut terjemahannya:

“Rasulullah bertanya: apakah engkau menikah setelah wafatnya ayahmu? masih gadis atau janda? Janda jawabnya. Rasulullah kemudian bertanya: mengapa tidak menikah dengan gadis? Yang masih bermain-main sebelum melakukan hubungan seksual? Pemuda itu kemudian menjawab: ya rasulullah, ayah saya wafat dan saya mempunyai adik-adik perempuan yang masih kecil, masa saya ga mau memiliki istri seusia adek saya, nanti dia ga bisa mendidik adik-adik saya, dan tidak

bisa bertanggung jawab terhadap mereka, maka aku menikahi janda, agar bisa bertanggung jawab terhadap adik-adik saya. Nabi mengatakan: kamu benar”

Hadist ini, menurut Ibu Hindun memiliki beberapa maksud. Salah satunya adalah tentang pentingnya *foreplay* atau pemanasan. Dimana di hadist tersebut Nabi mempertanyakan mengapa tidak menikahi gadis yang bisa bermain-main dahulu ketika berhubungan seksual. Pada akhirnya, Nabi mengerti pilihan yang dipilih sang pemuda dan membenarkannya.

Berhiaslah ketika akan melakukan hubungan seksual

Jika diminta memilih, kalian akan memilih mana? Bau atau wangi? Rapih atau berantakan? Sebagian besar dari kita pasti lebih menyukai wangi dari pada bau. Juga lebih menyukai rapih dari pada berantakan.

Maka seharusnya: baik bagi istri maupun suami, keduanya harus berusaha untuk disukai pasangannya. Pakailah pakaian yang bersih dan wangi. Ini berlaku bukan hanya bagi perempuan saja tapi juga bagi laki-laki. Jangan sampai, perempuan terus menerus diperintahkan untuk wangi, namun laki-laki dinormalisasi ketika bau. Perempuan dipaksa rapih, namun laki-laki dianggap biasa ketika urakan atau bau balsem (iya, Ibu Hindun menyebutnya sebagai bau balsem)

Itulah yang diucapkan Ibu Hindun mengenai berhias ketika akan melakukan hubungan seksual. Saya langsung mengiyakan

dalam hati. Selama ini, perempuan banyak dituntut agar disayangi oleh suaminya. Misalnya, perempuan dituntut untuk wangi, tidak memakai daster, juga berhias ketika berhubungan seksual. Sementara laki-laki dinormalisasi ketika berantakan dan bau. Padahal, perempuan juga sama sebagaimana laki-laki yang menginginkan pasangannya rapih dan wangi. Duh, siapa yang tidak terpesona ketika melihat pasangan berdandan begitu indah, kan? Sebuah hadist juga menyatakan hal yang kurang lebih sama: Allah itu indah, Dia menyukai keindahan.

Prinsip yang Tidak dapat dilanggar

Islam sangat terbuka pada fakta-fakta seksualitas ini. Saya jadi mengingat kata-kata Imam Mukhsin Hendrick dalam wawancaranya dengan amina wadud. Muhsin mengatakan bahwa Nabi Muhammad adalah Nabi yang paling memperhatikan masalah seksualitas dibanding Nabi-nabi lain. Nabi Muhammad sangat menyadari bahwa manusia juga makhluk seksual.

Ini juga sejalan dengan pendapat Gus Dur, menurutnya pendidikan seksualitas dalam Islam memiliki porsi yang penting bahkan di dalam al-Qur'an sebagai rujukan utama. Marica Bucaille dalam Bibel, Qur'an dan Sains modern menyatakan al-Qur'an memang menyajikan pengetahuan reproduksi secara teoritis tentang reproduksi manusia. Pengetahuan itu dibungkus dengan cara yang sederhana dan sesuai dengan ilmu pengetahuan yang berkembang saat itu.

Namun, menurut Ibu Hindun yang bersumber dari kitab Manbaussaadah, terdapat beberapa hal yang tidak boleh dilanggar ketika melakukan hubungan seksual. Ibu Hindun mencontohkan beberapa perilaku yang tidak boleh dilanggar adalah: tidak melakukan hubungan seksual melalui anus (dubur), tidak boleh melakukannya karena haid, juga tidak boleh melakukan *anal sex* (praktik memasukan penis, jari atau benda asing seperti vibrator ke anus)

Saya secara pribadi meyakini bahwa tujuan dari aturan Allah adalah untuk menjaga martabat dan jiwa manusia. Bukan agar manusia tidak melakukan hal ini atau hal itu. Seperti larangan perempuan melakukan hubungan seksual ketika haid/menstruasi, mungkin latar belakangnya adalah karena haid/menstruasi biasanya merupakan pengalaman sakit (al-Qur'an menyebutnya sebagai 'adza' yang berarti sakit yang sangat). Maka hubungan seksual dilarang agar perempuan tidak merasakan sakit yang berkali-kali lipat. Namun tentu saja, *wallahua'lam* (Allah lah yang maha tahu)

Diskusi yang berkembang

Setelah Ibu Hindun menyampaikan pengajiannya, pertanyaan di *chat box* zoom sudah ramai. Diskusi ini menarik karena jarang dibahas secara langsung di forum perempuan pesantren. Di Pondok pesantren yang saya temui, perempuan biasanya malu ketika akan mengaji kitab kuning terkait

seksualitas. Sementara laki-laki dengan terang-terangan menunggunya sambil bersorak-sorai. Mereka juga banyak yang berteriak dengan mengucapkan “subhanallah, masyaallah atau astagfirullah” ketika Ustad sedang memberikan materinya.

Pertanyaan pertama yang disebutkan berasal dari laki-laki, ia menuliskannya di chat box:

“Bagaimana jika belum mengetahui tentang rangsangan kepada istrinya, boleh tidak menonton film dewasa? Tujuannya untuk edukasi, karena menurut dokter dan bidang juga belajar anatomi tubuh dari film-film. Kemudian dalam rangka memenuhi kebutuhan seksual ini, bolehkah menggunakan oral seks? Kalau anal seks kan tadi sudah jelas dilarang ya. Sebab ada beberapa informasi yang memberikan kekhawatiran kalau nanti jangan-jangan *maninya* masuk ke mulut ke istri”

Pertanyaan ini dibacakan oleh moderator, Mba Læla Zæharoh yang saat ini berkegiatan di RMI Jateng dan Yayasan Semai Jepara. Pertanyaan selanjutnya kemudian dibacakan lagi oleh Mba Læla. Pertanyaan yang kedua ini ditanyakan oleh perempuan, Mba Ratu melalui *chat box zoom*.

“Ibu nyai, bagaimana hukumnya jika perempuan melakukan masturbasi atau onani karena istri berada pada posisi tidak memungkinkan untuk melakukan hubungan seksual misalnya karena faktor kesehatan”

Mendengarkan pertanyaan-pertanyaan itu, membuat saya

sebagai pendengar kagum sendiri. Ternyata urusan ranjang saja begitu banyak yang harus dijawab. Selanjutnya, Mba Læla membacakan pertanyaan dari Mba Yuliani yang juga melalui chat box

“Kalau misalnya suami menolak ajakan istri, ini sama ga dilaknat sama malaikat?” secara otomatis saya tertawa dan miris dalam hati. Iya ya, selama ini narasi yang hadir seringkali memberikan beban kepada perempuan. Katanya, perempuan akan dilaknat oleh malaikat sampai subuh jika menolak ajakan suaminya. Padahal kan, kemungkinan ada banyak alasan mengapa perempuan menolak. Ini juga disadari oleh Mba Læla selaku moderator “Ini sering sekali kita dengar ketika menjadi santri” ungkapnya.

Mba Læla kemudian melanjutkan ke pertanyaan selanjutnya. Pertanyaan selanjutnya dari Mba Laila Jauhari yang juga disampaikan melalui chat box

“Izin bertanya, mba Nyai. Ada beberapa peristiwa dimana suami/istri melakukan selingkuh dengan alasan adanya masalah di dalam hubungan seksual mereka. Ini bagaimana dengan pasangan, baik suami atau istri yang memiliki hasrat seksual lebih tinggi?”

Ibu Hindun kemudian menjawab satu persatu. Untuk pertanyaan pertama terkait menonton film porno, Ibu Hindun menyebutkan bahwa terdapat perbedaan antara video dewasa

dan video tutorial. Jadi, kalau video tutorial itu memang untuk tutorial, berbeda dengan video dewasa. Sedangkan video dewasa, menurut Ibu Hindun banyak menyorot *farji* atau alat kelamin laki-laki dan perempuan.

Menurut Ibu Hindun, video tutorial itu sudah banyak dan bisa dijadikan contoh. Ketika saya coba menelusuri “video tutorial seks” di youtube. Yang muncul memang tutorial, bahkan ada yang mempraktekan dengan menggunakan kerudung yang besar. Hehe

Ibu Hindun juga menambahkan bahwa jika niatnya adalah untuk belajar, maka dilarang untuk menambah *madharot* atau kerusakan. Jika karena menonton video porno tersebut, sang suami lebih terangsang dari pada dengan istrinya, maka sebaiknya dihindari.

Ibu Hindun kemudian beralih ke pertanyaan nomer dua mengenai oral seks. Menurut Ibu Hindun, dalam Islam yang ditegaskan dilarang adalah anal seks. Oral seks menurut beberapa Ulama itu diperbolehkan.

Ketika saya mencoba *googling* hukum melakukan oral seks, dalam website nuonline mencatat bahwa itu diperbolehkan. Penjelasannya juga selaras dengan pernyataan Ibu Hindun, bahwa yang ditakutkan adalah keluarnya *madzi* (cairan pelumas yang biasanya keluar dari alat kelamin ketika terangsang). Karena bagaimana pun, hukum *madzi* adalah najis. Namun,

menurut Ulama keluarnya *madzi* itu *dima'fu* (dimaafkan), ucap Ibu Hindun. Meskipun *kema'fuannya* tidak menghilangkan hukum najis dari *madzi*.

Pertanyaan selanjutnya yaitu tentang hukum masturbasi jika pasangan sedang tidak mampu melayani. Ibu Hindun menyatakan bahwa jika tidak darurat pun, Imam Ahmad bin Hambal membolehkan. Walaupun sebagian ulama melarang masturbasi dengan tangannya sendiri, namun jika dalam kondisi darurat diperbolehkan. Sebagaimana dalam ushul fiqh "*ad-dorurotu mahdurot*"

Apakah laki-laki juga dilaknat ketika tidak memenuhi keinginan istrinya menjadi pertanyaan yang dibahas selanjutnya. Ibu Hindun yang saat itu menggunakan kerudung berwarna merah muda kemudian mengingatkan akan pengajian intensif sebelumnya yang diisi oleh Mba Pera (Direktur Rahima).

Ibu Hindun menjelaskan bahwa dalam hubungan suami istri itu harus berkesalingan. Maka jika menggunakan kerangka nilai tersebut, baik laki-laki maupun perempuan harus menghormati hak dan kewajiban masing-masing. Jika suami menolak dalam keadaan tidak ada halangan dan kendala dari segi fisik, psikis maupun kesehatan maka sebaiknya tidak menolak.

Ada salah satu hadist dalam kitab *as-sitin al-adliyah* yang menceritakan seorang suami yang mengabaikan istrinya kemudian mengadu kepada Siti Aisyah. Siti Aisyah kemudian

mengadukannya kepada Nabi. Si istri sudah bersiap kemudian si suami malah shalat. Kemudian Nabi menyatakan bahwa apa yang dilakukan istrinya ini sudah benar. Ibu Hindun berpesan agar kita tidak saling menyakiti.

Kemudian Ibu Hindun melanjutkan ke pertanyaan selanjutnya tentang suami/istri yang selingkuh karena tidak puas. Menurut Ibu Hindun, itu tidak bisa menjadi alasan. Mestinya dikomunikasikan agar tidak ada modus yang mengarah pada perpecahan antara pasangan. Ketidakpuasan seksual tidak boleh menjadi alasan dari selingkuh atau poligami.

Itulah bahasan Ibu Hindun di pengajian intensif Mubadalah. Rekaman videonya masih bisa diakses melalui youtube Mubadalah dan swararahima dot com. *Wallahualam.*

Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!



Nyai Hj Umi Hanik:

Memelihara dan Mendidik Anak adalah Tanggung Jawab Bersama Ayah dan Ibunya

Penulis: Ainur Rosyidah

Kelahiran anak merupakan harapan bagi suami istri dalam membina keluarga yang harmonis. Karena seorang anak adalah permata hati dan kebanggaan bagi setiap pasangan. Anak menjadi pelipur lara dan membuat rumah menjadi ramai, dengan kehadiran anak membuat keluarga menjadi sempurna. Terbentuknya janin disebabkan pertemuan sperma dan indung telur yang tumbuh didalam rahim seorang ibu hingga menjadi bayi. Oleh karena itu seorang laki-laki jangan sampai membuang sperma di sembarang tempat, sedangkan seorang perempuan jangan sampai menampung sperma laki-laki yang bukan suaminya ke dalam rahimnya. Jadi baik laki-laki maupun perempuan, keduanya harus berhati-hati menjaga diri agar terhindar dari penyakit. Anak yang terlahir dari hubungan yang

tidak halal bahkan berisiko mengalami gangguan psikis.

Topik mengenai hak anak dan anak sebagai tanggung-jawab orang tua disampaikan oleh Ibu Nyai Hj Umi Hanik dalam “Kelas Intensif Ramadan Kajian Kitab *Manba' as-Sa'adah* bersama 20 Perempuan Ulama” yang diselenggarakan oleh Mubadalah.id pada 26 April 2021. Ia adalah pengasuh Pondok Pesantren Putri Tahfidul Qur'an Hishnun Naja, Brambang, Karangawen, Demak, Jawa Tengah. Kelas berlangsung cukup serius namun tidak menegangkan sehingga para peserta mendengarkan dengan antusias melalui aplikasi Zoom.

Anak adalah Anugerah

Anak adalah anugerah yang dititipkan oleh Sang Mahakuasa kepada kita untuk dirawat dan dijaga. Setiap pasangan suami istri mengharapkan kehadiran seorang anak dalam kehidupan rumah tangganya. Oleh karena itu, kedua orang tua mempunyai tanggung jawab untuk merawat, menjaga, mendidik seorang anak dengan baik serta memberikan kehidupan yang layak untuknya, baik dari segi makanan, pakaian, dan pendidikan.

Dalam merawat, menjaga dan mendidik anak tidak bisa dibebankan hanya kepada salah satu pasangan baik ayah atau ibu saja, keduanya harus bekerjasama dalam merawat, menjaga dan memberikan pendidikan. Tugas kedua orang tua menjaga anak, sejak masih dalam bentuk janin hingga dewasa dan menjadi tanggung jawab bersama-sama.

Agar kebutuhan anak dapat terjamin dengan baik dari segi kesehatan, pendidikan dan tidak kekurangan kasih sayang sehingga seorang anak dapat mendapatkan kebahagiaan dan kemudahan dalam menggapai cita-citanya. Karena menjadi dambaan bagi semua orang tua untuk menjadikan anak yang sholeh, cerdas, berbakti kepada kedua orang tua, berguna bagi agama dan negara.

Penentu keberhasilan seorang anak ada ditangan kedua orang tuanya. Jika orang tua tersebut mampu memberikan teladan dan pendidikan yang baik, maka kemungkinan besar anak menjadi sukses. Akan tetapi seringkali budaya patriarkhi selalu mendiskreditkan peran seorang ibu seperti halnya kata-kata yang sering kita dengar yaitu keberhasilan seorang anak adalah faktor orang tua, orang tua yang kuat dan kaya.

Sosok yang kuat dan kaya selalu diidentikkan dengan peran seorang ayah. Sedangkan kegagalan seorang anak akibat kesalahan ibu, sehingga banyak orang yang merendahkan dan mengutuk perempuan karena gagal dalam mendidik anaknya. Padahal kegagalan yang dialami anak tidak sepatutnya harus perempuan yang disalahkan. Karena tugas dan tanggung jawab mendidik anak adalah tugas kedua orang tua dan tidak sepatutnya kata-kata yang mendeskreditkan peran perempuan dilanggengkan di lingkungan kita. Karena sesungguhnya seorang ibu mempunyai kekuatan yang luar biasa, do'a yang luar biasa, rasa kasih sayang yang tak terbatas kepada putra-

putrinya. Terkait dengan pendidikan seorang anak, Nabi juga mencontohkan bagaimana mendidik seorang anak sebagaimana dalam hadis yang berbunyi:

حَدَّثَنَا أَبُو قَتَادَةَ قَالَ خَرَجَ عَلَيْنَا النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَأُمَامَةُ بِنْتُ أَبِي
الْعَاصِ عَلَى عَاتِقِهِ فَصَلَّى فَإِذَا رَكَعَ وَضَعَهَا وَإِذَا رَفَعَهَا رَفَعَهَا

Artinya: Abu Qatadah menceritakan kepada kita, beliau berkata Rasulullah keluar bersama kita dan Umamah binti Abu-Al-Ash berada di atas bahunya kemudian Rasulullah salat dan jika rukuk beliau letakkan dan jika berdiri beliau mengangkatnya.” (H.R Bukhari).

Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan dari sahabat Qatadah bahwa ketika kami dalam penantian salat dzuhur atau ashar dan bilal telah memanggil untuk waktu salat. Rasulullah keluar menghampiri kami dan melakukan salat berjamaah, namun beliau membawa putri Abi Ash atau cucu Rasulullah di atas pundaknya. Ketika Rasulullah berdiri, kami pun bergegas berdiri dan Rasulullah masih tetap membawa cucu di atas lehernya. Rasulullah pun tetap bertakbir dan kami juga ikut bertakbir, ketika Rasulullah melanjutkan gerakan salat yaitu rukuk dan sujud. Rasulullah mengambil cucunya dan meletakkannya. Kemudian Rasulullah mengembalikan cucunya di atas leher sampai Rasulullah selesai salat dzuhur atau ashar.

Hadis tersebut diriwayatkan dari beberapa perawi

meskipun dengan redaksi atau matan yang berbeda akan tetapi substansi dari hadis tersebut sama. Dalam hadis ini, bukan menjelaskan soal fiqihnya, ibadah mahdhah atau sholat yang dilakukan secara teratur akan tetapi esensi dari hadis tersebut menunjukkan bahwa sesungguhnya seorang ayah dan ibu memiliki peran yang sama dalam mendidik anak, bahkan ketika banyak orang yang meremehkan tugas seorang ibu dalam merawat dan mendidik anak, Rasulullah menampakkan kepada khalayak umum beginilah peran ayah atau orang tua. Seorang ayah harus ikut andil dalam merawat dan mendidik anaknya.

Dengan demikian, Rasulullah dengan semangatnya menunjukan kepada orang banyak, bahkan ketika beliau melakukan ibadah di tempat umum, yang pada saat itu tidak banyak orang yang berani melakukannya, apalagi menggendong anak kecil perempuan. Perempuan pada masa itu identik dengan kelemahan, keterbatasan sehingga banyak orang yang merendahkan derajat perempuan. Dalam hal ini, Rasulullah menghapuskan stigma tersebut karena sesungguhnya perempuan mempunyai potensi dan dapat memberi manfaat bagi kehidupan orang lain sebagaimana laki-laki.

Hal ini diperkuat dengan riwayat dari Aisyah bahwasanya ketika Rasulullah berada di rumah beliau juga aktif dalam membantu keluarga, menjahit baju, sandal, mengambil air dan salat ketika waktunya sholat bahkan beliau tidak pernah

melepaskan tanggung jawabnya sebagai seorang ayah maupun suami, meskipun beliau adalah seorang pemimpin umat maupun negara.

Rasulullah juga selalu bersikap lemah lembut, menebar kedamaian, beliau merupakan sosok pemimpin diatas pemimpin, beliau juga menampakkan kepada semua orang bahwa mendidik anak adalah tanggung jawab bersama sehingga Rasulullah tidak pernah melepaskan sedikitpun. Sebagaimana misi ajaran agama Islam yaitu *Rahmatan lil a'lamin*, rahmat bagi seluruh makhluk alam semesta. Maka dari itu, sangatlah penting bagi orang Islam bisa melanjutkan apa yang dipesankan Rasulullah yaitu mengasuh, mendidik dan bertanggung jawab terhadap hak anak. Tanggung jawab dalam pemenuhan kebutuhan anak tidak bisa dibebankan kepada salah satunya, baik ayah atau ibu saja, keduanya harus bersama-sama menunaikan tanggung jawab tersebut. Seorang anak haknya harus dipenuhi sesuai dengan hak anak dan disesuaikan dengan pasal-pasal atau ayat-ayat yang ditentukan oleh Agama dan Negara.

Maka dari itu, bersama-sama bapak ibu dengan pengajian mubadalah ini barangkali ada kekurangan kita dalam memenuhi hak-hak anak, mengasuh dan mendidik anak, dengan pengajian mubadalah ini kita lebih semangat, karena atensi ngaji mubadalah adalah perubahan. Khususnya kepada orang tua agar bisa merubah bagaimana kita bisa memenuhi hak-hak anak kemudian seperti apa bentuk tanggung jawab dalam

mendidik anak. Mubadalah atau kesalingan dalam mengawal tumbuh kembang anak merupakan konsep yang sangat strategis, karena dengan mubadalah akan terwujud hubungan yang harmonis dalam keluarga. Anak bisa merasa nyaman dan aman karena dalam dekapan orang tua, kemudian orang tua juga merasa nyaman dan aman karena anak dalam dekapannya, sehingga mudah dan damai dalam mengimplementasikan segala program untuk masa depan dan kebaikan anak.

Sebagaimana dikisahkan dalam Al-Qur'an wasiat Lukmanul Hakim kepada putra-putranya terkait dengan cara mendidik anak dan didalam hadis Rasulullah

أَدَّبُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى ثَلَاثِ خِصَالٍ: حُبِّ نَبِيِّكُمْ، وَحُبِّ أَهْلِ بَيْتِهِ، وَقِرَاءَةِ الْقُرْآنِ

Artinya: *Didiklah anak-anakmu atas tiga hal; mencintai nabimu, mencintai ahli baitnya dan membaca al-Qur'an.*

Hadis ini memperjelas bahwasanya orang tua mempunyai tanggung jawab untuk memberikan edukasi, pembelajaran, kepada anak-anaknya, baik anak-anak biologis, anak-anak didik atau anak asuh.

Cara mendidik anak

Adapun cara dalam mendidik anak yaitu: *Pertama*, sebagai orang tua harus menanamkan pada diri anak rasa cinta kepada Rasul, dengan mencintai Rasulullah maka seorang anak akan tumbuh rasa cinta kepada Allah. Orang tua harus

mengajarkan nilai-nilai Islam kepada anaknya sebagaimana yang diperintahkan oleh Rasulullah yakni meneladani akhlak beliau seperti berbuat baik kepada sesama, bertutur kata yang sopan, ramah dan anti kekerasan.

Kedua, orang tua juga harus menanamkan pada diri anak agar mencintai, menghormati dan meneladani keluarga dan turunan Rasulullah yang mana turunan beliaulah yang melanjutkan dakwah hingga sampai kepada kita misi ajaran Islam.

Ketiga, orang tua harus mengajarkan kepada anaknya kitab suci al-Qur'an, kitab yang dijadikan pedoman hidup bagi umat Islam. Orang tua juga dapat membimbing anak-anaknya agar menjadi penghafal al-Qur'an. Karena al-Qur'an sumber kehidupan maka ketika anak sudah tersentuh, tertanamkan dalam dirinya cinta terhadap al-Qur'an dan tumbuh kembang dengan jiwa Qur'ani, maka ia akan memiliki budi pekerti yang luhur, akhlakul karimah, dan berilmu amaliyah, sebagaimana harapan orang tua.

Oleh karena itu, laki-laki maupun perempuan harus dapat menjaga sperma dan rahimnya sebaik mungkin dan jangan berikan kepada siapapun yang tidak mempunyai hak. Karena rahim adalah tempat yang paling aman, tempat yang diamanahkan oleh Allah untuk melangsungkan kehidupan generasi. Maka dari itu ketika ada rahim -rahim yang rusak,

rahim yang tidak amanah secara otomatis generasi yang rusak dan tidak amanah akan terjadi. Oleh karena itu, seorang ayah harus dapat menjaga rahim ibu semaksimal mungkin dengan penjagaan lahir dan bathin. Penjagaan lahir adalah dengan memperhatikan asupan makanan dan kesehatan yang bagus, memberikan gizi yang cukup dan memberikan perhatian penuh kepada ibu. Sedangkan perhatian bathin adalah dengan mendoakan keduanya agar selalu sehat sehingga ibu bisa merawat janin dengan baik untuk kelangsungan hidup seorang anak.

Sebagai penutup, Anak sebagai titipan Allah yang diamanahkan kepada orang tua, maka orang tua harus bijak dalam membimbing anak. Meskipun mendidik anak adalah tanggung jawab orang tua, bukan berarti orang tua bisa semena-mena memaksakan kehendaknya pada anak. Karena pada dasarnya anak punya dunia dan kehidupan sendiri yang tidak semuanya sama dengan dunia orang tua. Seperti dalam makalah syekh Musthofah al- Ghulayaini

شبان اليوم رجال الغد

Pemuda hari ini adalah pemimpin masa depan,

Sayangi anak sebaik-baiknya, mungkin hari ini ia masih anak-anak, besok mereka yang menjadi pemimpin kehidupan, pemimpin yang tegas, maka dari itu marilah kita wariskan iman yang kuat, akhlak dan keteladanan, karena mereka yang akan

menjadi kompas agama, menyelesaikan problem kehidupan dan yang bertanggung jawab. Marilah kita menjadi orang yang tidak hanya pandai membaca literasi namun harus cerdas dalam membaca dinamika kehidupan sosial, memahami proses perkembangan anak, memahami pengaruh teknologi digital, dari segi positif dan negatifnya.

Sejumlah Pertanyaan dari Para Santri

Pemaparan Nyai Umi memancing banyak pertanyaan dari peserta kajian. Sejumlah pertanyaan tersebut di antaranya seperti di bawah ini, yang saya tulis dalam format tanya-jawab.

1. *Bagaimana makna al- ummu madrasatul ula iza a'dadta sya'ban thayyiba a'raq dalam kitab tarbiyah yang mengatakan seolah-olah tanggung jawab mendidik anak dan masa depan anak tergantung pada pola asuh ibunya?*
2. *Jika dalam sebuah pernikahan yang cukup lama tapi tetap saja yang menjadi peranan untuk mendidik anak dirumah adalah ibu, alasannya seorang ayah sudah capek bekerja diluar apakah ada solusi terkait problem tersebut?*

Figur ibu sebagai figur anak, keteladanan bukan sebagai sistem pertanggungjawaban. Karena ibu lebih banyak di rumah, sehingga banyak waktunya untuk mengasuh dan mendidik anak-anaknya dari pada bapak yang bekerja di luar rumah. Jadi bentuk keteladanan ibu hanya masalah teknis dan bisa dikomunikasikan bersama. Jika ada masalah dicarikan

solusi bersama-sama. Tidak benar jika ada yang mengatakan seorang ayah yang sibuk kerja akan capai saat mendidik anak. Hal itu hanya alasan, karena di saat ayah pulang kerja dan mendampingi serta menasehati anak, rasa lelah akan hilang. Mendidik anak itu justru dapat memberi motivasi dan memberi semangat ayah.

- 3. Bagaimana cara menumbuhkan rasa cinta anak kepada Rasulullah dan keluarganya? Mengingat mendidik anak sebagian besar dilakukan ibu. Hari-hari ini ramai diperbincangkan toxic positivity, dengan menyebut perempuan lebih sabar dalam mengasuh anak, sedangkan ayah cenderung tidak sabar sehingga berpengaruh pada kepribadian anak? Bagaimana?*

Kenalkan anak dari kecil teladan yang baik seperti mengajak anak untuk melakukan sholat, bacaan Al-Qur'an atau mengenalkan sejarah rasul, sejarah Islam dan kisah-kisah yang baik sejak dari kandungan hingga lahir karena dapat membawa pengaruh yang baik bagi perkembangan anak. Seorang bapak juga senantiasa mendoakan sejak anak ada didalam kandungan hingga lahir. Hal tersebut sebagai rangkai bersyukur dan mengenalkan anak kepada Allah.

- 4. Bagaimana cara mengatasi anak yang nakal yang dilakukan secara berulang-ulang bahkan sering diberi nasihat hingga dipukul?*

Secara lahiriyah pada dasarnya tidak ada seorang anak yang nakal, yang ada adalah anak yang aktif. Adapun solusi menghadapi anak yang aktif yaitu dari segi lahiriah dan bathiniah. Dari segi lahiriah orang tua selalu memberikan nasihat kepada anak-anaknya tanpa kenal lelah. Orang tua harus tau startegi dalam mendidik anak dan peka terhadap keadaan anak. Menjadi pendengar yang baik sehingga anak percaya kepada orang tuanya dibanding percaya dan dekat kepada orang lain. Segi bathiniah yaitu orang tua selalu mendoakan untuk kebaikan anaknya.

Jika ada seorang anak tidak patuh kepada orang tua, itu karena orang tua tersebut selalu memaksakan kehendaknya tanpa memahami kondisi dan kemampuan anaknya. Anak pun merasa tertekan. Apalagi saat ini banyak orang tua yang sibuk dengan pekerjaan, kurang perhatian pada anaknya. Akan tetapi jika bertemu anak, lalu banyak menuntut untuk berprestasi dan memenuhi keinginan orang tua. Padahal seorang anak punya kehidupan dan kebebasan mengeluarkan pendapatnya. Jika anak dalam kondisi tertekan karena banyaknya tuntutan dari keluarga, ia akan merasa jauh dari ayah dan ibunya.

Seorang anak bisa lebih percaya kepada orang lain dari pada orang tuanya. Maka dari itu orang tua harus dapat menjadi pendengar yang baik dan bijak, serta mampu memahami keadaan anak. Akan terciptalah rasa kasih sayang di antara mereka dan keluarga yang harmonis dapat terbentuk. Anak

merasa nyaman tinggal di tengah-tengah keluarganya. Orang tua jangan pernah lelah mendoakan anak-anaknya sampai kapan pun, meskipun ia sudah dewasa. Jika ingin memiliki anak yang sholeh dan sholehah, minimal setiap anak dibacakan satu kali surat Al-Fatihah setelah salat lima waktu.

5. *Ada hadis yang mengatakan tiap-tiap kamu adalah seorang pemimpin, seorang penguasa adalah pemimpin, seorang suami adalah pemimpin seluruh keluarganya, seorang ibu adalah pemimpin rumah bagi keluarga dan anaknya dan kalian adalah pemimpin yang akan dimintai pertanggung jawaban. Menurut saya hadis tersebut timpang karena urusan rumah tangga dibebankan kepada seorang istri. Bagaimana menurut Nyai?*

Secara teknis, memang mayoritas ibu yang lebih banyak di rumah bersama anak-anaknya, seolah-olah tanggung jawab mendidik anak adalah tanggung jawab ibu. Padahal mendidik anak yang dilakukan ibu hanya persoalan teknis dan bentuknya bermacam-macam, dan mendidik anak tetaplah tanggung jawab bersama-sama. Misal, hubungi anak saat ayah sedang berkerja, tanyakan apa sudah salat. Mau melihat konsep apa pun yang bisa berbeda-beda, pendidikan anak adalah tanggung jawab bersama, karena keduanya memiliki persamaan dalam hal keteladanan.

6. *Apakah lingkungan masyarakat punya tanggung jawab mendidik anak?*

Tanggung jawab anak kandung adalah tanggung jawab orang tuanya, namun tanggung jawab anak pada umumnya tanggung jawab keluarga dan lingkungan masyarakat. Perlindungan dan pemenuhan hak anak telah tertuang dalam Undang-undang Dasar Republik Indonesia Tahun 1945 dan beberapa ketentuan peraturan perundang-undangan baik yang bersifat nasional maupun internasional. Jaminan ini dikuatkan melalui konvensi internasional anak yaitu pengesahan hak anak melalui Keputusan Presiden No 36 tahun 1990 tentang pengesahan *convention on the rights of the child*.

Konvensi hak anak meliputi dari negara, pemerintah daerah, masyarakat, keluarga, dan orang tua, berarti secara keseluruhan, bahkan tidak ada yang tersisa. Makhluk hidup berhak dan berkewajiban untuk memberikan perlindungan dan menjamin terpenuhinya hak asasi atas anak sesuai tugas dan tanggung jawabnya. Masyarakat secara umum, pada siapa pun, memiliki hak dan tanggung jawab untuk ikut serta mendidik anak-anak, sehingga anak-anak bisa menjadi harapan bangsa, harapan kita, agama.

7. *Bagaimana status pengasuhan anak jika kedua orang tua telah bercerai?*

Perpisahan kedua orang tua tidaklah memutuskan hubungan tanggung jawab kepada anaknya. Pendidikan anak tetap menjadi tanggung jawab kedua orang tuanya. Seorang bapak tidak bisa melepaskan tanggung jawab terhadap anaknya meskipun telah

berpisah dengan istrinya. Jadi ketika di persidangan seorang anak yang masih bayi ada hak perwalian terkait pengasuhan, dan seorang bapak wajib memenuhi kebutuhannya. Karena ada sebagian masyarakat yang menganggap perpisahan dengan pasangannya, juga melepaskan tanggung jawab kepada anak-anaknya. Padahal tidak demikian, tanggung jawab, pengasuhan, pendidikan anak tetap melekat menjadi tanggung jawab kedua orang tuanya.

Profil Nyai Hj. Umi Hanik

Nyai Hj. Umi Hanik adalah pengasuh Pondok Pesantren Putri Tahfidul Qur'an Hishnun Naja, Brambang, Karangawen, Demak, Jawa Tengah. Beliau lahir di Purwodadi, 7 Juni 1967. Alamat tempat tinggalnya di Karangawen, Demak, Jawa tengah. Ibu Nyai Hj. Umi Hanik adalah putri dari ibu Musyarofah dan bapak Masyhuri. Adapun nama suami ibu Nyai Hj. Umi Hanik yaitu KH. Zubaidi Mansyur.

Sejak kecil Nyai Umi Hanik belajar pendidikan formal dan non formal. Pendidikan formal beliau mulai dari Sekolah Dasar Negeri tahun 1981, Madrasah Tsanawiyah tahun 1984, Madrasah Aliyah tahun 1990 dan D2 pendidikan tahun 2007. Beliau juga belajar di beberapa pondok pesantren mulai tahun 1981 - 1998 yaitu: Pondok Pesantren Alfalahiyyah Purwodadi (1981 - 1987). Pondok Pesantren Al-Muayyad Solo (1987 - 1990). Pondok Pesantren Assidiqiyyah Jember (1990 - 1992). Pondok Pesantren Al-Mujahadah Jogjakarta (1992 - 1995).

Pondok Pesantren Roudlotul Ulum Pandeglang Banten (1995 – 1998). Selain itu beliau juga aktif dalam berbagai organisasi keagamaan maupun sosial dan beberapa kali terpilih menjadi ketua di antaranya:

1. Ketua PAC Fatayat 2012 – 2021.
2. Bendahara IPHI Cabang (Ikatan Persaudaraan Haji Indonesia) 2014 – 2024.
3. Bendahara BPD (Badan Permusyawaratan Desa) 2017 – 2021
4. Bendahara PAI Kab (Penyuluh Agama Islam) 2017 – 2024
5. Litbang Badko TPQ Cabang (Badan Koordinasi Taman Pendidikan Qur'an) 2015 – 2023
6. Wakil ketua LMY Cabang (Lajnah Muroqobah Yanbu'a) 2008 – 2022
7. Ketua PAC PB (Perempuan Bangsa) 2009 – 2024
8. Bendahara FKPP Cabang (Forum Koneksi Pondok Pesantren) 2018 – 2022
9. Ketua Koordinator Sima'atul Qur'an Kec. 2012 – 2024
10. Ketua PC Muslimat NU 2021 – 2026
11. Bidang. Dakwah jp3m Kab 2018 – 2022
12. Wakil ketua PKK Kab 2021 - 2026.



Nyai Hj. Arikhah:

Menuju Rumah Tangga Sehat, Melalui Anggota Keluarga yang Afiat

Penulis: Ahmad Dirgahayu Hidayat

Dalam suatu kesempatan, Kang Faqih pernah menyampaikan, “Membangun keluarga, berarti membangun seluruh anggota di dalamnya”. Pernyataan ini secara garis besar merupakan inti sari dari kandungan kitab *Manba’ as-Sa’adah fi Ususi Husnil Mu’asyarah wa Ahammiyyati at-Ta’awun wa al-Musyâraakah fi al-Hayât az-Zaujiyyah*. Sebuah kitab yang ditulis untuk merespon budaya patriarki yang mengakar di masyarakat, khususnya dalam relasi rumah tangga. Mengingat, budaya patriarki ini --terutama di Indonesia-- berdampak besar bagi ketidakharmonisan suatu keluarga.

Kang Faqih, begitu ia karib disapa, melalui karyanya ini ingin menghidupkan kembali harmonisasi yang telah banyak mati. Tentu, tujuannya memerangi budaya patriarki itu sendiri. Di antara upayanya, yaitu dengan membumikan kitab *Manba’ as-*

Sa'adah. Di bulan Ramadhan tahun 1442 H, media Mubadalah bersama Fahmina-institute, Swara Rahima, dan Kongres Ulama Perempuan Indonesia (KUPI), menyelenggarakan pengajian kitab *Manba' as-Sa'adah* selama 20 hari ditemani 20 ulama perempuan Indonesia. Acara yang bertajuk '*Kursus Keluarga Bahagia Berbasis Kitab Manba' as-Sa'adah*' ini, berlangsung sejak tanggal 17 April-6 Mei 2021.

Tulisan ini merupakan ulasan materi kesepuluh dengan tema 'Urgensi Menjaga Kesehatan Tubuh' oleh ibunda Nyai. Hj. Arikhah, pengasuh Pondok Pesantren Darul Falah Besongo, Semarang, Jawa Tengah. Ia juga dosen di Universitas Islam Negeri (UIN) Semarang yang aktif di beberapa organisasi pemberdayaan perempuan dan toleransi antar umat beragama. Sebut saja di antaranya komisi bidang Pemberdayaan Perempuan, Remaja, dan Keluarga, untuk wilayah MUI Jawa Tengah, Ikatan Pengusaha Muslimah Indonesia (IPEMI), Jamiyyah Pengasuh Pesantren Putri dan Muballigah (JP3M), Dharma Wanita Persatuan UIN Semarang, dan Forum Kerukunan Umat Beragama (FKUB) Kota Semarang.

Nyai Arikhah adalah putri kelima dari delapan bersaudara pasangan KH. Ahmad Basyir dengan Nyai. Hj. Sholihah. Ia lahir di kota Kudus, 29 November 1969. Sekolah Dasar hingga Madrasah Aliyah (MA) ditempuh di Kudus, Jawa Tengah. Ibu dari dua anak ini menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasarnya di SDN 1Jekulo Kudus pada tahun 1982. Kemudian, tahun 1985,

ia lulus dari Madrasah Tsanawiyah Muallimat NU Kudus, dan melanjutkan ke Madrasah Aliyah Muallimat NU Kudus (1988).

Seusai tamat sekolah menengah, Nyai Arikhah melanjutkan kuliah di IAIN Walisongo Semarang jurusan Aqidah dan Filsafat, selesai tahun 1993. Karena berbagai kesibukan, Nyai Arikhah tak langsung menempuh perkuliahan di pascasarjana. Baru setelah beberapa tahun, ia melanjutkan S2 di tempat yang sama, jurusan Pemikiran Etika Tasawuf (2003). Gelar doktor bidang tasawuf ia raih dari Fakultas Studi Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Semarang pada 2016.

Pada 2017, dosen tetap UIN Semarang ini memperoleh tanda kehormatan Satyalancana Karya Satya dari Presiden RI, Joko Widodo. Juga mendapat penghargaan dari pimpinan media Suara Merdeka sebagai penulis perempuan di bidang Fiqh Nisa' pada 2019.

Sejak kecil, Nyai Arikhah hidup di tengah keluarga dan lingkungan yang menjunjung tinggi budaya patriarki. Terbukti, ketika kakak perempuan tertuanya lulus MTS, ia dipaksa menikah oleh sang ayah. Karena beberapa kali dipaksa tetap menolak, ayahnya pun mengancam, tidak akan pernah berkumpul dengan ayahnya kelak di surga.

Lingkungan masyarakatnya pun demikian, perempuan di sana sangat termarginalkan. Nyai Arikhah bercerita, di sebuah masjid di lingkungannya, terdapat tulisan yang sungguh tidak

berperadaban. Tulisannya kurang lebih demikian, “Tidak ada tempat untuk perempuan”. Di lingkungan seperti inilah Nyai Arikhah dibesarkan.

Dengan lahirnya kitab *Manba' as-Sa'adah* ini, jelas, dirinya sebagai penduduk di lingkungan yang deras arus patriarki, merasa mendapat suntikan energi baru untuk memperjuangkan hak-hak perempuan. Bahkan, beberapa hari setelah Kang Faqih mengenalkan kitabnya tersebut kepada para ibu nyai, pengasuh Pesantren Besongo, Semarang ini langsung memesan ratusan eksemplar untuk dikaji santri-santrinya di Ponpes Darul Falah.

Kesehatan Diri, Kesehatan Keluarga

Tema kajian yang dibahas oleh Nyai Arikhah ini adalah tema yang menyoroti kesehatan tubuh secara umum. Baik bagi anak kecil maupun orang dewasa, bagi yang sudah menggenap atau masih bujang. Semua masuk di dalamnya. Secara substansial, kitab *Manba' as-Sa'adah* juga menyajikannya demikian. Hanya saja, muara kajiannya lebih kepada kehidupan rumah tangga (*ah-hayat az-zaujiyyah*).

Terbukti, dari judul subbab (*fashal*) ketiga kitab ini, Kang Faqih menulis, *Ahammiyyatu as-Shihhah al-Injabiiyyah fi al-Hayat az-Zaujiyyah*, “Urgensi Menjaga Kesehatan Keluarga dalam Rumah Tangga”. Hal ini menunjukkan bahwa keharusan menjaga kesehatan individu demi rumah tangga yang sehat, bukan hanya dilakukan setelah berumah tangga. Tetapi jauh

sebelum itu, dan untuk seterusnya.

Bagi pengasuh Ponpes Darul Falah Besongo, Semarang ini, kajian Kang Faqih tentang urgensi menjaga kesehatan tubuh adalah kajian yang brilian, sangat mengagumkan, mengingat hal ini termasuk perkara yang kerap luput dipikirkan secara mendalam. Jangankan untuk dikaji, bahkan untuk diingat pun jarang. Menurutnya, kesadaran terkait kesehatan tubuh, sama langkanya dengan keprihatinan atas isu-isu lingkungan. Dengan kondisi iklim yang semakin buruk ini, aksi penebangan liar (*illegal logging*) juga tidak berkurang. Itu artinya, kita belum benar-benar sadar apa dampak ekologis terhadap kehidupan ini.

Peran kesehatan bagi pasangan suami-istri dalam membangun sebuah rumah tangga yang harmonis, sangatlah dibutuhkan. Bahkan, tidak ragu kita mengatakan, ia berada pada tingkat urgensi tertinggi. Tanpa kesehatan, semua akan menjadi sebatas angan. Seperti kata pepatah, 'Niat hati memeluk gunung, apalah daya tangan tak sampai'. Sebenarnya, nabi sudah mengingatkan hal ini sejak lama. Seperti yang tercermin dalam sebuah Hadits riwayat Ibnu Abbas ra, Rasulullah SAW bersabda:

نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ

Artinya, “Dua nikmat yang tak diacuhkan oleh manusia kebanyakan; nikmat sehat dan nikmat sempit”. (HR. Bukhari)

Perlu dipahami bahwa hadits di atas bukanlah justifikasi. Nabi saat itu, tidak sedang menguatkan realitas yang banyak menimpa umat, yaitu kepribadian yang abai akan kesehatan dan kesempatan. Tidak demikian. Melainkan, sedang mengingatkan bahwa dua nikmat tersebut sering kali dilalaikan banyak orang. Karena itu, jangan sekali-kali melalaikan keduanya. Inilah peringatan (*tahdzîr*) yang tersirat dalam sabda di atas.

Lewat karyanya ini, Kang Faqih berhasil memberikan atensi yang cukup ihwal keharusan menjaga kesehatan tubuh. Sampai-sampai, ibu Nyai. Arikha memberi apresiasi besar kepada sang founder Mubadalah.id tersebut. Ia mengatakan, "Sangat hebat Kang Faqih dalam *Manba' as-Sa'adah*-nya. Di sana, beliau memaparkan tentang pentingnya menjaga kesehatan dalam kehidupan keluarga".

Di sini, ibu Nyai. Arikha berhasil menemukan sebuah kata kunci yang akan membuka peta-peta syariat selanjutnya. Terutama, kaitannya dengan tema ini. Kata kuncinya tiada lain adalah motif penciptaan manusia itu sendiri. Hematnya, manusia itu diciptakan dengan motif cinta. Di mana, manusia diberi fasilitas agar dapat meregup kebahagiaan, baik dunia maupun akhirat. Sebab, absurd sekali rasanya bila kebahagiaan tanpa cinta. Sehingga, sangat baik ketika landasan keberagaman kita adalah cinta. Dan, itu semua terejawantahkan secara utuh dalam pribadi nabi yang tak lepas dari sifat kemanusiaannya.

Ajaran Islam yang sebagai petunjuk ini, tentu memiliki misi

yang besar. Yaitu mengeluarkan umat manusia dari budaya dan kebiasaan yang gelap menuju laku yang lebih terang dan bertanggung jawab (*min az-zhulumat ila an-nur*). Salah satunya dengan meretas belenggu-belenggu sosial (*al-aglal al-ijtima'iyah*) yang mencederai nilai kemanusiaan kita.

Inilah yang selama ini membunuh dan mengubur akal budi manusia. Karenanya, Al-Qur'an sebagai sumber petunjuk ini, berkali-kali menyebutkan *la'allakum ta'qilun* (agar kamu mengerti), *la'allakum tatafakkarun* (agar kamu berpikir), *la'allakum tadzakkarun* (agar kamu sadar dan mengambil pelajaran), dan lainnya. Semua itu, demi menghidupkan kembali akal budi manusia yang selama ini mati sia-sia.

Keterangan ini dijelaskan Kang Faqih pada paragraf pertama, *fashal* ketiga kitab *Manba' as-sa'adah*. Berikut redaksi lengkapnya:

إن التعاليم التي أتى بها المصطفى صلى الله عليه وسلم تدعو إلى إخراج الناس من
الظلمات إلى النور وتفكهم من الأغلال الإجتماعية التي كانت عليهم وتحل
لهم طيبات الدنيا وتحرم عليهم خبائثها وتحثهم على حسنات الدنيا من أجل
حسنات الآخرة

Artinya, "Ajaran-ajaran yang dibawa Nabi Saw, mengajak kita untuk keluar dari berbagai kegelapan menuju cahaya petunjuk, dan melepaskan kita dari belenggu-belenggu sosial

yang menjerat selama ini, serta menghalalkan setiap yang baik untuk kesehatan dan mengharamkan setiap yang merusak kesehatan, juga memotivasi kita agar terus berlaku baik di dunia demi ukhrawi yang baik pula”.

Pada kesempatannya, dosen UIN Semarang, juga aktivis perempuan ini, mengurai perbandingan antara standar manusia (SM) dengan standar nilai ilahi (SNI). Baginya, standar nilai manusia hanya berlaku subjektif, lokal, dan temporal. Berbeda dengan standar nilai ilahi yang bersifat objektif, universal, dan eternal.

“Maka, tauhid ini, punya keunggulan objektif, universal dan eternal. Objektif itu (bermakna) apa adanya (tanpa pandang ras, budaya, kasta, dan lain-lain). Universal, berlaku di mana saja (tidak memandang baik-buruknya sesuatu berdasarkan tempat). Dan, jangan lupa eternal, itu berlaku sepanjang masa. Kalau memang baik, maka dulu baik, sekarang baik, besok juga baik,” jelasnya penuh semangat.

“Standar manusia punya kelemahan-kelemahan, (seperti) subjektif, sesuai dengan penilaian masing-masing orang. Kemudian bersifat lokal, kalau di Cirebon (dianggap) baik, belum tentu di Semarang baik. Di Makkah baik, belum tentu di Amerika baik. Belum lagi punya kelemahan temporal (sekarang, bisa saja suatu aktivitas dianggap baik, namun, belum tentu besok),” tambahnya menjelaskan standar nilai manusia.

Ibu Nyai. Arikha bercerita, dahulu, di masa kanak-kanaknya, masyarakat kompak mengecap buruk perempuan yang duduk dengan cara menunggang (kaki mengangkangi sepeda atau motor) saat ia dibonceng. Namun, betapa hal itu lenyap, bahkan dianggap suatu kewajaran. Terbukti, ketika seorang perempuan menggunakan jasa Gojek, misalnya, dan duduk menunggang, nyaris tak seorang pun menganggapnya aneh dan ganjil. Ini adalah salah satu contoh penilaian manusia yang temporal. Ia pun mengimbau, agar kita tak terlalu berambisi mengejar penilaian baik manusia. Karena itu tak beraturan dan tiada habisnya.

“Maka, tidak perlu berambisi kuat untuk memenuhi segala hal, inilah yang disebut Kang Faqih sebagai pembelenggu manusia. Karenanya, Islam datang untuk melepas belenggu itu, sehingga manusia bisa memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat,” ungkapnya tulus menasehati.

Membahas ini, saya jadi teringat nasehat imam Muhammad bin Idris as-Syafi'i (204 H) kepada muridnya syekh ar-Robi' bin Sulaiman al-Maradi (270 H). Ia mengatakan:

يا ربيع رضا الناس غاية لا تدرك فعليك بما يصلحك فالزمه فإنه لا سبيل الى

رضاهم

Artinya, “Wahai Rabi’, membuat seluruh orang rela hati (kepadamu) adalah tujuan yang absurd digapai, maka engkau

harus fokus pada sesuatu yang dapat memperbaiki dirimu (tanpa perhitungkan baik-buruknya menurut orang), dan dekaplah erat-erat. Sebab, tiada jalan memperoleh rela hati mereka (semua)". (*Hilyatul Auliya'* (juz 9, hal. 123) karya Abu Nu'aim Ahmad bin Abdullah al-Ashbahani)

Untuk ke sekian kalinya, Nyai. Arikha menyanjung karya Kang Faqih ini. kali ini, ia terkesima tidak hanya dengan kata kunci yang dimunculkan Kang Faqih. Tetapi juga dengan dalil-dalil Al-Qur'an dan hadist sebagai dasar normatif untuk kata kunci itu. Seperti penggalan akhir surah al-Maidah ayat 15-16, surah al-A'raf ayat 32, surah al-Araf ayat 157, dan surah al-Baqarah ayat 201-202.

"Yang hebat dari kitab ini, kata kunci yang sudah disampaikan Kang Faqih tadi, kemudian dikuatkan oleh ayat-ayat Al-Qur'an sebagai dasar normatif, dan dari hadist-hadist," terangnya.

Hidup bahagia di muka bumi ini, maknanya yaitu hidup dengan penuh kemuliaan layaknya manusia seutuhnya. Memiliki keleluasaan untuk melakukan yang terbaik bagi dininya, tanpa kekangan sosial apa pun. Juga, memperoleh kenyamanan dalam menjalani setiap aturannya agamanya (dengan keyakinan masing-masing), serta mampu menjalin kasih-sayang dengan lingkungan sekitarnya. Itu semua, dapat terwujud selama kita masih memiliki kesehatan yang terjaga. Bahkan, dari sinilah sumbangsih terbesar kebahagiaan itu.

Kesehatan yang dimaksud adalah kesehatan dengan segala dimensi maknanya (Kang Faqih menyebutnya dengan kesehatan yang *syamil* dan *kamil*). Ibu Nyai. Arikha menjelaskan bahwa yang dimaksud Kang Faqih, tidak hanya kesehatan jasmani saja. Melainkan juga kesehatan rohani, politik, sosial, ekonomi, dan lain sebagainya. Dan, bukan semata berlaku bagi pribadi, tetapi relasi antar suami-istri, orang tua, dan anak keturunan dalam sebuah keluarga.

Hak Tubuh yang Harus Dipenuhi

Bicara soal kesehatan tubuh, tak lepas dari berbincang ihwal hak-haknya. Pada bab-bab sebelumnya, dijelaskan tiga hak tubuh yang harus dipenuhi. Pertama, hak mengonsumsi makanan yang halal dan bergizi baik (*at-tagaddzi bil halal at-thayyib*). Kedua, hak atas istirahat yang cukup (*akhdzu ar-rohah*). Ketiga, hak menyalurkan hasrat seksual yang halal dan layak (*talbiyyah al-garizah al-jinsiyyah*). Dengan terpenuhinya hak-hak tubuh dengan baik, maka *in sya Allah*, terjagalah kesehatan tubuh secara ideal.

Tubuh yang sehat, sebenarnya hanyalah media (*al-wasilah*). Tujuannya adalah memenuhi kebutuhan jiwa dan spiritual. Melalui jiwa yang ideal (*salimah*), maka tercapailah tujuan luhur umat manusia, yaitu memperoleh ridha Allah SWT. Syekh Ahmad ar-Raisuni dalam *al-Fikr al-Maqashidi*, menyebut jiwa yang ideal-dalam hal ini-sebagai *al-maqashid al-wustha* atau *wasailul wasail* (tujuan yang menjadi batu loncatan untuk

tujuan yang lebih tinggi). Penting ditegaskan kembali, bahwa kesehatan harus benar-benar dijaga. Sebab, ia merupakan pintu pertama memperoleh *hasanah* di dunia. Dari sinilah kemudian *hasanah* di akhirat dapat diregup.

Sebelum membangun rumah tangga yang harmonis dan bahagia, tentu penting mengetahui kualitas kesehatan masing-masing pasangan. Dengan begitu, setiap mereka benar-benar saling memahami apa yang seharusnya diberikan kepada pasangannya. Terutama, terkait cara memperlakukan; baik perawatan maupun perhatian. Tidak boleh semata bermodal tawakal, berlagak layaknya orang dengan keimanan tingkat tinggi. Justru, terlalu mengandalkan apa kata takdir adalah tanda lemahnya iman. Kang Faqihuddin dalam *Manba'ussa'adah* mengatakan:

فلا ينبغي البتة لمن آمن بالنبي صلى الله عليه وسلم واتبع قدوته الحسنة أن يتغافل عن هذه الإرشادات ويتقاعد عن حفظ صحة جسده بدعوى التوكل والإعتماد على الله. فإن التوكل يكون مع الأخذ بالأسباب من أجل الوصول إلى مسيبتها. وبدونه يكون التوكل عن ضعف وعجز

Artinya, "Sangat tidak dianjurkan bagi yang benar-benar mengimani baginda Nabi Saw, dan meneladani jejaknya yang indah nan mulia, untuk mengabaikan nasehat-nasehatnya, dan acuh tak acuh terhadap kesehatannya sendiri dengan dalih tawakal dan takdir. Mengingat, tawakal itu harus sejalan

dengan upaya-upaya, guna mendapatkan apa yang diinginkan. Tanpa itu, klaim tawakal hanyalah bukti lemahnya keimanan”.

Dalam kitab *Zadul Ma'ad fi Hadyi Khairil 'Ibad*, imam Syamsuddin Abu Abdillah Muhammad bin Abi Bakr (751 H) atau yang makruf dengan Ibnu Qayyim al-Jauziyyah mengatakan:

فلا ينبغي للعبد أن يجعل توكله عجزاً، ولا عجزه توكلًا، بل يجعل توكله من جملة
الأسباب المأمور بها التي لا يتم المقصود إلا بها

Artinya, “Tidaklah baik bila seseorang yang dengan klaim tawakalnya justru membuat ia lemah (tidak mau berusaha), juga bagi yang enggan berupaya, lalu mengatasnamakan tawakal. Melainkan, klaim tawakal haruslah senafas dengan upaya-upaya yang maksimal, karena itu merupakan bagian yang tak terpisahkan”.

Melanjutkan statmen Kang Faqih di awal, berarti, membangun keluarga sehat, tak lepas dari anggota keluarga yang afiat. Karena, ibarat badan, anggota keluarga bagaikan anggota tubuh. Tidak mungkin anggota tubuh yang lain merasa baik-baik saja, bila salah satu anggotanya sakit. Jadi, berbekal rumah tangga yang sehat melalui anggota keluarga yang afiat-dengan maknanya yang *syamil* dan *kamil*-sangat potensial untuk diabadikan sebagai keluarga surgawi. Sebagaimana kandungan doa dalam Al-Qur'an surah al-Baqarah ayat 201 yang berbunyi:

وَمِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Artinya, “Dan, di antara mereka ada yang berdoa, ‘Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat, dan lindungilah kami dari azab neraka’”.

Doa di atas, menurut sahabat Anas bin Malik saat ditanya sahabat Qatadah, adalah doa yang paling sering dipanjatkan oleh Rasulullah Saw. Semoga kita semua mampu menciptakan keluarga surgawi dengan berkah doa yang sering dibaca sang *insan kamil* Saw. *Wallahu a'lam bisshowab.*

Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!



Nyai Usfiyatul Marfu'ah:

Taharah dan Membangun Keluarga Bahagia: Apa Relevansinya?

Penulis: Hasna Azmi Fadhilah

Jika ditanya mengapa Islam istimewa, dan hingga kini terus dipedomani oleh milyaran orang di bumi, mungkin jawabannya terletak pada bagaimana tiap aspek kehidupan manusia diperhatikan dan diatur secara detail, termasuk yang berkaitan dengan konsep taharah atau bersuci. Begitu pentingnya bersuci ini dalam dinamika sehari-hari umat muslim, kemudian mendorong banyak cendekiawan untuk mengulasnya lebih mendalam, baik dari segi hukum hingga penerapannya. Salah satu penulis sekaligus kiai yang juga tak ketinggalan membahasnya secara komprehensif adalah Dr. Faqih Abdul Kadir dalam kitabnya, *Manba' as-Sa'adah*, yang dapat diartikan sebagai telaga kebahagiaan. Dalam kitab kuning yang Kiai Faqih --begitu ia akrab disapa-- tulis, dibahas asas atau dasar-dasar, prinsip membangun hubungan kesalingan yang mendorong

terciptanya amal kebaikan dalam keluarga. Berdasarkan isinya, kitab ini dapat menjadi rujukan dalam membangun relasi sehat antara suami-istri, orangtua dan anak, serta relasi kekerabatan yang bertujuan untuk menciptakan kebahagiaan sejati, di dunia maupun di akhirat.

Meski tema besarnya adalah fondasi hubungan positif yang berkelindan antar anggota keluarga, namun *Manba' as-Sa'adah* tak ketinggalan menjelaskan juga hikmah ibadah bersuci yang dapat ditarik benang merahnya dengan dampak positif bagi kesehatan diri. Sekilas memang keduanya tak berkorelasi langsung, tapi begitu diurai lebih jauh nyatanya bersuci memegang peranan penting dalam mewujudkan kehidupan keluarga bahagia.

Tak salah bila materi tadi kemudian menjadi topik kelas intensif Ramadan sesi kesebelas yang diselenggarakan atas kerjasama Media Mubadalah, Fahmina Institute, dan Swara Rahima pada hari Rabu, 28 April 2021. Didapuk sebagai mediator pada pertemuan tersebut yaitu Nia Ramdaniati dari LKK PCNU Tasikmalaya, yang menggandeng Nyai Usfiyatul Marfuah dari PW Fatayat NU Jawa Tengah sebagai pemateri yang mengulas lebih jauh bagaimana relevansi bersuci dalam membantu memelihara kebugaran diri agar potensi yang dimiliki umat muslim dapat dimaksimalkan.

Pemilihan Nyai Usfiyatul Marfuah yang berasal dari “kota kacang”, Pati, tentu bukan tanpa pertimbangan matang. Dosen

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang ini sudah kenyang makan asam garam dalam berbagai kajian keilmuan, keorganisasian hingga penelitian. Pengembaraan ilmu Nyai Usfi sendiri dimulai dari pendidikan dasar keagamaan yang ia selesaikan di daerah asalnya dari rentang tahun 2000 hingga 2006. Tak puas mendulang ilmu di bumi mina tani, lulusan MA Mathali'ul Falah ini kemudian hijrah ke ibukota Jawa Tengah untuk menempuh program strata satu pada jurusan manajemen dakwah yang ia selesaikan di tahun 2012. Selama kuliah, ia tak hanya berpeluh keringat memuaskan dahaga pengetahuan, tapi juga disibukkan memimpin Forum Komunikasi Mahasiswa Manajemen Dakwah se-Indonesia dan turut aktif dalam Komisariat PMII Walisongo Semarang.

Keaktifannya dalam pergerakan ternyata tak membuat Nyai Usfi terlena. Usai meraih gelar sarjana, ia lalu memutuskan kembali ke bangku kuliah dengan mendalami ilmu dakwah/komunikasi islam di kampus yang sama. Kini, setelah program magisternya tertuntaskan, ia masih kembali diberikan amanah untuk mengurus umat melalui Fatayat NU Jawa Tengah.

Dengan sederet pengalaman yang ia torehkan, tentu pembahasan mengenai hikmah bersuci pada kelas intensif Ramadan nampaknya sudah diberikan kepada orang yang tepat. Terlebih, selama satu setengah jam peserta nampak khusyuk mendengarkan dan juga berdialog untuk menggali lebih jauh esensi dari taharah. Hal ini tampak dari interaksi

yang terbangun di antara moderator, narasumber, dan peserta yang menunjukkan gelagat positif.

Keutamaan dan Hikmah Bersuci

Mengawali materi dengan menerangkan bahwa kedudukan orang-orang yang bersuci itu sama dengan kondisi individu-individu yang bertaubat, Nyai Usfi hendak mengingatkan kembali jika bersuci itu merupakan hal yang disukai oleh untuk dilakukan makhluk-Nya. Tak heran bila dalam Al-Qur'an dan hadist, kita begitu mudah menemukan keutamaan bersuci. Salah satunya dalam surat Al Baqarah ayat 222:

...إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

(Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.)

Dari sini terlihat bahwa suci, bersih dari kotoran merupakan hal yang sangat esensial, bahkan Allah menyandingkannya dengan bertaubat. Sehingga ada juga tafsir yang menyatakan bahwa, bila ingin taubat kita diterima, kita sebelumnya perlu beritikad untuk benar-benar menyucikan diri, tidak hanya dari segi fisik tapi harus dilengkapi dengan meninggalkan hal-hal kotor, keburukan, perbuatan dosa. Sebab, termasuk syarat mendekatkan diri pada Allah, yakni datang dengan kondisi bersih, suci, juga dalam niat.

Hikmah bersuci secara tersirat sering disinggung dalam Alquran, karena sebagaimana yang kita tahu, suci (dari hadas dan najis) menjadi syarat sah dari suatu ibadah. Yang perlu menjadi catatan, bersuci memang identic dengan bersih, namun bukan berarti sama. Taharah (bersuci) secara bahasa memiliki arti *an-nazhafah* (bersih). Namun, terdapat beberapa hal yang dianggap bersih, tapi ternyata belum suci, berlaku juga sebaliknya. Dalam Islam, untuk melaksanakan ibadah-ibadah tertentu, maka yang harus dilakukan adalah bersuci. Seperti yang tertera dalam Al Maidah ayat 6:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ
وَأَمْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ
مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا
مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يَرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ
عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

(Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan salat, maka basuhlah wajahmu dan tanganmu sampai dengan siku, dan usaplah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki. Dan jika kalian dalam keadaan junub, maka hendaklah kalian bersuci (mandi janabah). Dan jika kalian sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air atau menyentuh perempuan, lalu kamu tidak

memperoleh air, maka tayammumlah dengan tanah yang baik, sapulah wajahmu dan tangamu dengan tanah itu. Allah tidak hendak menyulitkanmu, tetapi Dia hendak membersihkanmu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu supaya kalian bersyukur)

Pada ayat di atas, sudah sangat jelas bahwa untuk melaksanakan salat, seseorang harus dalam keadaan suci, tidak hanya bersih. Sebab, jika hanya bersih, maka orang yang berhadas kecil atau besar cukup membersihkan sisa-sisa kotorannya. Namun Islam memiliki aturan tersendiri agar seseorang tidak hanya berada dalam kondisi bersih tetapi juga suci. Itu pun jika dalam kondisi yang terbatas, misalnya tidak ada air, Islam memberikan kelonggaran dengan bertayamum. Hal ini dimaksudkan bahwa taharah menjadi fondasi ibadah yang dilakukan seseorang apapun kondisinya. Namun, perlu digarisbawahi juga bahwa hukum tersebut tidak untuk menyulitkan manusia. Hikmahnya justru mengingatkan kita untuk terus mengingat nikmat Allah dengan banyak bersyukur serta bertafakur agar semakin kuat iman yang kita miliki.

Selain itu, dengan menerapkan metode mubadalah dalam memaknai ayat tadi, Nyai Usfi juga menekankan bahwa objek hukum dalam bersuci tidak hanya laki-laki, tapi juga perempuan. Meski dalam ayatnya tertulis 'menyentuh perempuan', hal yang sama juga berlaku pada perempuan, jika ia menyentuh laki-laki. Bahkan, untuk memaknai lebih jauh ayat tersebut, ustazah asal Pati ini mengaitkannya dengan pengalaman sehari-

hari yang dialami perempuan ketika galau saat akan merias wajah. Seringkali, anjuran taharah disalahpahami sebagai hal yang menyusahkan kaum hawa. Padahal, Allah tidak pernah bermaksud membuat umatnya susah. Justru, menurut dosen UIN Walisongo ini, ketentuan itu menyimpan banyak hikmah, termasuk mendorong para perempuan untuk berpikir cerdas. Bagaimana pasal? Ketika dihadapkan dengan situasi seperti ini, kita juga harus mempersiapkan diri lebih awal. Contohnya saja, ketika ingin bepergian atau perlu memenuhi undangan suatu acara. Alih-alih langsung berhias, kita hendaknya berwudu terlebih dahulu, setelah itu baru berdandan dan selanjutnya berwudu. Bisa juga sebaliknya, setelah berwudu kita bergegas salat, dan usai melaksanakan kewajiban lima waktu, kita dapat mematutkan diri ke cermin untuk bersolek.

Siasat berwudu seperti ini penting sekali diterapkan, sebab salat kita tak akan diterima tanpa bersuci terlebih dahulu. Terlebih Rasulullah saw pernah mengingatkan, “Tidaklah diterima salat tanpa taharah (bersuci) dan tidak pula sedekah dari ghulul (curian dari harta rampasan perang).” (HR Muslim)

Dengan demikian, hakikat salat tidak hanya terletak pada bagaimana kita melakukan takbir hingga sujud, tapi juga bagaimana kita memulainya dengan membersihkan diri terlebih dahulu. Fædah berwudu sendiri diterangkan secara rinci dalam hadis riwayat Muslim berikut:

Dari Abu Hurairah ra berkata, "Bahwa Rasulullah Shallallahu alaihi wa sallam bersabda, "Apabila seorang muslim atau mukmin berwudu lalu membasuh mukanya, maka keluarlah (diampunilah) dosa-dosa wajahnya dimana ia melihat maksiat dengan matanya bersama air atau akhir dari percikan air, ketika membasuh kedua tangannya, maka diampunilah dosa-dosa tangannya bersama air atau bersama percikan akhir yang terakhir, ketika ia membasuh kedua kakinya, maka diampunilah dosa-dosa kakinya bersama air atau bersama percikan air yang terakhir hingga ia benar-benar bersih dari segala dosa."

Substansi hadis tersebut tentu kian menguatkan keistimewaan bersuci dalam Islam, bahkan di sini ditegaskan bahwa ketika seorang hamba berwudu, seluruh perbuatan buruk yang dilakukan oleh bagian tubuhnya, baik indra penglihatan hingga kakinya, dengan catatan perbuatan itu adalah dosa kecil. Misalnya, iri, dengki, sombong, dan sebagainya. Seluruhnya akan dimaafkan dan diampuni oleh Allah ketika ia bertaharah. Terlebih, dosa-dosa tersebut tak kasat mata, sehingga sering kali kita abai bahwa kita banyak melakukan perbuatan dosa.

Saking banyak manfaat dari wudu ini, dalam berbagai kesempatan, kaum hawa juga kerap menjadikannya bahan candaan, seperti yang diungkapkan oleh Nyai Usfi sembari tergelak, "cukup dengan berwudu saja, wajah kita akan otomatis bersinar lo, layaknya lampu dengan daya 50 watt..."

Walau esensi kalimat tadi hanya bercanda, namun bila

kita telisik lebih jauh, memang wudu itu menjanjikan banyak poin plus, termasuk menjadikan wajah seorang muslim menjadi lebih cerah dan segar. Apalagi jika kita memahami keutamaan berwudu dengan baik, tentu kita akan menjadikannya sebagai kebiasaan positif yang akan kita usahakan dengan sempurna sebelum beribadah. Bahkan dalam suatu hadis disebutkan bahwa orang yang mensucikan dengan upaya terbaik akan diampunkan dosa-dosa terdahulu, selama ia tidak melakukan dosa besar, dan hal itu berlaku sepanjang masa.

Kini, dengan adanya wabah Korona yang menghentakkan seluruh negeri, hikmah bersuci semakin terlihat dampak positifnya. Perilaku hidup bersih dan sehat sesuai tuntunan Islam ternyata mampu menghindarkan diri dan infeksi virus yang bisa masuk ke dalam tubuh manusia. Tidak hanya bermanfaat pada diri pribadi, dalam kaitannya dengan pencegahan penyakit, keefektifan bersuci juga bermanfaat kepada sesama karena membantu menghindarkan penularan penyakit dalam lingkup yang lebih luas. Selain bertujuan menghilangkan hadas dan najis, taharah (wudu, tayamum, mandi, bersiwak, dan lainnya) secara personal, mendatangkan manfaat untuk kesehatan jasmani dan rohani. Dalam hal berwudu, berbagai penelitian juga membuktikan bahwa wudu mampu merangsang dan menstimulus energi dalam tubuh serta melancarkan peredaran darah jika dilakukan dengan sempurna. Nah, untuk teknis wudu sendiri, kita dapat merujuk hadis berikut:

Dari ibn 'umar ra meriwayatkan bahwa Nabi Shallallahu alaihi wa sallam bersabda "barangsiapa berwudhu dgn membasuh sekali saja pada tiap-tiap anggota wudu, maka dia telah menyempurnakan perkara yang wajib keatasnya. Barangsiapa yang membasuh dua kali- dua kali pada setiap anggota wudunya, dia mendapat bagian pahala ganjarannya. Barangsiapa yang membasuh tiga kali-tiga kali pada setiap wudunya, maka ini adalah wuduku dan wudu para ambiya sebelumku (HR Musnad Ahmad 2/97)

Dengan menjadikan hadis tadi sebagai referensi, Nyai Usfi juga menambahkan bahwa di samping rukun wudu yang harus dikerjakan, ada banyak perbuatan yang dianggap sebagai kesunahan dalam berwudhu. Di antaranya membaca basmalah, bersiwak atau gosok gigi, membasuh kedua tangan sebelum memasukkannya ke dalam tempatnya air, berkumur, menghirup air ke dalam hidung dan mengeluarkannya lagi, membasuh kedua telinga, mendahulukan anggota badan yang kanan, berturut-turut, dan lain sebagainya. Meski ada beragam sunah, kembali akademis cuma aktivis ini tetap menegaskan bahwa yang terpenting adalah mengamalkannya secara istiqomah. Apalagi jika ditelusuri, menjaga kebersihan diri adalah cerminan pribadi yang tidak egois. Bagaimana tidak, secara tidak langsung pribadi yang menjaga kesehatannya dengan baik melalui taharah dengan rutin, ia akan membantu orang-orang di sekitarnya untuk tetap sehat karena ia tak memiliki

potensi untuk menularkan virus, bakteri hingga penyakit. Hal ini juga mencerminkan seberapa peduli kita pada sesama mengingat musim pandemi dalam dua tahun terakhir masih sulit dikendalikan risikonya.

Dari situ, Nyai Usfi kemudian mengajak para santri mubadalah untuk berefleksi dan menarik korelasi antara bersuci dan membangun keluarga bahagia. Secara rinci, ia meringkas kembali apa saja faedah bersuci dan kemudian menjabarkan realisasinya melalui contoh pengalaman sehari-hari termasuk bagaimana dulu ibunya memberikan contoh mencuci baju dengan sempurna agar pakaian kotor tidak hanya menjadi bersih, tapi juga suci. Terlebih bagi perempuan dengan pengalaman haid, menstruasi, keputihan, hingga nifas. Oleh karenanya, tips yang bisa dijalankan ketika mencuci bagi perempuan adalah menghilangkan noda kotor hingga betul-betul tak nampak bekasnya pada permukaan pakaian dalam sebelum kemudian merendamnya bersama pakaian yang lain. Jadi baju atau celana dalam yang terkena noda perlu mendapatkan perlakuan dua kali agar ketika dipakai kembali benar-benar bersih dan suci.

“Praktik seperti ini memang sepele, namun membiasakan untuk hidup bersih, menjaga kesucian diri dan lingkungan sekitar, dampaknya akan luas. Di lingkungan keluarga, hal itu akan mendorong kita untuk menerapkan praktik yang sama ketika hendak makan, saat bepergian, dan sebagainya.

Dampak positifnya kemudian adalah jika tiap anggota keluarga sudah memahami dengan baik, akhirnya aspek fisik dan jiwa bisa terkondisikan. Sehingga dari keluarga yang sehat akan mendorong terciptanya suasana yang harmonis serta bahagia,” urai Nyai Usfi sebelum menyampaikan narasi penutup, yang dilanjutkan dengan tanya jawab.

“Jika ditarik lagi korelasinya di lingkungan yang lebih luas, kebiasaan hidup bersih, sehat, dan tetap menjaga kesucian diri akan memotivasi kita untuk menerapkannya di luar lingkaran keluarga. Contohnya saja, di beberapa wilayah, ada yang mulai mencanangkan kampung sehat, juga *zero waste*. Kedua contoh program tadi menunjukkan bahwa praktik taharah bukan bersifat eksklusif, tapi justru cakupannya luas, dan semakin membuktikan bahwa taharah hanyalah salah satu bukti bahwa Islam adalah *rahmatan lil ‘alamin*.”

Perkara Kosmetik dan Batalnya Wudhu

Usai menyimpulkan materi dengan penjelasan yang bernas tadi, Nia sebagai moderator kemudian mulai membacakan satu per satu pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Satu di antaranya datang dari Nurun Sariyah yang ingin mengetahui tanggapan Nyai Usfi terkait maraknya kosmetik yang memasarkan produk mereka dengan label *wudu-friendly*: “Bagaimana dari segi hukumnya?”

Sebelum menjawab, dosen cuma aktivis ini terlebih dulu

menerangkan kembali bagaimana teknis wudu yang baik, terutama di bagian wajah. Ia menekankan bahwa kita sebagai muslimah harus memastikan bahwa air yang kita basuhkan ke wajah itu masuk ke dalam pori-pori. Sehingga jika ada kosmetik yang ketika dikenakan, memenuhi standar itu dan benar-benar bisa dibuktikan, tentu hal tersebut perlu disambut baik. Terlebih, berhias sudah menjadi kebutuhan dasar bagi kaum hawa, di saat yang sama kita sebagai muslimah juga mempunyai kewajiban salat lima kali dalam sehari. Oleh karenanya, jika inovasi yang dikeluarkan oleh perusahaan kosmetik ternyata bisa memecahkan dilema muslimah sehari-hari, tentu perlu disyukuri.

Masih berkaitan dengan wudu, pertanyaan kedua dilontarkan oleh Defi yang ingin memahami lebih jelas mengenai kontak antara suami istri usai berwudu, “Apakah bersentuhannya mereka akan membatalkan wudu atau tidak?”

Mengenai sentuhan yang membatalkan wudhu, ada beberapa pendapat di kalangan ulama. Ulama mazhab Syafi sebagai rujukan mayoritas muslim di Indonesia menghukumi bahwa sentuhan kulit secara langsung antara lelaki dan perempuan dapat membatalkan wudhu. Sedangkan dalam Madzhab Hanafi dan salah satu riwayat dari Imam Ahmad, sentuhan kulit antara laki-laki dan wanita non-mahram (termasuk istrinya) tidaklah membatalkan wudu secara mutlak, walaupun sentuhan itu dilakukan dengan syahwat. Sebab

yang menjadi patokan batalnya wudu dalam hal ini adalah terjadinya jimak. Maka, sentuhan yang tidak sampai pada taraf hubungan seksual tidak membatalkan wudhu. Sehingga, untuk implikasinya bisa dikembalikan kepada masing-masing individu untuk mengikuti mazhab yang mana.

Mendiskusikan isu relasi suami istri yang berhubungan dengan taharah kemudian malah mengusik moderator untuk sedikit *curcol*. Ia bercerita, karena banyak dari urusan domestik, seperti mencuci baju, menempatkan barang dengan rapi, kerap dibebankan pada perempuan. Seringkali pihak laki-laki sering abai dengan persoalan ini, yang akhirnya ketika sedang sama-sama lelah, justru menjadi konflik. Dari situ, ia ingin menanyakan saran dari Nyai Usfi tentang bagaimana menyamakan persepsi dalam keluarga tentang tanggungjawab bersama soal kebersihan.

Tak dinyana, tradisi yang sama juga mengakar pada keluarga Nyai Usfi. Keluarganya juga lebih menekankan urusan menyapu, mencuci baju dan piring kepada anak perempuan, dan hal itu berimbas ketika mereka tumbuh dewasa. Selama ini, ia dan saudara perempuannya adalah yang lebih sering mendapat tugas *bebersih* dibanding saudara laki-lakinya. Mungkin hal yang sama diterapkan pada banyak keluarga di Indonesia. Oleh sebab itu, saran Nyai Usfi, "Tradisi patriarkis yang sudah mengakar ini kita perlu komunikasikan perlahan-lahan kepada anggota keluarga, perlu upaya untuk berbicara dari hati ke

hati agar pesannya sampai. Apalagi, kebiasaan tersebut sudah berlangsung sejak lama. Sehingga perlu disusun strategi dari pihak istri atau ibu untuk kemudian membagi tanggungjawab secara proporsional.”

Tidak Berlebihan

Menyambung persoalan kebiasaan anggota keluarga, peserta lain bernama Zuhriya sontak teringat akan saudara perempuannya yang suka melakukan wudu secara berlebihan. Ia ingin mengetahui pendapat dari Nyai Usfi, apakah hal tersebut diperbolehkan dalam Islam.

Segala hal yang berlebihan memang tidak baik. Termasuk dalam hal wudhu, kita dianjurkan tidak bersikap berlebihan, misalnya menghambur-hamburkan air yang digunakan. Menurut Nyai Usfi, menghambur-hamburkan air wudu hukumnya makruh. Makruh sendiri adalah sesuatu yang tidak disenangi syariah jika dikerjakan, “Secara prinsip, Allah tidak menyukai berlebihan dalam hal apapun. Kita makan minum saja, bila terlalu banyak porsinya justru akan membuat sakit perut. Apalagi sampai boros air untuk berwudu. Hal itu jelas tidak diperkenankan. Terlebih dengan kondisi bumi yang sedang krisis, tentu kita perlu membantu menjaga sumber air untuk generasi penerus kita. *Oke lah..* kalau misalnya sekarang air berlimpah, bagaimana kalau sepuluh tahun mendatang kondisinya tidak sama? Apakah kita tidak khawatir bila anak cucu kita nanti justru tidak *kebagian*? Oleh sebab itu, Sunnah

Nabi dalam berwudu perlu kita praktikkan. Bagaimana gambarannya? Beliau ketika bersuci hanya menggunakan air secukupnya saja, tidak pernah boros air. Terlebih, beliau hidup di daerah gurun yang ketersediaan airnya tak semelimpah kita di sini.”

“Namun, jika ingin menyampaikan nasihat demikian, terlebih kepada kakak sendiri, kita juga tidak bisa langsung *blak-blakan*. Kita perlu memilih cara dan kata-kata yang tepat agar ia tak sakit hati. Perhatikan juga momen dan *timing*-nya, jangan sampai pesan kebaikan kita disalahpahami kemudian justru timbul konflik. Dan, alangkah lebih baik dakwah *bil lisan* juga dibarengi dengan dakwah *bil hal*, yakni memberikan keteladanan. Ketika wudu bersama, contohkan yang terbaik. Ajak melakukan hal-hal yang berkaitan dengan *taharah* bersama-sama, sehingga pihak yang diajak tidak terlalu merasa digurui, dan akhirnya itu membuat pesan kebaikan kita tersampaikan.”

Berkaitan dengan pesan untuk menghemat air, saran yang sama disampaikan Nyai Usfi kepada penanya terakhir yang ingin tahu bagaimana tips berwudu ketika dalam perjalanan panjang, sedangkan air yang tersedia seringkali terbatas. Ia juga menanyakan kebolehan digunakannya air minum kemasan botol untuk bersuci ketika *traveling*.

Secara singkat, Nyai Usfi menekankan bahwa ketika berwudu, anggota tubuh yang perlu dibasuh itu frekuensinya

cukup sekali saja. Selebihnya ketika kita mengulangnya dua sampai tiga kali, hukumnya adalah sunah. Apalagi dengan kondisi tidak cukup air, bila memang tidak bisa berwudu, kita dapat menggantinya dengan tayamum.

Usai menjawab persoalan tadi, Nia sebagai moderator mengingatkan bahwa ternyata mereka sudah berada di penghujung acara. Sebagai penutup, Nyai Usfi pun kembali mengingatkan bahwa dalam aktivitas bersuci dan ibadah terdapat rahasia yang bertujuan untuk menguatkan dan menyehatkan jiwa. Bersuci dan beribadah juga dapat menyehatkan tubuh sehingga memudahkan untuk mendekat pada Allah dengan cara yang paling sempurna. Seseorang yang membersihkan diri dari kotoran dan najis di sisi Allah layaknya orang yang bertaubat dari dosa dan kesalahan karena telah menjaga kesehatan diri dan orang-orang di sekitarnya. Dengan kata lain, kedudukan orang yang bersuci setara dengan orang yang bertaubat, keduanya sangat disenangi oleh Allah.



Nyai Khotimatul Husna:

Kesehatan Reproduksi dalam Perkawinan, Tugas Bersama Suami-Istri

Penulis: Zahra Arifia Shaumi

Dalam sebuah pernikahan, hal yang tak kalah penting adalah menjaga kesehatan reproduksi. Dengan kita menjaga kesehatan reproduksi, maka akan tercipta keharmonisan dalam rumah tangga, serta mendatangkan kemaslahatan bersama. Untuk itu, pada pembahasan tema yang ke-12 “Kelas Intensif Ramadhan 20 Hari Bersama 20 Ulama Perempuan Berbasis Kitab Manba’ as-Sa’adah”, Nyai Khotimatul Husna mengemas materi ini dengan sangat baik dan sistematis sehingga mudah untuk diterima dan dipahami. Pada kesempatan kali ini, Nyai Khotim didampingi oleh Sari Narulita, S.HI, staf program alimat dan kontributor Mubadalah.id selaku moderator acara. Dalam pembukaannya, moderator menyampaikan pentingnya materi ini untuk disampaikan sebagai bekal baik bagi yang

sudah menjalani kehidupan pernikahan maupun yang belum. Karena di masyarakat kita seringkali masih banyak yang menganggap tabu terkait dengan isu kesehatan reproduksi, sehingga mendatangkan kemadharatan dalam rumah tangga.

Dalam membahas materi “Kesehatan Reproduksi dalam Perkawinan”, Nyai Khotim mencatat ada lima garis besar. Perinciannya: definisi sehat dan kesehatan reproduksi; gerakan/ sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi; dalil-dalil normatif yang mendorong kita untuk menjaga kesehatan reproduksi dalam perkawinan; tuntunan syara’ dalam menjaga kesehatan reproduksi dalam perkawinan; dan tugas negara terkait dengan isu kesehatan reproduksi yang menjadi hak kita sebagai warga negara.

Definisi Sehat dan Kesehatan Reproduksi

Nyai Khotim memberikan pengertian kesehatan reproduksi menurut WHO, yaitu suatu kondisi fisik, mental, dan kesejahteraan sosial yang merupakan satu kesatuan, tidak sekadar bebas dari penyakit atau kecacatan saja. Kemudian kitab *Manba’ as-Sa’adah* memberikan pengertian bahwa kesehatan reproduksi bukan hanya secara fisik, tapi juga terkait dengan fungsi dan sistem reproduksi itu sendiri.

Jika kita membicarakan kesehatan reproduksi dari prespektif agama, itu merupakan hal yang penting, karena tidak terpisah dari pesan-pesan kenabian. Kemudian jika dikaitkan dengan keimanan, menjaga kesehatan reproduksi juga merupakan

amanah dari Allah SWT kepada kita sebagai khalifah di muka bumi, misalnya dengan menerapkan *hifdzun nafs* (menjaga jiwa) yaitu dengan mengupayakan pengurangan angka kematian ibu dan bayi. Kemudian mengupayakan anak-anak bisa tumbuh dan berkembang dengan baik sebagaimana mestinya sebagai penerapan dari *hifdzun nasl* (menjaga keturunan).

Sebelum membicarakan kesehatan reproduksi dalam perkawinan, kita juga harus tau apa tujuan dari pernikahan itu sendiri. Nyai Khotim menyampaikan, tujuan dari pernikahan ialah tak lain untuk mencapai *sakinah* (ketenangan jiwa). *Sakinah* dalam rumah tangga tentu akan terwujud jika fungsi, proses, dan sistem reproduksi bisa berjalan dengan semestinya. Tentu *sakinah* akan terhubung dengan *mawaddah* dan *warahmah*, yang kita tahu bahwa cinta dan kasih sayang itu dengan cara kesalingan; kesalingan untuk saling membahagiakan di antara suami-isteri. Untuk mencapai *sakinah* yang tidak lepas dari menjaga kesehatan reproduksi, maka diperlukan pilar-pilar untuk mengokohkan hubungan pernikahan. Pilar-pilar ini di antaranya yaitu dengan meyakini suami-isteri sebagai pasangan yang kokoh, dengan sama sama mengupayakan bagaimana pernikahan bisa menjadi ikatan yang langgeng mengingat akad tidak hanya disaksikan oleh manusia saja, tapi juga oleh Allah SWT. Kemudian memperlakukan pasangan secara bermartabat baik dalam berhubungan seksual, dalam hal komunikasi, maupun dalam pembagian tugas, seperti pengasuhan anak. Kemudian

yang berikutnya dengan saling ridho terhadap pasangan, seperti melakukan musyawarah sebelum memutuskan sesuatu. Jika dikaitkan dengan fungsi reproduksi yaitu musyawarah terkait dengan penggunaan alat kontrasepsi.

Sosialisasi Kesehatan Reproduksi

Mengingat pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, maka perlu dilakukan sosialisasi mengenainya. Lantas hal-hal apa saja yang harus disosialisasikan?

1. Pengetahuan tentang alat reproduksi, fungsi, dan dampaknya yang tidak terbatas pada usia
2. Mengatur kesehatan ketika seorang ibu sedang hamil, melahirkan, serta untuk memperkecil resiko kesehatan yang terjadi pada saat hamil dan melahirkan
3. Kesehatan reproduksi dalam mengurangi angka kematian ibu dan bayi
4. Mengedepankan diskusi, edukasi, pelayanan, serta pemeliharaan terkait dengan kesehatan reproduksi
5. Pengetahuan tentang bagaimana membesarkan anak yang sehat serta mendorong ASI dalam fase menyusui
6. Melindungi diri dari aborsi yang tidak aman.

Dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* juga disampaikan agar kita khawatir ketika meninggalkan generasi yang lemah. Sehingga

kita harus bisa memastikan mereka tumbuh dengan baik dengan cara menjaga nutrisi maupun dengan mendidik anak-anak kita sebagaimana mestinya. Karena biar bagaimanapun, anak-anak kita adalah generasi yang akan meneruskan kemaslahatan di muka bumi ini. Kemudian dalam kitab ini juga disampaikan gerakan atau upaya yang bisa dilakukan terkait dengan kesehatan reproduksi yaitu dengan pentingnya membicarakan tentang organ, fungsi, serta dampak dari reproduksi antara laki-laki dan perempuan. Karena dengan mengetahui hal ini, maka itu juga akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku kita, seperti memunculkan rasa simpati terhadap perempuan dalam menjalankan fungsi reproduksinya yang lebih banyak dari laki-laki. Adapun tabelnya sebagai berikut:

Reproduksi	Organ	Fungsi	Masa	Dampak
Laki-laki	-Penis	-Mimpi Basah	-5 menit	Menyenangkan
	-Kantong sperma	-Hubungan seksual	-9 menit	
	-Sperma			
Perempuan	-Vagina	-Menstruasi	-1 minggu	Bisa jadi menyenangkan bisa jadi tidak
	-Indung telur	-Hubungan seks	-9 menit	
	-Sel telur	-Hamil	-9 bulan	
	-Rahim	-Melahirkan	-1 hari	
	-Payudara	-Nifas	-1 – 60 hari	
		-Menyusui	-2 tahun	

Dalil-dalil Normatif dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi

Di dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* juga tertera dalil-dalil normatif terkait dengan menjaga kesehatan reproduksi, misalnya seperti dalam Q.S An-Nisa : 9 yang berbunyi,

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعَافًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا
قَوْلًا سَدِيدًا

Artinya: “Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap kesejahteraan mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah SWT dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar”.

Menjaga kesehatan reproduksi juga berkaitan dengan membesarkan anak dengan baik sebagaimana mestinya. Untuk itu, orang tua benar-benar harus memperhatikan tumbuh kembang anak dan memastikan anak-anak bisa tumbuh menjadi generasi yang kuat dan mandiri.

Kemudian kita juga dianjurkan untuk menjauhi zina. Karena jika dikaitkan dengan kesehatan reproduksi, zina bisa meningkatkan resiko terkena penyakit menular seksual serta kemadhorotan dalam fungsi reproduksi itu sendiri. Sebagaimana yang telah ditegaskan dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' : 32 yang berbunyi,

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّيْنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا

Artinya: “Dan janganlah kamu mendekati zina. Zina itu sungguh perbuatan yang keji, dan suatu jalan yang buruk”.

Tuntunan Syara’ dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi

Adapun tuntunan syara’ terkait dengan urgensi dalam menjaga kesehatan reproduksi yaitu sebagai berikut:

1. Bersuci dari najis
2. Disiplin kesehatan saat haid maupun istihadloh
3. Wajib mandi besar
4. Khitan untuk laki-laki, bukan untuk perempuan
5. Persiapan yang sempurna untuk menikah
6. Prinsip kerelaan dari kedua belah pihak dalam melangsungkan akad nikah
7. Perlindungan untuk ibu hamil dan janin
8. Menyusui selama dua tahun
9. Prinsip kebahagiaan dalam keluarga

Sebagai contoh, kita dianjurkan untuk bersikap baik kepada perempuan yang sedang mengalami menstruasi sebagai bagian dari pengalaman biologisnya. Sebagaimana yang tertera dalam Al-Qur’an surat Al-Baqarah: 222 yang berbunyi,

وَسَلُّواكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَدْنَىٰ فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ
 حَتَّىٰ يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ
 وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Artinya: “Dan mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang haid. Katakanlah, “Itu adalah sesuatu yang kotor.” Karena itu jauhilah istri pada waktu haid; dan jangan kamu dekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri.”

Kalimat *adza* diartikan sebagai rasa sakit, maka dari itu kita harus memandangnya dengan rasa simpatik dan tidak memandang rendah. Karena apabila kita memandang rendah orang yang sedang menstruasi maka kita kembali pada zaman sebelum Islam datang, ketika orang yang menstruasi dianggap membawa penyakit, sehingga banyak mendapatkan larangan dan dikucilkan. Kemudian ketika Islam datang, Islam memuliakan perempuan dengan cara memberikan waktu yang luang/istirahat bagi perempuan ketika sedang mengalami menstruasi serta boleh melakukan apa saja sebagaimana mestinya, kecuali berhubungan seksual. Karena berhubungan seksual bisa menimbulkan kemadhorotan bagi perempuan yang sedang mengalami menstruasi. Maka ketika ingin melakukan hubungan seksual harus menunggu perempuan selesai masa

menstruasinya. Kemudian ketika melakukan hubungan seksual pun harus menggunakan prinsip kesalingan agar dapat membahagiakan satu sama lain, sehingga tidak menyakiti salah satu pihak.

Tugas Negara dalam Memenuhi Hak Kesehatan Reproduksi Masyarakat

Sebagaimana yang terdapat dalam PP No. 61 tahun 2014 tentang kesehatan reproduksi sebagai pelaksanaan dari UU No. 36 tahun 2009. Peraturan itu menyebutkan, negara bertanggung-jawab dalam hal kesehatan ibu dan anak, terkait dengan adanya Keluarga Berencana dan pencegahan penyakit menular seksual. Negara juga bertanggung-jawab untuk memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi kepada warga di segala usia; mendeteksi dini kanker reproduksi; mencegah kekerasan seksual; menyebarkan pengetahuan mengenai aborsi yang tidak aman; serta menyosialisasikan isu-isu mengenai sunat perempuan. Dalam hal ini negara seharusnya bisa menjamin rakyatnya agar bisa mendapatkan pelayanan yang baik dan aman.

Sejumlah Pertanyaan Terkait Kesehatan Reproduksi

Bagaimana upaya negara dalam mengatasi masalah stunting pada anak?

Meski mengatasi stunting adalah tugas pemerintah, namun pemerintah juga butuh bantuan dari masyarakat

untuk mendukung program-programnya. Satu program dari pemerintah yaitu “Keluarga Saling Jaga”, dibuat untuk memastikan keluarga tercukupi nutrisinya terutama pada keluarga yang memiliki anak stunting. Pemerintah memberikan bantuan, satu di antaranya berupa *dumber lele* (lele yang ada di dalam ember) dan bantuan bibit kangkung. Bantuan ini juga dipantau dan didampingi terus menerus, dengan melakukan kunjungan reguler ke rumah-rumah yang mejadi sasaran program.

Selain itu juga adanya posyandu di daerah-daerah untuk memantau tumbuh kembang balita. Selain program dari pemerintah, kita sebagai warga masyarakat juga harus memiliki inisiatif-inisiatif, seperti yang dilakukan oleh Fatayat yang memiliki program kerja “Sosialisasi Kesehatan Reproduksi Cegah Stunting dan Gaya Hidup Sehat”. Oleh Fatayat, program ini dikelilingkan ke muda-mudi dan pesantren yang sat ini sudah sekitar 25 pesantren. Misi dari program ini di antaranya untuk menyiapkan generasi muda premarital agar tahu tentang kesehatan reproduksi, memberikan edukasi pada anak muda bagaimana caranya menjalin hubungan yang sehat baik sebelum membangun rumah tangga atau dalam rumah tangga, serta memberikan pil tambah darah pada remaja. Karena berdasarkan data, banyak remaja putri yang mengalami anemia (kurang darah).

Bagaimana kesehatan reproduksi pada perempuan yang

mengalami anoreksia dan bagaimana cara penanganannya?

Perlu diketahui bahwa anoreksia bukan hanya terkait dengan masalah pola makan, tapi juga pola pikir. Misal, kita memiliki pola pikir, bahwa perempuan cantik adalah perempuan yang memiliki tubuh yang langsing. Maka kita lantas mengurangi porsi makanan sampai tidak memperhatikan kondisi kesehatan tubuh kita. Perlu adanya konseling agar selalu berpikiran positif dengan diri kita. Apabila kita sudah memiliki pikiran yang positif, fungsi reproduksi pun akan berjalan dengan baik.

Bagaimana perempuan yang sedang mengalami istihadloh dan harus melayani suami, kemudian bagaimana dampaknya bagi kesehatan reproduksi perempuan itu sendiri?

Istihadloh merupakan darah yang keluar di luar haid dan nifas. Maka dari itu orang yang sedang istihadloh tetap diperbolehkan melakukan kewajiban-kewajiban agama sehingga secara fiqh pun diperbolehkan dalam melakukan hubungan seks karena tidak ada dalil syar'i yang melarangnya. Akan tetapi hal itu harus melihat kondisi perempuan yang sedang mengalami istihadloh itu, apakah memungkinkan untuk berhubungan seks atau tidak. Jika perlu, harus melakukan konsultasi terlebih dahulu pada dokter. Karena jika terindikasi ada masalah kesehatan dan istri merasa tidak nyaman, maka berhubungan seks pun akan mendatangkan kemadhorotan.

Beberapa laki-laki memilih perempuan yang jauh lebih

muda dari usianya untuk dinikahkan karena dianggap masa menopausnya lebih lama. Kemudian bagaimana caranya memberikan pemahaman terkait dengan kesehatan reproduksi pada anak dan sampai mana batas kita dalam memberikan pendidikan tentang kesehatan reproduksi tersebut?

Perlu diketahui jika menopause tidak selalu dipengaruhi oleh usia, bisa jadi menopause dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak baik, seperti merokok, minum-minuman keras, dsb. Meskipun pada umumnya perempuan akan mengalami masa menopause di usia 40-45 tahun sampai 50 tahun. Jadi tidak apa-apa laki-laki memilih perempuan yang jauh lebih muda dari usianya asal perempuan ini pun sudah dalam usia yang siap menikah. Karena apabila usianya belum matang, yang ada justru mendatangkan kemadhorotan karena tubuh dan mentalnya yang belum siap.

Di dalam Kitab *Manba' as-Sa'adah* juga dituliskan bahwa permasalahan terkait masa subur bukan hanya dialami oleh perempuan, tetapi oleh laki-laki juga. Tambahan, ketika ada perempuan yang mulai memasuki masa menopause, diharapkan kita bisa memberikan perhatian yang lebih serta kasih sayang, dalam hal ini karena orang yang sudah mulai memasuki masa lansia akan kembali sebagaimana ia lahir dalam keadaan lemah.

Kemudian untuk memberikan pemahaman tentang kesehatan reproduksi kepada anak, caranya dengan mengenalkan nama-nama organ tubuh serta bagaimana ia bisa menjaga

kesehatan dirinya dan menjaganya dari kejahatan seksual. Kemudian dalam penyampaianya pun harus lebih halus daripada menyampaikan pada remaja. Jangan menggunakan bahasa-bahasa imajinatif yang justru akan menyesatkan anak. Pertanyaan-pertanyaan kritis anak juga jangan dihindari, harus tetap dijawab tapi disampaikan sesuai dengan usianya.

KB merupakan salah satu program pemerintah, tapi seringkali perempuan yang menggunakan KB mengalami permasalahan seperti pendaharapan, bagaimana tanggapannya mengenai hal tersebut?

KB merupakan program dari pemerintah dalam mengendalikan populasi penduduk. Tapi dalam melakukan program dari pemerintah ini juga harus memperhatikan kondisi tubuh kita, termasuk dalam memilih alat kontrasepsi yang pas. Dalam hal ini harus memperhatikan kenyamanan, karena biasanya perempuan yang menjadi sasaran dalam penggunaan alat kontrasepsi tersebut, jadi harus benar-benar dimusyawarahkan agar bisa mendapatkan kenyamanan bagi kedua belah pihak. Kemudian juga harus disesuaikan dengan finansialnya.

Sebelum kelas ditutup, Nyai Khotim memberikan pertanyaan penutup. “Kita punya tugas bersama dengan diri kita sendiri, pasangan, keluarga, serta masyarakat untuk bersama-sama menjaga kesehatan reproduksi. Hal ini dalam rangka untuk menjalankan tuga kemanusiaan kita sebagai

khalifah fil ard. Dengan menjaga kesehatan reproduksi, maka akan mendatangkan kemaslahatan bagi diri kita dan lingkungan sekitar. Kemudian ketika sehat, maka kita bisa berkontribusi banyak terhadap alam semesta ini,” paparnya.

Profil Nyai Khotimatul Husna

Nyai Khotimatul Husna atau yang biasa dipanggil Nyai Khotim merupakan seorang ulama perempuan kelahiran Bojonegoro, Jawa Timur, yang saat ini berdomisili di Yogyakarta. Nyai. Khotim menempuh pendidikan formal sekolah dasar di MIM Kapas Bojonegoro, sekolah menengah pertama di MTS At-Tanwir Bojonegoro, dan sekolah menengah atas di MA At-Tanwir Bojonegoro. Tak sampai di situ, Nyai. Khotim melanjutkan studi S1 di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Fakultas Syariah dan Hukum. Beliau juga pernah menempuh pendidikan non-formal di PP Langitan Widang dan PP Al-Hikmah, Singgahan, Tuban. Pengalaman beliau dalam bidang keilmuan juga tercatat dalam pelatihan Pengkaderan Ulama Perempuan yang diselenggarakan oleh Rahima (2012) dan Short Course Leadership Development for Islamic Women Leaders di Deakin University, Australia (2017).

Kemudian pengalaman organisasi yang telah ditempuh oleh Nyai. Khotim juga tidak diragukan lagi, dari menjadi wakil ketua PMII Rayon Fakultas Syariah, dilanjutkan

dengan menjadi Pengurus Cabang PMII DIY, kemudian beliau juga pernah menjadi wakil ketua kordiska UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, wakil sekretaris PW IPPNU DIY, dan sekretaris PC Fatayat NU Kota Jogja. Tak cukup sampai disitu, beliau saat ini juga masih aktif menjadi Pengurus PSGA UNU Yogyakarta, Anggota Dewan Pengasuh Ponpes Bumi Cendekia Yogyakarta, dan Ketua PW Fatayat NU DIY.

Kiprahnya dalam bidang kelimuan juga tertuang dalam karya-karyanya yang berjudul, “Pedoman Membangun Toleransi” (Pustaka Pesantren, 2010), “Sukses Berbisnis Ala Nabi” (Pustaka Pesantren, 2010), dan “Cara Nabi Mengikis Terorisme” (Pustaka Pesantren, 2016). Selain itu tulisan-tulisan beliau juga diabadikan di beberapa media massa.

Saat ini kesibukan sehari-hari Nyai Khotim yaitu sebagai wiraswasta yang memproduksi aneka souvenir, beliau juga menjadi penyuluh salah satu KUA di Yogyakarta yang turut aktif dalam menyuarakan kesalingan dalam hubungan pernikahan. Kemudian beliau juga menjadi pengajar dan juga editor buku penerbit Indonesia Tere, penerbit Pilar Media, LKiS, serta menjadi penulis dan Editor Freelance.



Nyai Nur Mahmudah:

Pentingnya Menjaga Kebersihan dan Kesehatan Alat Reproduksi

Penulis: Lailatuzz Zuhriyah

Jumat (30/04/2021), merupakan hari ke-13 Mubadalah.id berkolaborasi dengan Swara Rahima dan Fahmina Institute menyelenggarakan Kelas Intensif Ramadhan 1442 H selama 20 hari bersama 20 Ulama Perempuan Nusantara. Kegiatan yang dikemas dalam bentuk kursus keluarga bahagia berbasis Kitab *Manba' as-Sa'adah* karya Kang Faqih ini rupanya mampu menyedot perhatian berbagai kalangan. Mulai dari kalangan pesantren, akademisi perguruan tinggi, para generasi milenial, pegiat organisasi masyarakat, organisasi keagamaan, dan lain sebagainya.

Pada sesi ngaji kali ini, tema yang dibahas adalah “Menjaga Kebersihan dan Kesehatan Alat Reproduksi” yang disampaikan oleh Ibu Nyai Dr. Hj. Nur Mahmudah, M.A. Narasumber satu ini tidak asing lagi bagi para pegiat kajian gender dan anak,

terutama di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam. Pasalnya, sehari-hari, selain mengajar sebagai Dosen Pascasarjana IAIN Kudus, beliau juga mendapat amanah sebagai Kepala PSGA.

Perempuan ulama kelahiran Pati, 3 Juli 1976 ini memiliki latar belakang pendidikan pesantren. Beberapa pesantren telah ia jadikan destinasi *nyantri* untuk memperdalam pengetahuan agamanya. Mulai dari Pesantren Al-Hamidiyyah Lasem Rembang-Jawa Tengah pada tahun 1989 hingga 1994. Kemudian melanjutkan *nyantri* di Pesantren Ali Maksum PP Al-Munawir Krapayak Yogyakarta pada tahun 1994 hingga 1999.

Sambil melanjutkan kuliah pada jenjang magister, ia juga menjadi *santri kalong* di Pesantren Darus Sunnah Pisangan Barat, Ciputat, Kota Tangerang. Pengalaman beliau *nyantri* di beberapa Pondok Pesantren yang lebih menekankan pada kajian tafsir, ilmu hadits, dan juga program tahfidz, disamping mengaji kitab kuning, sedikit banyak telah memberikan warna pada corak pemikiran beliau.

Pendidikan formalnya pada jenjang S1, diselesaikan di Fakultas Ushuluddin IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta pada tahun 1999. Kemudian ia melanjutkan studi ke jenjang S2 di Pascasarjana UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dengan mengambil Jurusan Tafsir Hadits, lulus pada tahun 2002. Kemudian, studi S3-nya diselesaikan di Pascasarjana IAIN Sunan Ampel Surabaya pada Prodi Studi Islam, dengan Konsentrasi Tafsir Hadits pada tahun 2012.

Bu Nyai yang ramah dan murah senyum ini, sehari-hari menjadi pengajar di Pesantren Al-Ikhlas Pati Kota (2000-sekarang), selain menjadi Ketua Departemen Penelitian dan Pengembangan Yayasan Al-Ikhlas Pati Kota (2007-sekarang). Ia juga aktif sebagai anggota *Jam'iyah Mudarosatil Quran Lil Hafizhat* (JMQH) Kabupaten Pati (2013-sekarang), dan menjadi anggota MUI Kabupaten Pati (2015-2017). Pengalamannya di organisasi Nahdlatul Ulama' tampak dalam keikutsertaannya sebagai pengurus ISNU dan lakpesdam PBNU Kabupaten Pati.

Sebagai dosen di IAIN Kudus, ia pernah menjadi anggota Senat STAIN Kudus pada tahun 2008, *Editor in Chief* Jurnal Palastren "Jurnal Studi Gender" (2010-sekarang), Wakil Ketua PSGA STAIN Kudus (2013-2017), dan saat ini beliau menjabat sebagai Kepala PSGA IAIN Kudus.

Melihat biografi narasumber yang luar biasa, mengaji kitab *Manba' as-Sa'adah* pada sesi ini menjadi sangat ditunggu-tunggu oleh para "Santri Mubadalah". Pukul 13.30 WIB kegiatan ngaji dibuka oleh Kang Dul (Videographer Mubadalah.id) yang bertugas sebagai *host* dengan mengajak peserta untuk bertawassul kepada Nabi Muhammad SAW dan *Mu'allif* Kitab *Manba' as-Sa'adah*, kemudian kegiatan kelas intensif Ramadhan dipandu secara langsung oleh Vevi (Editor sekaligus Kontributor Mubadalah.id) yang mengawali kegiatan ini dengan memperkenalkan biografi singkat narasumber.

Dalam sesi pembukaan, Vevi menyampaikan bahwa tema

pada sesi ini masih berkaitan dengan tema sesi sebelumnya, yakni “Kesehatan Reproduksi dalam Perkawinan” yang disampaikan oleh Bu Nyai Khotimatul Khusna. Namun, pembahasan kali ini lebih difokuskan pada upaya dalam menjaga kesehatan dan kebersihan alat reproduksinya. Lebih lanjut, Vevi menyampaikan bahwa ajaran Islam sangat konsen terhadap “thaharah” dan segala hal yang berkaitan dengan pentingnya menjaga kebersihan. Bahkan, di dalam Fiqih, bahasan *thaharah* sangat detail, mulai dari *kaifiyah* hingga hikmahnya. Begitu juga ketika membahas tentang alat reproduksi, tidak hanya sebatas membahas anatominya saja. Namun, lebih dari itu, yakni tentang peranan dan fungsinya, serta bagaimana cara menjaga kesehatan dan kebersihannya.

“Pada kehidupan sebelum perkawinan, hal ini menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi menjadi konsen bagi masing-masing individu. Namun, dalam kehidupan perkawinan, hal ini harus menjadi konsen bersama antara pasangan suami istri, guna membangun keluarga yang bahagia,” pungkasnya.

Kesehatan Reproduksi secara Menyeluruh

Bu Nyai mengawali kegiatan mengaji dengan membaca *muqaddimah* dan menyapa seluruh santri mubadalah, baik yang menyimak melalui media Zoom, Youtube “Swara Rahima”, maupun FB “Mubadalah.id”. Kemudian ia memulai pembahasan pada Kitab *Manba’ as-Sa’adah* halaman 53-56 pada bab “Menjaga Kebersihan dan Kesehatan Alat Reproduksi”. Bu

Nyai menyampaikan bahwa ada beberapa bahasan penting yang perlu untuk diketahui ketika berbicara tentang kesehatan reproduksi dalam perspektif keislaman. Mulai dari ranah kebersihan dan kesehatan reproduksi, baik secara umum sampai dengan khusus, juga norma yang mengaturnya di dalam Al-Qur'an dan hadis.

Bu Nyai menyampaikan bahwa kesehatan reproduksi sejatinya adalah satu kondisi yang menyeluruh yang meliputi kesejahteraan secara fisik, mental, maupun sosial. Sementara menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi termasuk dalam kategori kesejahteraan fisik. Hal ini menjadi sesuatu yang urgen untuk diperhatikan, baik bagi yang belum menikah, maupun yang sudah menikah.

“Berbicara tentang kespro secara khusus, pada dasarnya tidak cukup hanya berbicara tentang ada tidaknya penyakit, terganggu atau tidaknya, serta lemah tidaknya alat reproduksi. Namun, lebih dari itu, yakni berbicara tentang hal-hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi, dan prosesnya. Yang tak kalah penting dalam pembahasan tentang kespro adalah tentang proses bereproduksi yang bebas dari segala paksaan, tekanan, maupun intimidasi. Seperti bagaimana merencanakan kehamilan, tindakan aborsi atas kehamilan yang tidak diinginkan, khitan perempuan, dan lain sebagainya,” terang Bu Nyai.

“Islam menekankan kepada umatnya untuk memerhatikan

kesehatan alat reproduksi. Sebagaimana diketahui bersama, alat reproduksi laki-laki dan perempuan itu berbeda. Sehingga, berimplikasi pada perbedaan pengalaman biologis laki-laki dan perempuan. Terutama terkait dengan bagaimana cara merawat alat reproduksinya masing-masing,” tuturnya. Lebih lanjut, Bu Nyai menjelaskan bahwa Nabi Muhammad Saw. mengajarkan pentingnya setiap muslim menjaga alat reproduksinya dari najis. Ajaran Nabi ini secara umum lebih menekankan pada tindakan preventif agar terhindar dari penyakit, melalui pemeliharaan kebersihan dan kesehatan alat reproduksi. Selain itu, juga cara menghilangkan najis dari alat reproduksi agar tetap sehat dan terhindar dari segala penyakit.

Menurut pembacaan Bu Nyai, pada dasarnya bahasan tentang kebersihan dan kesehatan alat reproduksi dalam Islam lebih diarahkan pada upaya pencegahan penyakit melalui pemeliharaan kebersihan organ reproduksi. Hal ini berlaku bagi perempuan dan laki-laki. Namun demikian, mengingat organ reproduksi laki-laki dan perempuan itu berbeda, dan gangguan organ reproduksi perempuan lebih banyak dari pada laki-laki, maka perhatian intens perlu diberikan kepada perempuan.

Ketika berbicara tentang *thaharah* dalam Islam, sejatinya kita juga membicarakan tentang bagaimana Islam memberikan perhatian tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an Surah al-Maidah ayat 6 tentang prinsip bersuci, yang

artinya:

“Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku, dan sapulah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki, dan jika kamu junub maka mandilah, dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air (kakus) atau menyentuh perempuan, lalu kamu tidak memperoleh air, maka bertayammumlah dengan tanah yang baik (bersih); sapulah mukamu dan tanganmu dengan tanah itu. Allah tidak hendak menyulitkan kamu, tetapi Dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu, supaya kamu bersyukur.”

Pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi juga dapat dilihat dari hadis Nabi dari Ibn Abbas ra. menceritakan bahwa saat Rasulullah berjalan bersama para sahabatnya melewati dua kuburan, tiba-tiba beliau berkata bahwa jika orang yang berada di dalam kubur tersebut telah disiksa oleh Allah. Para sahabat lalu bertanya, *“Apakah keduanya itu disiksa karena melakukan dosa besar? Rasulullah menjawab, “Benar, salah satunya berjalan di muka bumi ini, dengan suka mengadu domba. Ada pun yang satunya lagi tidak pernah menutupi air kencingnya, artinya, percikan dari air kencingnya itu sering kali mengenai tubuh atau pakaiannya. Lalu dipakai untuk melakukan salat tanpa mencucinya terlebih dahulu atau mengganti dengan pakaian yang suci.”* Kemudian Rasulullah Saw. mengambil kayu

yang masih basah kemudian dipecahnya menjadi dua. Selanjutnya, beliau menancapkannya kayu tadi pada masing-masing dua kubur tersebut, seraya bersabda, “Semoga kayu ini dapat meringankan siksa keduanya selama ia belum kering.” (H.R. Bukhari & Muslim).

Dari dalil di atas, dapat diketahui bahwa Nabi memberikan perhatian terkait pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi, khususnya pentingnya bersuci setelah melakukan buang air kecil maupun buang air besar (*istinja*). Dalam hal ini, *sabilaini* (dua jalan, depan dan belakang pada alat reproduksi) perlu dibersihkan sampai benar-benar bersih dari kotoran-kotoran yang keluar dari dua jalan tersebut. Prinsip ini yang kemudian disebut dengan *izalat al-najasah* (menghilangkan najis), yakni memastikan agar alat reproduksi benar-benar bersih dari najis dan tetap sehat.

Selanjutnya, Bu Nyai memaparkan bahwa Kang Faqih merujuk pada pendapat Syeikh Zakaria al-Anshari dalam kitab *Fathul Wahhab*. Dalam buku tersebut, Syeikh Zakaria menerangkan bahwa *istinja* merupakan aktivitas yang diwajibkan tatkala ada sesuatu yang keluar dari *sabilaini*, baik yang berupa darah maupun air kencing. Dari nukilan pendapat Syeikh Zakaria tersebut, Bu Nyai memberikan penjelasan bahwa *izalat al-najasah* penting dilakukan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi. Sebagaimana diketahui, najis mengandung kotoran yang harus dikeluarkan oleh tubuh kita. Oleh sebab itu, membersihkan segala kotoran yang keluar dari

sabilaini, merupakan tindakan preventif agar tidak terserang berbagai macam penyakit.

Sudah menjadi *mafhum*, umumnya *istinja'* dilakukan dengan menggunakan air. Akan tetapi, jika tidak ada air, maka dapat menggunakan sesuatu yang sifatnya keras, mensucikan, dan dapat membersihkan najis tersebut. Namun, sesuatu itu bukanlah yang dimuliakan. Sebagai contoh, seperti batu atau sejenisnya. Kalau saat ini, dalam pandangan fiqih, tisu juga bisa digunakan untuk *istinja'*.

Mandi wajib, tidak hanya dilakukan ketika selesai melakukan hubungan seksual, tetapi juga setelah selesai haid dan nifas, serta ibadah-ibadah tertentu seperti shalat dan thawaf. Dalam tataran pelaksanaannya, seluruh badan harus terkena air, sekalipun badan nampak bersih dan bebas dari kotoran secara kasat mata. Tujuan mandi wajib ini, selain membersihkan diri dari hadas, juga untuk membangkitkan semangat setelah bersih dari hadas.

Saat belum sempat melakukan mandi wajib, Nabi menganjurkan orang yang dalam keadaan junub, minimal melakukan wudhu dan membersihkan organ reproduksinya terlebih dahulu sebelum ia memutuskan untuk tidur lagi atau makan. "Selain itu, wudhu juga dianjurkan untuk dilakukan ketika pasutri memutuskan ingin melakukan hubungan seksual lagi. Hal ini sebagaimana hadits yang diriwayatkan oleh Muslim dalam *shahih*-nya," jelas Bu Nyai.

Perempuan Menjaga Kesehatan Alat Reproduksi

Setelah selesai haid maupun nifas, perempuan diwajibkan untuk mandi wajib. Terkait ini, sahabat pernah bertanya kepada Nabi. “Mengapa sahabat bertanya demikian? Karena berdasarkan pengalaman orang-orang Yahudi, Nasrani, dan orang-orang jahiliyah saat itu, ketika ada seorang perempuan dalam keadaan haid, maka ia harus dikucilkan, makan serta minum diantar sendiri, tidak boleh bercampur dengan yang lainnya. Karena saat haid, perempuan dianggap membawa sesuatu yang bisa membahayakan orang lain,” papar Bu Nyai.

Peristiwa ini yang kemudian membuat sahabat bertanya kepada Nabi, dan kemudian Nabi menjawab dengan surah al-Baqarah ayat 22, yang artinya:

“Dan mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang haidh. Katakanlah, ‘Itu adalah sesuatu yang kotor.’ Karena itu jauhilah istri pada waktu haidh; dan jangan kamu dekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri.”

Dalam ayat tersebut, Bu Nyai menjelaskan ada dua interpretasi atas kata “يَطْهَرْنَ”. Pertama, bermakna setelah haidh benar-benar berhenti/tidak keluar lagi. Yang kedua, bermakna setelah selesai haidh dan selesai mandi wajib. Dalam hal ini,

pendapat yang terkuat adalah yang kedua. Artinya, sebelum perempuan selesai haidh dan melaksanakan mandi wajib, maka tidak boleh melakukan hubungan seksual.

Pada dasarnya, bersuci dilakukan dengan membersihkan organ-organ reproduksi, dan membasuh seluruh badan. Dalam fiqih, karena organ reproduksi perempuan lebih rumit dari pada laki-laki, maka tatkala membersihkan organ reproduksi sambil jongkok, sebisa mungkin dapat membersihkan bagian-bagian yang *dhohir* dan dapat teraba. Berbeda dengan laki-laki, setelah *janabat*, dapat membersihkan alat reproduksinya dengan mudah tanpa mengalami tingkat kesulitan layaknya perempuan. Dalam pandangan yang *ikhtiyat*, bagi yang rambutnya tebal dan panjang, diusahakan mengurainya agar air itu masuk hingga mengenai kulit kepala. Meski ada pendapat yang tidak sampai seperti itu.

Perihal tata cara mandi setelah haidh, ada sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Aisyah r.a. kaitannya dengan Asma' binti Syakal r.a. yang artinya, "Salah seorang di antara kalian (wanita) mengambil air dan sidrahnya (daun pohon bidara, atau boleh juga digunakan pengganti sidr seperti: sabun dan semacamnya-pent). Ia kemudian bersuci dan membaguskan bersucinya, lalu menuangkan air di atas kepalanya dan menggosok-gosokkannya dengan kuat sehingga air sampai pada kulit kepalanya. Ia lantas menyiramkan air ke seluruh badannya, lalu mengambil sepotong kain atau kapas yang

diberi minyak wangi kasturi, kemudian bersuci dengannya. Maka Asma' berkata: "Bagaimana aku bersuci dengannya?" Beliau bersabda, "Maha Suci Allah." Maka Aisyah berkata kepada Asma', "Engkau mengikuti (mengusap) bekas darah (dengan kain/kapas itu)."

Berkaitan dengan pemeliharaan organ reproduksi, Bu Nyai menekankan pentingnya kesadaran gender dalam masyarakat yang masih bersifat patriarkal. Sebagai contoh, ketika perempuan dalam keadaan haid atau nifas, tentunya perempuan memerlukan waktu lebih lama di toilet untuk melakukan bersih-bersih, dibanding ketika dia tidak sedang haid/nifas. Sementara itu, kebutuhan akan sarana dan prasarana di tempat umum, terutama toilet, terkadang masih belum responsif gender dan belum memadai jumlahnya.

Lebih lanjut, Bu Nyai menyampaikan, ketersediaan air bersih saat ini juga perlu diperhatikan karena akan sangat berdampak pada kesehatan reproduksi perempuan. Terutama di wilayah yang rawan kekeringan dan sulit air. Problem lain yang dihadapi perempuan adalah terkait biaya khusus untuk pemenuhan kebutuhan kesehatan reproduksi. Misalnya, perlu secara rutin mengganti pembalut, pemilihan pakaian dalam yang bahannya ramah kesehatan reproduksi, dan lain-lain.

Kang Faqih dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* juga menerangkan perlunya pembedaan perlakuan laki-laki dan perempuan, terkait pemeliharaan organ reproduksi. Karena

organ reproduksi perempuan lebih bersifat terbuka, maka lebih berpotensi mudah terpapar kotoran dan penyakit dari pada laki-laki. Sehingga penggunaan pakaian dalam yang tidak pas, dan ketika setelah *istinja'* tidak dikeringkan dengan benar, akan sangat mudah terpapar penyakit. Oleh karena itu, penting bagi perempuan untuk memelihara organ reproduksinya. Bu Nyai memberikan masukan kepada Kang Faqih agar pembahasan tentang kebersihan dan kesehatan alat reproduksi ini perlu juga ditambah tentang *istihadhah*.

Bagi laki-laki, khitan perlu dilakukan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi. Pada dasarnya, pengharaman zina (termasuk perilaku seksual menyimpang) itu berkaitan dengan penekanan bahwa jangan sampai perilaku seksual itu membahayakan organ-organ reproduksi, di samping permasalahan sosial lainnya, termasuk dampaknya bagi keluarga.

Mengakhiri pembahasan, Bu Nyai menjelaskan bahwa salah satu perhatian Islam terhadap pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi adalah dengan mengharamkan perilaku zina/perilaku seksual di luar nikah. Hubungan seksual saat istri sedang dalam keadaan haid juga diharamkan dalam Islam. "Namun, jika hanya sekedar bersenang-senang saja, tidak apa-apa, asalkan tidak sampai menjurus kepada hubungan seksual", tutur Bu Nyai.

Dialog interaktif dengan peserta

1. Lailatuzz Zuhriyah: Al-Qur'an menghendaki masa penyusuan 2 tahun, bagaimana Bu Nyai menginterpretasikan ayat penyusuan ini? Apakah ada kaitannya dengan jarak minimal kehamilan berikutnya?
2. Endang Dwijayanti: Apakah benar rambut perempuan yang sedang haidh yang rontok saat menyisir itu harus dikumpulkan dan disucikan bersamaan ketika mandi besar? Jika tidak dilakukan, maka rambut tersebut akan mengejar kita di akhirat nanti?
3. Lutfi Maulidia: Bagaimana menurut pandangan Bu Nyai tentang penggunaan *menstrual cup* saat haidh? Karena kata ibu saya, penggunaan alat ini bisa membahayakan bagi gadis yang masih perawan. Padahal penggunaan alat ini lebih ramah lingkungan.
4. Lilik Thomafi: Penggunaan alat kontrasepsi untuk menunda kehamilan tidak serta merta menjamin kehamilan itu sendiri. Kegagalan penggunaan alat kontrasepsi dimungkinkan saja terjadi, dan faktanya kemungkinan ini seringkali terjadi. Kehamilan yang tidak dikehendaki bukan hanya faktor kegagalan alat kontrasepsi saja. Namun, bisa jadi karena faktor lain yang bisa mengganggu kesehatan reproduksi perempuan. Dalam keadaan demikian, dapatkah perempuan

menggugurkan kandungannya/aborsi?

5. Anipah: Bagaimana pandangan Bu Nyai terkait penggunaan alat kontrasepsi suntik yang dapat berdampak tidak dapat mengalami haidh selama kurang lebih 2,5 tahun?

Respon Narasumber:

Al-Quran menganjurkan seorang ibu melakukan penyusuan selama 2 tahun sebagaimana dijelaskan dalam Surah al-Baqarah ayat 233, “Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Apabila keduanya ingin menyapih sebelum dua tahun dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya”.

Sebenarnya, maksud masa penyusuan selama 2 tahun dalam al-Qur’an adalah untuk memberikan kecukupan gizi. Selain itu, ayat ini sebenarnya lebih berkaitan dengan bagaimana membangun kesehatan jiwa dan emosi anak, di samping kesehatan secara fisik. Pasalnya, masa 2 tahun pertama kehidupan adalah masa emas bagi seorang anak. Oleh karena itu, seorang ibu dianjurkan memberikan ASI untuk mencukupi kebutuhan gizi terbaiknya agar dapat tumbuh dengan sehat dan membangun *bounding* emosional yang kuat antara keduanya. Namun, tidak menafikan seorang ibu yang tidak bisa menyusui anaknya, dan memberikan susu formula sebagai pengganti ASI.

Karena pemberian ASI pada anak, didasarkan atas kemampuan dan kerelaan kedua orang tuanya. Pemberian ASI kepada anak, bisa berfungsi sebagai kontrasepsi alami, sehingga secara otomatis dapat memberi jarak kehamilan.

Belum ditemukan satu dalil sekalipun yang mengatur tentang mengumpulkan rambut yang rontok saat haidh untuk disucikan saat mandi wajib. Jika hal ini muncul di pesantren, kurang lebih sebagai sifat kehati-hatian. Sementara dalam kaidah Fiqih, Bu Nyai menjelaskan bahwa setelah selesai haidh, wajib membersihkan seluruh anggota tubuh yang menempel. Namun, tidak termasuk rambut yang sudah rontok sebelumnya ketika menyisir. “Akan tetapi, saya khusnudzan, apakah perilaku tersebut merupakan semacam perilaku tasawuf atau mungkin sekedar *ikhtiyath*, di mana perempuan ketika sedang haidh berarti dia sedang menjalani fungsi reproduksinya yang khas. Sehingga ketika sudah selesai dari haidh, maka segala yang ada dalam dirinya harus disucikan, termasuk rambut yang rontok & potongan kuku,” tutur Bu Nyai.

Terkait dengan penggunaan *menstrual cup*, apakah nantinya alat tersebut dapat berdampak negatif terhadap kesehatan alat reproduksi perempuan, sebenarnya masih belum begitu jelas. Namun, terkait dengan problem “menjaga keperawanan”, terkadang masih sangat timpang jika dilihat dalam konteks relasi gender. Padahal, sobeknya lapisan selaput dara pada perempuan, bisa terjadi karena beberapa hal, misal karena

jatuh dan lain-lain. Lebih lanjut, Bu Nyai menuturkan bahwa seolah-olah yang harus menjaga keperawanan adalah hanya perempuan saja. Terutama ketika terjadi *fasakh* nikah akibat istri tidak mengeluarkan darah saat berhubungan seksual pada malam pertama. Ini menunjukkan bahwa keperjakaan laki-laki tidak menjadi masalah, namun ketika perempuan tidak bisa menjaga selaput darahnya agar tetap utuh, meski tidak pernah berbuat zina, maka ia akan dituduh dan disudutkan. Oleh karena itu, perlu dilakukan penyadaran dengan berkomunikasi yang baik, dan memilih waktu yang tepat agar bisa bicara dari hati ke hati.

Kehamilan yang tidak diinginkan (KTD) menjadi hal yang mungkin terjadi bagi perempuan yang belum menikah ataupun sudah menikah. “Bagi yang belum menikah, KTD mungkin terjadi karena perzinahan ataupun perkosaan. Dalam kasus perkosaan, maka ada hukum yang mengatur sendiri, yakni perempuan yang mengalami KTD dapat menggugurkan kandungannya dengan mempertimbangkan kondisi psikis seorang ibu,” terang Bu Nyai. Jika KTD terjadi pada pasangan yang menikah karena beberapa masalah, seperti gagalnya fungsi alat kontrasepsi, maka perlu ada *tafshil* terkait dengan seberapa mengganggu kehamilan tersebut bagi seorang calon ibu.

Persoalan suntik kontrasepsi yang berdampak pada tidak datangnya haid hingga 2,5 tahun juga menjadi pertanyaan

sebagian orang. “Mengapa yang melakukan kontrasepsi itu kok hanya perempuan saja? Padahal, sering berdampak pada kekacauan hormonal pada perempuan yang kemudian berpengaruh pada siklus haid yang tidak teratur?”

Bagi Bu Nyai, tidak masalah jika tidak haid lagi setelah menggunakan alat kontrasepsi. Karena tidak bermaksud secara sengaja untuk menghalangi datangnya haidh. Penggunaan kontrasepsi memang terkadang berdampak pada sistem hormon perempuan sehingga tidak terjadi haidh selama beberapa tahun.

“Prinsipnya, selama tidak ada maksud untuk menghalang datangnya haidh dengan minum berbagai macam obat, itu tidak masalah. Namun, berbeda ketika dalam keadaan tertentu (darurat) yang menganjurkan perempuan untuk meminum obat penahan haidh, seperti akan melaksanakan umrah ataupun haji, terutama ketika akan thawaf wada’, tentu saja hal ini dilakukan dengan mempertimbangkan aspek kemaslahatan yang lebih tinggi,” pungkas Bu Nyai.



Nyai Farida Ulvi Na'imah:

Khitan Hanya Bagi Laki-Laki, Tidak Untuk Perempuan

Penulis: Neng Eri Sofiana

1 Mei 2021, merupakan hari kelima belas kelas intensif Ramadhan 1442 H. “20 Hari bersama 20 Ulama Perempuan Nusantara Kursus Keluarga Bahagia Kitab *Mamba' as-Sa'adah* karya Kang Faqih. Materi pada hari itu tentang khitan bagi laki-laki bukan untuk perempuan. Materi ini disampaikan oleh Nyai Dr. Hj. Farida Ulvi Na'imah, M.H.I yang merupakan dosen di Institut Pesantren K.H Abdul Chalim Pacet Mojokerto. Tepat pukul 13.30 WIB, host yang mengawal acara via aplikasi Zoom, Abdullah atau Kang Dul, membuka pengajian dengan bertawasul kepada baginda Nabi Muhammad Saw. dan penulis kitab, kemudian acara diserahkan kepada moderator Komala Dewi (staf Fahmina Institute yang aktif di lembaga Baitul Hikmah).

Moderator menyampaikan bahwa isu khitan ini masih menjadi

polemik di masyarakat. Menurut Riset Kesehatan Dasar atau RISKESDAS tahun 2013, secara nasional terdapat 51% perempuan usia 0-11 tahun dan 72% perempuan usia 1-5 bulan pernah dikhitan. Prinsip resiprokal (kesalingan) memang diperlukan bagi laki-laki dan perempuan, namun tidak untuk masalah khitan. Di dalam kitab *Mamba' as-Sa'adah*, pembahasan tentang khitan ini berada pada sub bab ختان الرجل دون المرأة halaman 56-71, yang merupakan bagian dari bab 3 tentang أهمية الصحة والعافية في الحياة الزوجية (pentingnya kesehatan dalam kehidupan suami istri).

Khitan dan Manfaatnya

Pembahasan tentang khitan diawali dengan definisi khitan pada laki-laki, khitan perempuan, manfaat khitan bagi laki-laki serta madharatnya khitan bagi perempuan, perbedaan hukum dan dalil yang digunakan oleh ulama, serta hasil keputusan hukum tentang masalah khitan. Dalam kitab *Fath al-Bari* yang dikarang oleh Ibn Hajar al-'Asqalani, Al-Mawardi mengatakan bahwa khitan bagi laki-laki ialah memotong kulit yang menutup kepala penis (*hasyafah*) yang mencakup ujung-ujungnya saja.

Imam al-Haramain (al-Juwaini) mengatakan bahwa khitan adalah memotong kulit yang menutup *qulfah*, yaitu kulit yang menutupi *hasyafah* sehingga tidak ada lagi bagian dari kulit tersebut yang menggantung atau menggelambir. Sedangkan khitan bagi perempuan ialah memotong kulit yang berada di atas vagina, di atas tempat masuknya zakar yang berbentuk seperti biji atau bagian yang bentuknya seperti jengger ayam.

Yang dilakukan pada khitan wanita adalah memotong kulit yang tampak berlebihan dan bukan memangkas habis.

Penjelasan fuqaha terkait kemaslahatan khitan bagi laki-laki dan tidak bagi perempuan dapat dijelaskan sebagai berikut: *Pertama*, khitan laki-laki dilakukan dengan memotong *qulfah*, yakni organ tempat berkumpulnya najis yang memicu berkembangnya virus serta menimbulkan bau tidak sedap, sehingga dengan memotongnya justru menjaga kebersihan organ tersebut dan bermanfaat bagi kesehatan. *Kedua*, khitan juga memberikan kenikmatan seksual tersendiri bagi laki-laki dan mampu memperpanjang durasi senggama, sebab *hasyafah* merupakan tempat munculnya syarafsensorik yang berhubungan dengan gairah seksualitas.

Pada perempuan, khitan dilakukan pada bagian atasnya farji yang disebut dengan klitoris. Posisi klitoris ini tidak sama dengan *qulfah*, klitoris bukan tempat berkumpulnya kotoran sebagaimana *qulfah* pada laki-laki. Klitoris memiliki posisi seperti ujung penis (*hasyafah*) pada laki-laki, yaitu sebagai tempat munculnya syaraf seksualitas ketika terjadi sentuhan atau bersenggama. Apabila klitoris dipotong, meskipun sedikit, akan berdampak pada sulitnya wanita memperoleh kenikmatan seksual. Hal ini juga dapat mengakibatkan wanita tidak mencapai kenikmatan puncak dengan durasi senggama yang lama, di saat suami mencapai banyak kenikmatan. Maka, dapat disimpulkan bahwa khitan perempuan bisa mempengaruhi

keenggannya dalam bersenggama, menghalangi responnya dalam aktivitas seksual, bahkan meruntuhkan kemanusiaannya, yang berdampak pada *frigiditas* atau disfungsi seksual.

Hukum Khitan dalam Islam

Dalam kitab *Fath al-Bari*, ada yang mengatakan bahwa khitan wajib bagi laki-laki dan perempuan, kemudian ada pendapat yang menyatakan wajib bagi laki-laki dan tidak bagi perempuan, sunnah bagi laki-laki dan bagi perempuan, sunnah bagi laki-laki dan bentuk kemuliaan (*makrumah*) bagi wanita. Menurut Yusuf Al Qardhawi dalam *Fatawa al-Mu'asyirah*, *makrumah* ialah sesuatu yang dianggap baik berdasarkan adat di suatu tempat tertentu. Perbedaan pendapat di kalangan ulama tersebut muncul sebab dalil yang mendasarinya berbeda.

As-Sayyid Sabiq dalam *fiqhus-sunnah* menyatakan bahwa khitan perempuan merupakan tradisi yang sudah dilakukan sebelum Islam. Syeh Ali Jum'ah menegaskan dalam *al-Mar'ah fi al-Hadharah Islamiyyah*, bahwa tradisi khitan perempuan ini sudah terjadi sejak zaman Mesir kuno, hal ini dibuktikan dengan ditemukannya mumi-mumi perempuan yang klitorisnya terpotong. Lalu melebar keluar sampai jazirah Arab, hingga pada akhirnya tradisi tersebut sampai ke kota Madinah. Masyarakat Makkah belum mengenal tradisi tersebut, karena tradisi tersebut baru terjadi pasca hijrahnya Rasulullah ke Madinah.

Secara rujukan dalil, hadis tentang khitan perempuan ini derajat keshahihannya adalah *dhaif* atau lemah. Adapun dalil yang dijadikan rujukan tentang khitan perempuan, *pertama*, hadis *al-Khitan sunnah li ar-rijal, makrumah li nisa'*, bahwa khitan itu sunnah bagi laki-laki dan bentuk kemuliaan bagi perempuan. (HR. Ahmad dan al-Bayhaqi). Hampir semua ulama sepakat atas derajat kelemahannya, bahkan al-Bayhaqi sendiri sebagai *mukharrij*-nya juga menilai *dha'if*.

Kedua, hadis riwayat Ummu Athiyyah al-Anshariyyah yang menceritakan bahwa masyarakat Madinah telah menjadikan khitan perempuan sebagai sebuah tradisi. Rasulullah menjumpai praktik khitan tersebut dan menasehatkan agar khitan terhadap perempuan tidak dilakukan secara berlebihan. Rasulullah beranggapan bahwa bagian yang dikhitan pada perempuan merupakan bagian penting dan bagian yang lebih dicintai suaminya. Hadis kedua ini juga dinilai *dhaif* oleh mayoritas Ulama, bahkan Abi Dawud sebagai *mukharrij*-nyapun juga menilai *dhaif*. Ia mengatakan bahwa kategori hadis tersebut *mursal* (hadis yang terputus pada tingkatan Sahabat) dan terdapat rawi yang *majhul*. Namun Syaikh Albani berbeda dengan Ulama kontemporer yang lain, Ia mengkategorikan hadis ini sebagai hadits *shahih*, sebab menurutnya, hadis ini memiliki *syawahid* (penguat) hadis dari jalur lainnya, sehingga hadis yang sejatinya lemah, derajatnya bisa berubah menjadi *hasan li ghairih*.

Pernyataan Syaikh Albani ini ditentang oleh Muhammad bin Luthfi As-Shabbagh, pengajar di Universitas Riyadh. Ia beranggapan, meskipun hadis tersebut memiliki banyak *syawahid*, tetapi jika *syahid*-nya kategori *dha'if*, maka hadis tersebut tetap bernilai *dha'if*.

Jika kita berpegangan pada hadis kedua yang dinilai lebih shahih tentang khitan perempuan, dalam riwayat tersebut tidak kita jumpai perintah Rasulullah Saw. secara sharih untuk melakukan khitan. Faktanya adalah Rasulullah memerintahkan supaya hati-hati dalam melakukan praktik khitan tersebut, hal ini dibuktikan dengan redaksi, "Jangan dipotong habis, karena bagian tersebut menjadi bagian penting dan yang lebih disukai suami." Karenanya, yang diperintahkan adalah menjaga dan bukan mengkhitannya.

Istilah *ishmam* atau *khifadz*, sebenarnya lebih tepat digunakan untuk menyebut istilah "khitan" pada perempuan, hal ini karena *ishmam* bermakna menyayat sedikit, sedangkan khitan itu melakukan pemotongan seperti praktik yang selama ini dikenal pada laki-laki.

Tidak sah perkataan yang menyebutkan bahwa khitan perempuan dilakukan dengan tujuan menjaga perempuan dari sifat *inhiraf* (seks bebas, liar, dan binal), karena *inhiraf* hanya mampu ditempuh dengan sebuah pendidikan yang baik dan lingkungan yang positif, tidak dengan memotong anggota tubuh yang urgendan berkaitan dengan hak kesenangan seksual

dalam kehidupan pernikahan. Jika satu manfaat khitan pada laki-laki adalah meningkatkan gairah seksual, tidak baik pula menghalangi perempuan mendapatkan kesenangan seksual dengan cara memotong klitorisnya.

Adapun terkait redaksi *al-khitanani* dalam hadis إذا التقى الختانان فقد وجب الغسل yang dijadikan dasar sebagai wajibnya khitan bagi perempuan, hadis tersebut berlaku kaidah *taghlib asyhar 'ala ghairih*, yaitu kaidah yang digunakan untuk mengunggulkan salah satu dari dua hal dengan menggunakan satu lafadz. Sehingga, dua hal yang berbeda berada pada satu macam dengan satu jabatan kalimat.

Misalnya lafadz *masyriqaini* digunakan untuk menyebut *masyriq* dan *maghrib*, hal ini dikarenakan *masyriq* lebih dikenal daripada *maghrib*. Demikian juga lafadz *al-Qamarani* digunakan untuk menyebut bulan dan matahari, lafadz *al-qamar* (bulan) *mentaghlib* lafadz *as-syams* (matahari), karena *al-qamar* dikategorikan *mudzakar* dan lebih populer daripada lafadz *as-syams* yang *mu'anats*.

Maka yang dimaksud *al-khitanani* bukan kelamin perempuan dan laki-laki yang telah dikhitan, tetapi kelamin laki-laki (yang umumnya wajib dikhitan) dengan kelamin perempuan (meskipun tidak dikhitan). Penyebutan tersebut bukan untuk menyamakan keduanya.

Ulama kontemporer seperti Syekh Mahmud Syaltut,

Yusuf al-Qaradhawi, Sayyid Muhammad Tanthawi, Syaikh Ali Jumu'ah, Jamal Al-Banna, Muhammad Lutfi Al-Sabbagh, Al-Amin Dawud, Salim Al-Awwa', Hamid Zaqzuq menegaskan bahwa khitan dilarang secara syara' dan tidak ada tuntutan wajib atau sunnah dalam Islam, melainkan ia datang dari tradisi atau adat.

Syekh Qardhawi berfatwa tentang khitan perempuan: "Tidak diragukan lagi ketika melihat dalil Al-Qur'an, sunnah, ijma', dan qiyas, kita tidak mendapati dalil tentang kewajiban khitan, bahkan dalil yang mensunnahkan. Begitu pula kita tidak mendapati dalil yang mengharamkan atau memakruhkannya, hal ini menunjukkan bahwa khitan perempuan hukum asalnya adalah jawaz (boleh).

Akan tetapi sudah maklum dalam fiqh bahwa perkara yang asalnya mubah dapat dilarang jika berdampak mafsadat atau bahaya, baik secara keseluruhan maupun sebagian. Dalam hal ini penentuannya harus merujuk pada pakar yang ahli dibidangnya. Para pakar menegaskan bahwa khitan bagi perempuan berisiko pada fisik dan mental, serta memiliki dampak negatif pada kehidupan pernikahannya kelak. Karena alasan inilah, wajib menghentikan tradisi ini dengan alasan jalan timbulnya *mafsadah (saddadz-dzari'ah)* dan mencegah hal-hal yang membahayakandirinya juga orang lain.

"Berdasarkan keterangan-keterangan tersebut, maka penulis kitab *Mamba' as-Sa'adah* memilih berbeda dengan ulama

terdahulu, sebab pada masa mereka belum ada pengetahuan seperti sekarang ini,” kata Bu Nyai Ulvi. Selanjutnya Bu Nyai menegaskan bahwa para ulama menetapkan kaidah, “Berubahnya fatwa seiring dengan berubahnya zaman, tempat dan keadaan. Andai saat itu sudah ada pengetahuan seperti sekarang, mereka tentu akan merubah pemikirannya, sebab mereka selalu mengikuti kebenaran.”

Khitan Bayi hingga Edukasi

Sejumlah santri Mubadalah sangat antusias mendengarkan paparan Bu Nyai. Maka itu, berbagai pertanyaan terdengar cukup kritis dan memperluas bahasan serta kajian mengenai khitan. Pertanyaan yang disampaikan beragam, mulai khitan bayi hingga sosialisasi aturan hukum.

Pertanyaan 1 *Bagaimana praktik khitan bayi perempuan yang masih banyak terjadi, siapa yang perlu mengawasi hal ini sebab ini masih dijadikan bisnis?*

Jawaban

Aturan-aturan terkait khitan perempuan di Indonesia antara lain:

- a. Adanya surat edaran dari Dirjen Bina Kesehatan Depkes RI tentang larangan medikalisasi sunat perempuan bagi petugas Kesehatan karena dianggap tidak ada manfaatnya. Edaran ini pada kelanjutannya ditolak oleh MUI karena dianggap melarang hal yang disyariatkan agama.

Jawaban

- b. Permenkes RI No.1636 tahun 2010 tentang sunat perempuan, bahwa yang boleh melakukan praktik khitan adalah tenaga medis seperti dokter dan bidan, dengan menganjurkan dilakukan sayatan pada kulit yang menutupi klitoris. Tata cara khitan yang standard tersebut dibuat atas susulan MUI.
- c. Permenkes RI No. 06 tahun 2014 yang berisi pencabutan aturan permenkes tahun 2010. Sunat perempuan hingga saat ini bukan merupakan Tindakan kedokteran karena pelaksanaannya tidak berdasarkan indikasi medis dan belum terbukti kebermanfaatannya bagi kesehatan.

Berdasarkan aturan-aturan tersebut, praktik khitan perempuan tidak lagi diizinkan meski dilakukan oleh tenaga medis sekalipun, karena belum terbukti bermanfaat bagi kesehatan.

Pertanyaan 2

Khitan perempuan yang merupakan tradisi ini apakah menjadi bagian dari 'urf fasid'?

Jawaban

Jika tidak ditemukan kemaslahatannya bagi perempuan, bahkan dapat membahayakan organ intim bagi perempuan, maka kategori 'urf-nya ialah *urf fasid*. 'Urf yang boleh digunakan sebagai sumber hukum adalah 'urf yang shahih, yaitu 'urf yang membawa kepada kemaslahatan dan tidak bertentangan dengan syara'.

Pertanyaan 3

Kapan waktu terbaik untuk khitan laki-laki?

Jawaban

Orang tua dianjurkan mengkhitan anak laki-lakinya saat kecil, hal ini didasarkan pendapat an-Nawawi (pendapat an-Nawawi al-Majmu', Juz I: 351). Dalam hadis) *في صغيره* Nabi mengkhitankan Sayyidina Hasan dan Husain pada hari ke-7 kelahirannya seperti hadits:

عق رسول الله صلى الله عليه وسلم عن حسن

والحسين، وختانها لسبعة ايام (HR. Al-Bayhaqi)

Pengalaman Nyai Ulvi sendiri melakukan khitan pada anak laki-lakinya di usia balita, karena anak tersebut masih sedikit aktivitasnya. Jika menangis pun bisa langsung diatasi dengan ASI atau lainnya. Namun seiring berkembangnya metode khitan, hal-hal tersebut sudah bisa diantisipasi dengan baik meskipun dilakukan khitan pada usia balita.

Pertanyaan 4

Seorang peserta ngaji pernah dikhitan pada saat kelas 1 SD dan sekarang merasa kurang menikmati orgasme, bahkan seperti mati rasa. Dua anak perempuannya pun diminta untuk dikhitan, kenapa pihak puskesmas masih membolehkan praktik ini?

Jawaban

Permenkes terbaru sebetulnya sudah mencabut izin khitan perempuan meskipun dilakukan tenaga medis, namun aturan ini masih ambigu sebab tidak ada sangsi yang secara jelas terkait praktik ini. Masyarakat juga masih mempercayai terkait asumsi bahwa khitan perempuan berguna untuk mengekang syahwat perempuan kelak, karenanya praktik ini sulit ditinggalkan. Tidak adanya pedoman khitan perempuan menjadikan bentuk praktik khitan pada perempuan menjadi beragam sehingga dikhawatirkan malah menimbulkan bahaya dan madharat.

Pertanyaan 5

Bagaimana merubah budaya masyarakat tentang khitan perempuan, karena seakan seperti diwajibkan?

Jawaban

Memang cukup sulit mengubah hal yang sudah dilakukan secara turun-temurun dan biasanya dikaitkan dengan etika tertentu. Maka, sosialisasi secara merata perlu dilakukan serta perlunya aturan dan sangsi hukum terkait khitan perempuan. MUI sebagai pihak otoritatif yang mengeluarkan fatwa agama, kemudian tenaga medis yang memahami kesehatan, perlu berkerjasama untuk melahirkan *ijma' jama'i*, guna mengukur kemaslahatan dan kemudharatan khitan perempuan.

Pertanyaan 6 *Apakah khitan dapat memperkecil lubang vagina?*

Jawaban Berdasarkan temuan WHO memang ada praktik khitan dalam rangka mempersempit vagina, yaitu dengan jalan memasukkan bahan-bahan tertentu ke dalam vagina. Jika di wilayah Afrika jauh lebih ekstrim lagi, yaitu dengan pemotongan klitoris dan mempersempit vagina dengan menjahitnya guna mengurangi hasrat seksual wanita.

Pertanyaan 7 *Langkah penguatan apa yang perlu perempuan lakukan untuk mencegah khitan perempuan?*

Jawaban Dengan tidak melakukan khitan dan menyosialisasikan bahaya dari khitan perempuan. Sebab mencegah kemafsadatan lebih utama daripada mencari kemanfaatan. Khitan adalah ikhtiar laki-laki untuk menghindarkan kemafsadatan yaitu menjaga kebersihan organ intimnya, namun bagi perempuan khitan akan menimbulkan kemafsadatan ganda. Dalam konsep keadilan hakiki, perempuan memiliki pengalaman biologis yang banyak dan beragam, seperti haid, hamil, melahirkan, nifas dan menyusui. Jika ditambah dengan khitan yang bersifat melukai, maka hal tersebut seharusnya tidak dilakukan. Secara *mubadalah* pun, dengan tidak melakukan khitan pada perempuan, maka *mu'asyarah bil ma'rufantara* pasangan suami istri dapat dirasakan keduanya.

Di akhir kelas, moderator menegaskan bahwa bentuk praktik apapun dari khitan perempuan perlu dihindari. Adalah perlu untuk merekonstruksi tradisi di masyarakat yang kadang masih menjadikan khitan perempuan sebagai paket bersalin. Selain itu menurut WHO, khitan perempuan ini *no benefit* atau tidak berfaedah dan hanya membawa *harm* atau bahaya, bahkan dikatakan sebagai mutilasi sebab adanya praktik pemotongan jenis kelamin.

Profil Nyai Ulvi Na'imah

Nyai Dr. Hj. Farida Ulvi Na'imah, M.H.I yang akrab disapa Ulvi lahir di Nganjuk, 02 Februari 1985. Sekarang bertempat tinggal di Desa Ketegan, Tanggulangin, Sidoarjo Jawa Timur. Ibu empat orang anak ini menempuh pendidikan formal dimulai dari jenjang pelajar di SDN Kampungbaru I(1991-1997), SLTPN 1 Tanjunganom(1997-2000), SMUN 2 Nganjuk (2000-2003). Studi S1 ditempuh di Jurusan Muamalah Fakultas Syari'ah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (2003), S2 Konsentrasi Syariah di IAIN Sunan Ampel Surabaya (2008) dan S3 Jurusan Dirasah Islamiyyah di UIN Sunan Ampel Surabaya (2016). Pendidikan non formal ditempuh di PP. Miftahul Ulum Kampungbaru Tanjunganom Nganjuk, PP. Komplek Q al-Munawwir Krapyak Yogyakarta dan PP. Wahid Hasyim Condong Catur Sleman Yogyakarta.

Pengalaman organisasi Nyai Ulvi dimulai dari IPPNU Sleman, PMII UIN Suka Yogyakarta dan JP3M Nusantara.

Saat ini Nyai Ulvi sedang aktif berkhidmah di PP. Al-Hidayah Tanggulangin Sidoarjo serta dosen di Institut Pesantren KH. Abdul Chalim Pacet Mojokerto dan tengah menjabat sebagai Kaprodi Hukum Keluarga Islam (HKI) Fakultas Syari'ah di kampus yang sama.

Adapun pengalaman kepenulisan antara lain: *Hilah: Sebuah Rekayasa Dalam Hukum Islam* (Buku, 2008), *Pengantar Maqashid As-Syariah* (Buku, 2019), *Visi Islam Dalam Agama Dan Peradaban Dalam Perspektif Marshall G.S Hodgson*. (Jurnal, 2017), *Pembacaan Produk Hukum Islam: Otoritas, Taqlid* (Jurnal, 2018), الرحلة الإلهية بين إبراهيم عليه السلام وحي بن يقظان في البحث عن الحق (Jurnal, 2018), *Hubungan Negara Dan Masyarakat Dalam Perspektif Maqasid Al-Shari'ah Tahir Ibn 'Ashur* (Prosiding, 2019), *Nilai Pendidikan Dalam Kompilasi Hukum Islam (KHI) Sebagai Lanskap Politik Hukum Di Indonesia* (Jurnal; 2020), *Perempuan Dalam Telikungan Teks Keagamaan: Tela'ah Atas Wacana Spiritualitas Perempuan Perspektif Hadis Karya Nurun Najwah* (Jurnal, 2020).

Selain tulisan ilmiah dalam bentuk buku dan jurnal, beliau juga aktif sebagai kontributor dalam *tafsiralquran.id* spesialis kajian tafsir ahkam. Beberapa tulisannya seperti: *Bagaimanakah Hukum Ibu Menyusui Anaknya?* (2020), *Apa yang Harus Dijauhi Dari Wanita Saat Haid?* (2020), *Hukum Mengqadha Puasa Sunnah Dan Dalilnya* (2021), *Bolehkah Hanya Membayar Fidyah Bagi Ibu Hamil Dan Menyusui?* (2021). Beliau juga

aktif sebagai kontributor di Jam'iyah Perempuan Pengasuh Perempuan Dan Muballighah (JP3M) Nusantara divisi Tahfidz dan Tafsir. Beberapa tulisannya di JP3M Nusantara seperti: Kriteria Memilih Seorang Istri (Studi Matan Hadis), Perempuan-perempuan Yang Namanya Abadi Dalam Al-Qur'an, dan Metode Mengkhatamkan al-Qur'an Menurut Para Ulama.

**Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!**



Ibu Nyai Hj Umdatul Choirot:

Hukum Onani dan Masturbasi: Darurat, Terpaksa, atau Ketagihan?

Penulis: Ainal Luthfia Al-Firda

Onani dan masturbasi. Sungguh topik menarik, bukan sesuatu yang tabu untuk diobrolkan dan dibahas, karena sudah menjadi rahasia umum *al-addah assirriyah*. Bu Nyai Umdatul Choirot, atau disapa Nyai Umdah, pun mengulas secara santai dalam “Kelas Intensif Ramadhan Bersama 20 Ulama Perempuan Nusantara” yang diselenggarakan oleh Mubadalah.id yang bekerjasama dengan Rahima dan Fahmina Institute. Dalam kesempatan itu, ia mengupas isi kitab *Manba’ as-Sa’adah* dengan tema “Hukum Onani dan Masturbasi”.

Meski demikian, demi kenyamanan, Nyai Umdah memilih menggunakan kata *istimna’* yang dalam bahasa Indonesia disebut sebagai onani dan masturbasi. Nyai Umdah memberikan ulasan positif pada kitab *Manba’ as-Sa’adah* karya Kang Faqih. Bahwa kitab tersebut mengulas bab rumah tangga dan hal-hal

yang menyertainya secara detail dan spesifik.

“Kitab itu juga banyak mengkaji sesuatu yang sangat krusial untuk dijadikan sebagai pedoman hidup dalam membangun relasi keluarga yang baik menurut Islam yang berkeadilan. Sangat menarik untuk dipelajari dan diimplementasikan bagi mereka yang ingin dan sedang membangun relasi keluarga,” tutur Nyai Umdah, mengawali pembahasan.

Kreativitas Seksual yang Murah dan Mudah

Istimna' adalah kreativitas seksual yang dilakukan tanpa bantuan pasangan dan dilakukan dengan tangan ataupun bantuan alat lainnya (alat getar perangsang perempuan dan laki-laki). *Istimna'* juga dapat dikatakan sebagai fantasi seksual bisa dilakukan dengan melamun atau membayangkan sesuatu yang membangkitkan gairah seksual seseorang. Praktik *istimna'* ini dapat dilakukan baik laki-laki maupun perempuan yang sudah baligh dan sudah matang baik dari sisi biologis maupun kognitif.

Istimna' sendiri merupakan sebuah cara, praktik yang dianggap sebagai sarana yang mudah, murah dan tidak merugikan orang lain dalam melakukan orgasme. Secara fisik *istimna'* tidak membawa penyakit, akan tetapi secara psikologis dapat menimbulkan perasaan bersalah, kurang percaya diri, tidak merasakan kepuasan jika berjima' dengan istri sebab adanya ketergantungan dengan sentuhan alat. *Istimna'* juga

diartikan Bu Nyai Umdah seperti “tap oli” yang mana secara bahasa diartikan sebagai aktifitas, usaha untuk mengeluarkan mani.

Adapun hal-hal yang mempengaruhi *istimna'* ada dua. Pertama, stimulasi internal yang berupa dorongan seksual seperti kematangan biologis terutama sisi jasmani dan rohani dan tentunya mereka yang telah baligh ditandai dengan mimpi basah dan menstruasi. Kedua, stimulasi eksternal yang berupa rangsangan dari luar seperti konsumsi tontonan, pendengaran, bacaan, dan objek lingkungan.

Kemudian, oleh Bu Nyai Umdah memberikan pancingan pertanyaan, mengapa laki-laki lebih sering melakukan *istimna'*? “Karena alat reproduksi laki-laki lebih aman dan berada di luar serta mudah untuk dijangku, berbeda dengan perempuan yang jangkauannya cukup jauh sehingga untuk mencapainya cukup sulit,” terangnya.

Apabila seseorang yang ketagihan atau mengalami dorongan seksual yang tinggi, disarankan untuk *istimna'*. Mengapa demikian? Bu Nyai Umdah menjelaskan bahwa *istimna'* adalah cara yang tepat, mudah, murah, aman serta sebuah cara yang dianggap privat untuk menyalurkan libido seksual hingga mengalami orgasme. *Istimna'* tidak hanya dilakukan bagi mereka yang sudah baligh dan belum menikah. Perilaku ini terkadang dipraktikkan oleh pasangan yang sudah menikah dan tentunya memiliki beberapa sebab yang

melatar belakangnya. Terjadinya perilaku *istimna'* saat usia remaja disebabkan karena adanya perubahan hormon yang berpengaruh pada tingkah dan pikiran.

Hukum Istimna'

Lalu bagaimana hukum *istimna'*? Terdapat beberapa perbedaan pandangan. Hukum *istimna'*, kata Nyai Umdah, mengandung beragam konsekuensi. Di dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* dijelaskan, menurut Sayyid Sabikh dalam Fiqh Sunnah mengatakan bahwa *istimna'* yang dilakukan dengan sentuhan tangan merupakan perbuatan yang bertentangan dengan akhlakul karimah. Sementara ahli-ahli fiqh memiliki beberapa pendapat, ada yang mengatakan itu haram mutlak, haram pada kondisi tertentu, hingga wajib dan makruh. Perbedaan pendapat ini disebabkan karena tidak adanya keterangan jelas dalam Al-Qur'an dan hadis yang merinci mengenai *istimna'* sehingga perlu adanya ijtihad ulama.

Syafiyah menghukumi *istimna'* itu haram dengan berlandaskan dalil QS. Al-Mu'minun 7-5. Ayat ini menjelaskan perkara menjaga *furuj* dan batasan-batasannya. Maka, bagi syafiyah, *istimna'* merupakan sebuah perilaku yang melampaui batas yakni batasan-batasan dalam menjaga *furuj*. Menjaga *furuj* merupakan sebuah kewajiban manusia dan tidak boleh mencari kenikmatan seksual kecuali dengan hubungan suami istri dan budak-budaknya (bagi laki-laki).

Golongan syafiyah juga merujuk hadis yang artinya, “Wahai para pemuda, barang siapa di antara kalian yang mampu menikah, maka menikahlah. Karena menikah lebih dapat menahan pandangan dan lebih memelihara kemaluan. Dan barang siapa yang tidak mampu, maka hendaklah ia berpuasa; karena puasa dapat menekan syahwatnya (sebagai tameng) (HR Bukhari).

Hadis di atas ditujukan pada seorang laki-laki yang nota bene produsen sperma. Apabila seorang laki-laki dengan kondisi sperma telah penuh maka cairan tersebut otomatis ingin dikeluarkan, akan tetapi ketika tidak adanya wadah atau wadah untuk mengeluarkannya maka dari itu cara terbaik adalah *istimna'*. Selain itu, bagi yang belum mampu menikah, dianjurkan untuk berpuasa karena saat itu seseorang dalam keadaan yang lemas dan kurang energi.

“Mengapa hadis tersebut menyebut puasa, sebab *istimna'* atau keluarnya mani karena hubungan seksual atau keluar sendiri, dapat membatalkan puasa. Oleh sebab itu, Rasulullah menganjurkan bagi para jomlo untuk menikah dan apabila belum mampu dianjurkan untuk puasa. Sementara korelasi antara ayat di atas dengan hadis adalah tentang menikah. Rasulullah tidak menyebutkan untuk *istimna'* meskipun hal itu dibutuhkan,” papar Nyai Umdah.

Menurut Hanafiyah, *istimna'* dihukumi haram. Sebab *istimna'* itu hanya menuruti hawa nafsu saja, kemudian apabila dorongan nafsu memuncak sementara tidak adanya istri atau

budak perempuan maka *istimna'* diperbolehkan. Berdasarkan pandangan Hanafiyah tersebut, menurut Bu Nyai Umdah, *istimna'* diperbolehkan sebab sifatnya untuk menenangkan diri.

“Hal serupa juga diterapkan oleh madzhab Hanbali yang menghukumi *istimna'* haram, kecuali dilakukannya karena takut akan perbuatan zina. Sebab di dalam *istimna'* tidak adanya korban, sedangkan dalam zina ada korban,” papar Bu Nyai Umdah. Selain itu, diperbolehkannya *istimna'* menurut Hanbali, adalah karena alasan kesehatan, sebab apabila mani tidak dikeluarkan akan menjadi penyakit. Praktik ini juga diperbolehkan bagi mereka yang tidak dapat menyalurkan dorongan seksual kepada pasangan atau budak perempuannya, dan belum mampu untuk menikah.

Menurut Nyai Umdah, *istimna'* yang pada awalnya dilarang kemudian diperbolehkan, tentu memiliki syarat-syarat tertentu. Satu di antaranya adalah keadaan darurat. “Ibn Hazm mengatakan, *istimna'* hukumnya makruh. Seorang yang memegang zakarnya dengan tangan kiri, diperbolehkan, menurut kesepakatan para ulama. Artinya ialah, praktik *istimna'* diperbolehkan hanya untuk mengeluarkan sperma karena belum punya pasangan. Ini sama sekali tidak dihukumi haram,” ujarnya.

Adapun dalil yang dijadikan landasan Ibn Hazm terdapat dalam surah Al- An'am Ayat 119 yang artinya, “Dan sungguh

telah diharamkannya kepadamu apa yang Dia haramkan atas kalian". Namun, *istimna'* merupakan perbuatan yang belum dirinci oleh Allah Swt, sehingga praktik ini halal. Ibn Hazm berkata, "Dan sesungguhnya dimakruhkannya *istimna'* itu karena bertentangan dengan akhlak karimah dan tidak afdzol". Terdapat hadis panjang yang menjelaskan bahwa apabila orang yang telah menikah melakukan *istimna'* dengan tangannya maka ia akan dilaknat, akan tetapi hadis ini lemah, sehingga tidak bisa dijadikan sebagai landasan hukum.

Menurut paramedis, perilaku *istimna'* yang dilakukan secara tidak berlebihan, tidak menimbulkan madhorot. Namun, jika dilakukan secara terus-menerus akan merusak fisik dan alat reproduksi. Selain itu, berlebihan dalam melakukan *istimna'* menjadikannya terbiasa dengan sentuhan tangan, sehingga dapat menimbulkan gangguan kesehatan, seperti kerusakan syaraf dan alat reproduksi hingga peradangan.

Oleh sebab itu, perilaku *istimna'* sebaiknya dilakukan secara wajar. Secara normal, *istimna'* tidak mengakibatkan timbulnya penyakit, kecuali "penyakit" psikologis seperti rasa bersalah, kurang percaya diri, dan lebih fatalnya tidak merasakan puas saat berhubungan dengan pasangan serta tidak merindui pasangan. "Sperma yang diletakkan atau ditumpahkan pada tempatnya akan melahirkan bayi-bayi yang bagus, sedangkan *istimna'* yang berlebihan hanya menumpahkan sperma, tidak pada tempatnya."

Istimna' pada Perempuan?

Sesi tanya-jawab dengan para santri Mubadalah berlangsung seru.

Apakah istimna' bagi perempuan perlu mengeluarkan cairan? Selanjutnya, jika memang perilaku istimna' lebih sering dilakukan laki-laki apakah gejolak hawa nafsunya lebih tinggi dari pada perempuan sehingga argumentasi inilah yang dijadikan sebagai landasan untuk berpoligami?

Jawaban: Di dalam Kitab *Manba' as-Sa'adah*, yang sering dibicarakan itu laki-laki, akan tetapi kita perlu membacanya dengan pengkiyasan makna, yaitu bisa dilakukan laki-laki dan perempuan. Sekali lagi, *istimna'* itu sebuah kreativitas seksual yang dapat dilakukan oleh laki-laki dan perempuan tanpa melakukan hubungan seksual dan fungsinya untuk memperoleh kenikmatan. Gejolak hawa nafsu itu relative, akan tetapi lelaki memang lebih agresif dengan kegiatan seksual. Hal ini disebabkan karena laki-laki merupakan produsen aktif sperma sementara perempuan itu memproduksi ovum yang sifatnya menerima. Oleh sebab itu sebagai produsen sperma apabila spermanya sudah *over load* oleh Allah diberi karunia untuk menumpahnya lewat mimpi basah dan minimal seminggu sekali. Jika perempuan lebih aktif atau agresif dalam perkara *istimna'*, harus bisa menjaga diri. Sebenarnya dua hal ini berhubungan dengan keagresifan manusia dalam urusan seksual, jadi harus sama-sama menjaga diri.

Kelebihannya nafsu seksual laki-laki tidak bisa dijadikan landasan poligami. Namun, yang terjadi, alasan utama poligami itu dorongan nafsu, tidak dapat mengendalikan nafsu. Oleh sebab itu, yang perlu digarisbawahi dalam berumahtangga adalah mubadalah atau kesalingan. Bayangkan saja, apakah laki-laki mau dipoliandri, jika tidak mau, ya jangan berpoligami. Meskipun di dalam Al-Qur'an surat An-Nisa: 3 memberi kelonggaran seperti dalam bunyinya

وَأِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تُمْسِقُوا فِي الْيَتَامَىٰ فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مِثْنَىٰ
وَأَثَلَاتٍ وَرُبَاعٍ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ذَلِكَ آدَنَىٰ
أَلَّا تَعُولُوا

Yang artinya “Dan jika kamu takut tidak akan dapat berlaku adil terhadap (hak-hak) perempuan yang yatim (bilamana kamu mengawininya), maka kawinilah wanita-wanita (lain) yang kamu senangi: dua, tiga atau empat. Kemudian jika kamu takut tidak akan dapat berlaku adil, maka (kawinilah) seorang saja, atau budak-budak yang kamu miliki. Yang demikian itu adalah lebih dekat kepada tidak berbuat aniaya”

Catatan tebal di dalam ayat itu, harus berbuat adil. Akan tetapi fakta menunjukkan bahwa mereka yang berpoligami itu tidak bisa berbuat adil. Ini juga menjadi catatan bagi kita semua untuk menyadarkan suami, jika tidak mampu adil maka hindari poligami. Ngaji kitab Manba'us Sa'adah bisa jadi kunci

untuk kebahagiaan dan kesejahteraan rumah tangga. Sahabat yang aktif dalam ngaji kitab ini diharapkan untuk membuat kreativitas yang bagus demi kebahagiaan keluarga, dengan bersikap mubaadalah.

Jika foreplay istimewa' untuk mengeluarkan mani dilakukan oleh pasangan apakah ini dikategorikan sebagai istimewa' yang haram?

Jawaban: Sentuhan *istimna'* yang dilakukan oleh pasangan (telah menikah), tidak selalu *istimna'* namun bisa jadi *muqoddimah*. Sebab ada sebagian laki-laki yang tidak bisa memasukkan alat reproduksi ke dalam kelamin perempuan, maka perlu adanya bantuan istri, atau jika ada seorang istri yang frigid dan perlu bantuan oleh suami. Oleh sebab itu, di dalam bab yang dibahas Nyai Hindun, ada kebolehan untuk *maskhul bidzri* atau mencucup klirotis pasangan, dan ini bagian dari *istimna'*. Intinya, *istimna'* yang dilakukan oleh pasangan suami istri itu boleh, yang dipersoalkan oleh para ulama adalah ketika dilakukan oleh alat atau tangannya sendiri.

Pasangan ini adalah suami istri yang sedang berjarak. Suatu ketika ditelepon oleh sang suami dan tiba-tiba terangsang dengan adanya suara sang istri yang kemudia suami memintanya untuk bersuara dengan nada menggairahkan agar terangsang syahwatnya. Apakah perilaku ini disebut sebagai istimewa berlebihan?

Jawaban: Sesuatu yang dilakukan oleh suami istri

diharapkan untuk *enjoy* sebab yang dipersoalkan di sini ialah yang dilakukan sendirian. Kemudian ta'rif di dalam *Manba' as-Sa'adah* adalah *al-wushulu ila al-ladzah biduuni al mubaadho'ah aw al jima'* yang artinya adalah, sekalipun suara terkadang nyanyian dari suami saja bisa membuat terangsang atau sebaliknya. Ini tidak apa-apa, intinya adalah berasal dari kedua belah pihak dan dapat dinikmati bersama. Hal ini juga pernah terjadi di penjara dan itu dibolehkan oleh para ulama sebab adanya keadaan darurat.

Apakah istimna' dihukumi sama dengan berhubungan badan dan harus mandi besar?

Jawaban: Diwajibkan mandi besar bagi seseorang yang ber-*istimna'*. Jangankan *istimna'*, ejakulasi ketika ada seorang wanita lewat di depannya, juga harus mandi, meskipun cairan seperti ingus itu keluar secara tiba-tiba atau meski tidak mengalami kenikmatan. Ini juga yang membatalkan puasa, wudhu, dan sholat.

Apakah boleh perempuan masturbasi akibat dari suami yang tidak bisa memuaskan istri hingga orgasme dan apakah boleh berhubungan seksual dengan menggunakan lubang atas (mulut)?

Jawaban: Ini merupakan teknik untuk memelihara keharmonisan keluarga, sehingga upaya apapun yang dilakukan pasangan (suami istri) untuk saling membahagiakan itu boleh seperti dengan gesekan dan lain-lain. Sementara hubungan

seksual dengan mulut menurut Manba'us Sa'adah itu boleh karena ini termasuk dalam bagian *maskhul bidzri*.

Apakah boleh berpoliandri ?

Jawaban: Di dalam Islam berpoliandri itu dilarang meskipun ada juga yang memiliki simpanan tapi itupun juga dilarang sebab jatahnya perempuan hanya satu.

Bagaimana menjawab persoalan hubungan suami istri yang jarak jauh?

Jawaban: Harus bisa membuat kreativitas bisa dengan hati ke hati dan membuat kebahagiaan bersama dengan kreativitas masing-masing. Begitu pula dengan kaitannya fiqh, *antum a'lamu biumuuri dunyakum* yang artinya engkau lebih tau apa yang engkau butuhkan begitu pula dengan urusan dunia ataupun rumah tangga.

Jika dalam kehidupan sehari-hari mengikuti mazhab Syafii dan ketika istimewa' mengikuti mazhab lain apakah diperbolehkan ? Dan bagaimana hukum istimewa' ketika puasa?

Jawaban: *Istimna'* ketika puasa itu dilarang, apalagi sampai mengalami ejakulasi. Adapun yang telah terlanjur dan batal puasanya maka untuk menggantinya dengan berpuasa sesuai dengan hitungan batalnya puasa. Bisa juga dengan cara pergi jauh sehingga mengganti puasa disamakan dengan jumlah hari dalam bepergian. Persoalan perbedaan mengikuti

mazhab dalam persoalan *istimna'* dengan kegiatan harian itu diperbolehkan. Sebab yang dilarang itu *talfiq*, contohnya wudhu mengikuti madzab syafi'ie dan batalnya mengikuti maliki itu dilarang (paket ibadah sholat dan wudhu). *Talfiq* adalah mencampur satu masalah hukum. Sementara *istimna'* merupakan persoalan yang lain.

Menurut Bu Nyai, dengan adanya *Manba' as-Sa'adah*, persoalan krusial seperti *istimna'* ternyata perlu adanya klarifikasi terkait hukumnya. Perlu juga diketahui pula pendapat beberapa mazhab yang menjadi landasan. Sebagian peserta kelas intensif Ramadan berharap adanya tindak lanjut terkait persoalan *Fiqh LDR* yang membicarakan beberapa persoalan berdasarkan pandangan ahli fiqih, ahli medis, dan psikolog.

Profil Nyai Umdah Choirot

Bu Nyai Umdah merupakan pendiri dan pengasuh “Pesantren Ramah Anak Anti Bullying As-Saidiyyah 2” Tambakberas Jombang sejak tahun 2002 hingga sekarang. Beliau juga menjabat sebagai Dosen bimbingan Kitab Kuning Ilmu Al-Quran di Universitas Wahab Hasbullah Tambakberas Jombang sejak tahun 1998 hingga sekarang. Tidak hanya itu kiprah Bu Nyai Umdah cukup melejit. Sebagai seorang yang hidup di lingkungan pesantren beliau juga mengembang amanah lain sebagai Koordinator Penjamin Mutu Pendidikan di MA Al-Idadiyah Bahrul Ulum sejak tahun 2005 hingga saat ini, pendiri

Pesantren Tahfidz “Bayt Al-Quran” Tambakberas 2016, pendiri masjid etnik “Sunan Kalijogo” yang beliau design sendiri di tahun 2016, pendiri “Mada Auto Care” Tambakberas Jombang sebagai salah satu usaha santri.

Selain prestasi beliau di atas ternyata masih banyak lagi prestasi dan kesibukan beliau antara lain pendiri dan Pembina Majelis Ta’lim Kitab Kifayatul Atqiya’ Jombang, Peserta Pelatihan Guru di lingkungan Kementrian Agama, guru sekolah gender yang bekerjasama dengan BKKBN Jombang dan Fatayat, guru mata pelajaran Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir di MA Al-Idadiyah, peserta Kongres Ulama Perempuan Indonesia di Cirebon tahun 2017, Koordinator Forum Kajian Gender yang bekerjasama dengan Pesantren-pesantren di Jombang dan WCC Jombang sejak tahun 2018 hingga saat ini, Penasehat sekaligus pendiri dan SMK Yayasan Pondok Pesantren Roudhotul Mujawwidin Kecamatan Rimbo Bujang, Kabupaten Tebo Provinsi Jambi tahun 2016.

Nama: Hj. Umdatul Choirot

Tempat Tanggal Lahir: Jombang, 07 April 1961

Pendidikan:

1. MI Pesantren Tambak Beras Jombang
2. MTS Pesantren Tambakberas Jombang
3. MA Pesantren Tambakberas Jombang

4. S1 Fakultas Syariah Jurusan Tafsir Hadist IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (1981-1986)
5. Pengalaman Organisasi
6. Ketua Fatayat Cabang Jombang 1995-2004
7. Peserta PPWK 1 (Pendidikan Kader Keulamaan, Calon Syuriah, Lakpesdam NU tahun 1996-1996)
8. Peserta Pelatihan Gender dan Hak-Hak Reproduksi Perempuan, P3M tahun 1995
9. Workshop Rahima, tentang Gender dan Hak-Hak Perempuan tahun 2006
10. Lawatan dan Halaqoh Hak-hak Reproduksi Perempuan, P3M di Morro Phipilina tahun 1997
11. Sekertaris Unit Pelayanan pada Pondok Pesantren Putri Robitoh Ma'hadil Islamiyah (RMI Pusat)
12. Kepala Madrasah Aliyah Al'Idadiyah Bahrul Ulum Tambakberas Jombang tahun 2002-2013.



Nyai Evi Muafiah:

Problematika Haid dan Kemuliaan Manusia

Penulis: Lutfiana Dwi Mayasari

Menstruasi adalah keluarnya darah dari rahim wanita dalam siklus bulanan. Menstruasi menjadi persoalan besar dalam tradisi umat terdahulu sebelum Islam datang. Lalu Islam menghapus tradisi stigmatisasi pada perempuan yang menstruasi. Sebagai pengalaman biologis perempuan, menstruasi sangat perlu diketahui dan dipelajari, baik oleh perempuan sendiri maupun juga laki-laki. Lantas apa saja pembahasan menstruasi dalam kitab *Manba' as-Sa'adah*?

Materi ngaji pada sesi-15 ini dibawakan oleh Ibu Dr. Nyai Evi Muafiah M.Ag, Rektor IAIN Ponorogo. Bukan tanpa alasan ia diminta untuk menyampaikan materi tentang haid. Konsentrasinya terhadap isu perempuan memang terkait dengan “siklus bulanan” ini, yang ia tuangkan dalam sejumlah karya tulis dan penelitian. Beberapa di antaranya adalah tentang

Islam, menstruasi tabu, dan subordinasi perempuan; perubahan siklus haid dan pelaksanaan ibadah bagi perempuan; pengguna alat kontrasepsi; dan pendidikan Islam berperspektif gender.

“Saya kalau ketemu Kang Faqih itu rasanya berterima kasihnya nggak putus-putus gitu, karena udah diajak bergabung dengan para nyai, ada 20 nyai dan moderator yang mendampingi”. Begitulah ia membuka kajian intensif Ramadhan 1422 H, yang pada sesi tersebut membahas tentang haid dan keutamaan perempuan.

Pengalaman pesantren dan jabatan akademik Nyai Evi Muafiah tak mengurangi rasa hormat beliau pada penulis kitab *Manba' as-Sa'adah*, Kang Faqih. Bahkan beliau berkali-kali mengucapkan terima kasih karena diberi kesempatan untuk bergabung dengan para nyai dan santri Mubadalah.

Ketawaduannya pada alim ulama mengajarkan kepada semua santri bahwa santri tidak boleh berhenti untuk terus belajar, sebagaimana Ibu Nyai yang menyelesaikan pendidikannya di Denanyar Jombang ini. Ia tetap ikut mengaji di tengah kesibukan sebagai pimpinan tertinggi kampus IAIN Ponorogo.

Pembahasan pada materi ini menjadi sangat menarik karena pemateri yang lahir pada 9 September 1974 ini memiliki pengalaman reproduksi yang terbilang unik dan menginspirasi untuk tidak pantang menyerah. Ia kebetulan mengalami siklus

menstruasi yang lancar --meski dengan durasi yang berubah-ubah-- namun mengalami tekanan yang luar biasa karena tidak segera dikaruniai buah hati. Setelah berpindah konsultasi dokter, setelah 10 tahun menanti datangnya buah hati, akhirnya ia memilih program bayi tabung. Ia berhasil melahirkan buah hati bernama Alingga tepat di usia 13 tahun perkawinan.

Ibu Nyai yang mendapat gelar doktor dari UIN Sunan Ampel Surabaya ini menceritakan bahwa setelah menikah ia mengalami nyeri haid yang sangat luar biasa, bahkan beberapa kali sempat pingsan. Tak berakhir sampai disitu, pascamelahirkan, ternyata siklus menstruasinya tetap panjang, nyeri yang dirasakan juga semakin parah. Hingga tujuh tahun setelah melahirkan, ia baru mengetahui bahwa penyebab ketidakhamilan beliau dan rasa nyeri yang luar biasa tersebut disebabkan oleh penyakit endometriosis. Yaitu suatu kondisi ketika jaringan yang membentuk lapisan dalam dinding rahim tumbuh di luar rahim. Jaringan yang disebut endometrium ini dapat tumbuh di indung telur, usus, tuba falopi (saluran telur), vagina, atau di rektum (bagian akhir usus yang terhubung ke anus).

Sebelum menstruasi, endometrium akan menebal sebagai tempat untuk menempelnya sel telur yang sudah dibuahi. Bila tidak dalam kondisi hamil, endometrium tersebut akan luruh, lalu keluar dari tubuh sebagai darah menstruasi. Endometrium yang diderita oleh Nyai Evi juga terbilang unik karena jalan-

jalan ke luar rahim. Kejadian ini sudah lama namun baru terdeteksi. Oleh karena itu endometrium yang diluar rahim tidak bisa ikut luruh bersamaan dengan darah haid, sehingga berputar di rahim dan menyebabkan sakit yang sangat luar biasa.

Sebelum menstruasi, endometrium akan menebal sebagai tempat untuk menempelnya sel telur yang sudah dibuahi. Bila tidak dalam kondisi hamil, endometrium tersebut akan luruh, lalu keluar dari tubuh sebagai darah menstruasi. Itulah kenapa perempuan dengan endometriosis mengalami kesakitan yang luar biasa saat haid.

Periode keluarnya darah dari lubang *farji* perempuan ini nyatanya menarik perhatian banyak penulis, ilmuwan, akademisi, dan ulama. Namun sayangnya, banyak penulis yang menggunakan perspektif laki-laki padahal ia tidak mengalami haid. Maka nuansa patriarki juga amat kental terasa dalam tafsiran-tafsiran klasik tentang haid.

Pengalaman Ibu Nyai yang saat ini tinggal di Siman Ponorogo ini menarik antusiasme santri mubadalah untuk mendiskusikan materi haid. Kolom diskusi pada *zoom* sudah banyak diisi oleh pertanyaan, konsultasi, bahkan curhatan mengenai pengalaman para santri Mubadalah, padahal sesi pematari baru berjalan sekitar 5 menit.

Tabu Haid dan Kemuliaan Perempuan

Setelah menjelaskan mengenai pengalaman reproduksinya, Dr. Nyai Evi Muafiah M.Ag mulai membaca kitab *Manba' as-Sa'adah* pada halaman 69. Ia tidak membaca kata per kata dalam kitab sebagaimana tradisi ngaji di pondok *salafiyah*. Namun ia membaca terlebih dahulu satu paragraph, kemudian menjelaskan maknanya secara kontekstual, dan ditambah dengan kajian dan pendapat beliau terhadap isi kitab. Ia juga menegaskan, bahwa akan lebih senang jika menfokuskan pada diskusi dengan peserta, tentunya berdasarkan kitab *Manba' as-Sa'adah*.

“Haid dan Kemuliaan Manusia, wah judulnya saja sudah sangat luar biasa. Buku kang Fakih ini pada intinya menjelaskan bagaimana memuliakan perempuan meskipun dalam keadaan haid. Maka di tahun 2018 saya menulis tentang menstrual tabu dan di sinilah justru saya menemukan titik temu antara tulisan saya dengan kitab milik kang Fakih ini,” kata Bu Nyai.

Dengan mimik yang ceria dan suara yang semangat dan menggebu, seolah mengisyaratkan bahwa kitab *Manba' as-Sa'adah* ini bagaikan oase di tengah tafsir haid yang bernuansa patriarkis. Ditulis oleh seorang kiai yang tidak mengalami menstruasi, namun bisa memahami keadaan perempuan yang mengalaminya dengan sangat baik dan manusiawi.

Melanjutkan kajian dalam kitab *Manba' as-Sa'adah*, Nyai

Evi menjelaskan mengenai makna haid di dalam kitab *Manba' as-Sa'adah*. Haid adalah keluarnya darah dari *farji* perempuan dengan siklus bulanan. Namun perempuan mengalami penderitaan dan pengalaman yang tidak menyenangkan pada masa jahiliyah. Perempuan yang sedang haid mengalami beban ganda. Selain harus menikmati gejala pra-menstruasi, merasakan sakitnya fisik, ia juga harus diasingkan sampai ia suci kembali. Hal ini disebabkan karena perempuan yang haid dianggap sebagai kotoran. Tidak hanya darah yang keluar dari *farji*-nya, namun seluruh tubuhnya haram dan najis untuk disentuh. Ia diasingkan, tidak disentuh oleh suami, dan dianggap kotor. Peristiwa ini dijelaskan secara detail dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* pada pembukaan bab haid.

Nyai Evi menanggapi, bahwa mungkin saja kejadian seperti pada penjelasan di atas tidak berhenti di masa jahiliyah saja, namun berlanjut di masa sekarang. Masih banyak yang menganggap perempuan haid sebagai kotoran yang harus di jauhi. Mungkin keadaan diatas inilah yang mendorong laki-laki pada masa arab pra islam banyak melakukan poligami. "Karena setiap mengalami siklus haid, ia harus berjauhan dengan istrinya, maka untuk memenuhi nafsunya ia harus melampiaskan dengan perempuan lainnya," ujarnya.

Lebih lanjut, Nyai Evi menjelaskan paragraf selanjutnya, masih dengan suara yang penuh semangat meskipun dalam keadaan puasa di siang hari bolong. Ia menjelaskan mengenai

bagaimana Nabi Muhammad memuliakan Sayyidah Aisyah meskipun beliau sedang dalam keadaan haid. Yang tidak boleh dilakukan suami atas istri yang haid hanyalah bersenggama, sedangkan hal-hal lainnya diperbolehkan, seperti mencium, bercanda, berpelukan sebagaimana perlakuan Nabi ke Aisyah.

Nyai Evi mengkritik cara masyarakat Jahiliyah memberlakukan istri yang sedang haid dengan menganalogikan kondisinya yang menjalani LDM (*long distance marriage*) atau pisah kota dengan suami.

“Bagi saya pelaku LDM, saya nggak bayangin pas suami saya pulang saya pas haid. Mungkin saya ditaruh di gudang. Udah ketemu seminggu sekali, pas menstruasi dan diungsikan, betapa menderitanya saya sebagai perempuan,” tuturnya.

Ia menjelaskan sesuai dengan kitab, bahwa hanya bersenggama di liang vagina saja yang tidak boleh. Hal ini diperkuat dengan penjelasan dalam QS al-Baqarah ayat 222:

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Nyai Evi memaknai *fa'tazilu nisa* dalam ayat di atas sesuai dengan kitab *Manba' as-Sa'adah* dengan makna menghindari tempat keluarnya darah atau vagina perempuan. Bukan berarti

mengungsikan sebagaimana tradisi masyarakat jahiliyah.

Ia mengutip hadis tentang perintah *mengqodho* puasa saja bagi perempuan haid namun tidak *mengqodho* salat. Hadis ini dipandang lebih manusiawi dan memihak pada perempuan. Pengalaman dari moderator, ia pernah haid selama hampir 9 bulan akibat penggunaan alat kontrasepsi. Tidak terbayangkan bagaimana repotnya jika harus membayar hutang salatnya.

Terkait dengan kontroversi boleh atau tidaknya perempuan yang haid untuk ke masjidil haram atau tawaf, bagaimana?

Nyai Evi menanggapi dengan satu hadits Nabi yang menyatakan bahwa "*haid itu bukan di kepalamu, di tanganmu, atau di kakimu*", selama tidak menetes maka sah saja perempuan melakukan tawaf. Apalagi saat ini sudah ada pembalut dan teknologi yang memastikan darah haid tidak menetes.

Karena keterbatasan waktu dan sesuai dengan keinginan narasumber untuk lebih banyak berdiskusi dan berinteraksi dengan para santri, kajian pun diakhiri. Pertanyaan dari santri Mubadalah pun sudah menumpuk pada kolom komentar. Karena sangat banyak pertanyaan dan cerita pengalaman yang masuk, maka moderator tidak membacakan satu persatu namun diklasifikasi berdasarkan kemiripan pertanyaan.

Siklus Haid dan Pengalaman Haid Santri Mubadalah

Permasalahan siklus tampaknya dialami oleh banyak

orang, tergambar dari banyaknya santri yang menyampaikan pengalaman dan pertanyaan mengenainya. Seorang santri mubadalah bertanya mengenai siklus yang tidak teratur, terkadang 7 hari sudah suci, ternyata darah keluar lagi. Pertanyaan dari peserta adalah;

Apakah hak tersebut masih masuk dalam hitungan haid dan apakah juga wajib mengulang mandi besar?

“Selama siklusnya masih dalam hitungan kurang dari 15 hari, masih termasuk dalam darah haid dan tentunya wajib untuk mengulang mandi besar. Dan berlaku juga aturan-aturan yang harus ditaati seperti tidak boleh sholat, tidak boleh membaca *mushaf*, dan puasa,” jawab Nyai. Jika sudah melebihi hitungan 15 hari, lanjutnya, maka sudah termasuk *istihadhoh* dan berlaku hukum yang berbeda dengan *haid*. Dan jika sudah mandi besar, dan darahnya keluar lagi maka harus mengulang mandi besar.

Karena sama-sama berupa darah yang keluar dari tempat yang sama, tampaknya masih memunculkan kebingungan bagi beberapa santri. Hal ini tampak dari pertanyaan santri mubadalah mengenai cara membedakan haid dan *istihadhoh*. Menurut Nyai, jika kondisinya sudah lebih dari 15 hari maka masuk dalam *istihadhoh*. Jika siklusnya masih di bawah 15 hari maka masih masuk dalam haid.

Jika secara terus-menerus mengalami haid dengan siklus

di atas 15 hari, maka harus waspada terhadap kemungkinan penyakit, dan bagi perempuan yang istihadhoh harus tetap menjalankan syariat salat. Sebelum salat, harus dipastikan bahwa pembalut yang digunakan dalam keadaan bersih. Tapi tentunya Islam pada prinsipnya memudahkan, maka sholat bagi perempuan yang sedang istihadhoh pun juga bisa dilakukan dengan cara menjamakannya.

Pertanyaan selanjutnya adalah, *bagaimana menjelaskan pada anak-anak perempuan di usia yang sangat dini namun sudah menstruasi. Karena saat ini usia awal menstruasi sangat maju, bahkan si usia 9 tahun sudah menstruasi?*

Menurut Nyai, meskipun usia masih sangat dini, seorang anak tetap dikenalkan pada kaidah-kaidah menstruasi karena berkaitan dengan hukum untuk *mukallaf*. “Maka ini sebagai refleksi bagi kita semua juga untuk segera mengajari anak-anak memahami kewajibannya saat masuk ke usia 7 tahun. Agar saat mengalami mestruasi di usia dini, ia tidak kaget dan memahami fitrahnya serta memahami konsekwensi hukum yang akan dialaminya saat mesntruasi,” papar Nyai Evi.

Pertanyaan selanjutnya datang dari santri mubadalah yang belum menikah.

Apakah ada kaitan secara langsung antara haid dengan ciri-ciri kemandulan?

“Bagi yang belum menikah ataupun sudah menikah namun

belum dikaruniai keturunan, bukan ciri kemandulan ya, namun siklus haid memang harus dianstisipasi. Jika siklus berantakan, kondisi tubuh saat menstruasi terlalu sakit dibandingkan teman yang lain, usia menstruasi yang sangat telat, maka harus lebih waspada dengan memeriksakan ke dokter sedini mungkin. Semakin dini pendeteksian, akan lebih baik. Jangan pernah kita menganggap sepele masalah siklus yang tidak teratur, karena memang perempuan sangat rawan untuk terjangkit penyakit yang berpengaruh pada kesehatan reproduksinya”.

“Boleh atau tidak menjalankan puasa saat haid?”

“Kontroversi dan perbedaan itu akan selalu ada. Selama ada dasar yang kuat untuk melandasi argumennya, perbedaan itu sudah menjadi hal yang lumrah dan memang sudah sering terjadi bahkan dari awal dialektika Islam dibuka dengan pintu *ijtihadnya*. Oleh karena itu, kita selaku pelaku diberi wewenang untuk memilih pendapat mana yang sekiranya lebih sesuai dengan pengalaman perempuan”.

Pertanyaan selanjutnya sedikit mengarah pada curhat dan berhasil membuat Bu Nyai tertawa hingga bahunya tergoncang. Seorang santri mubadalah menceritakan pengalamannya yang dianggap pura-pura oleh lawan jenis saat mengalami nyeri haid, bahkan dibilang mencari perhatian.

Bu nyai bagaimana jika kita bertemu dengan lawan jenis yang mengaggap bahwa sakitnya perempuan saat haid itu pura-

pura dan hanya meminta belas kasihan?

Nyai mengatakan, untuk menghadapinya perempuan harus sadar dulu bahwa perempuan haid itu sedang mengemban amanat yang luar biasa. “Maka laki-laki harus segera diberi edukasi sejak dini tentang pengalaman biologis baik laki-laki maupun perempuan. Harus ada pendekatan ke laki-laki mengenai pengalaman reproduksi yang memang hanya dialami perempuan,” katanya.

Mitos-mitos perempuan haid

Bagaimanapun, haid memang sangat dekat dengan beberapa mitos. Maka pertanyaan tentang mitos haid pun juga banyak dilontarkan oleh santri mubadalah.

Apakah perempuan haid tidak boleh memotong kuku? Apakah harus demikian?

“Ada perspektif kebermanfaatannya. Seperti memotong kuku, jika ketika datang haid kemudian kuku sudah terlanjur panjang, pastinya akan banyak *maharat*-nya. Maka tentunya dalam kasus seperti ini kukunya harus segera dipotong untuk menghindari kemungkinan-kemungkinan buruk yang dialami perempuan haid dengan kuku panjang.

Begitupula dengan memotong rambut, jika memang memiliki kelainan seperti kelenjar keringat berlebih dan harus memotong rambut untuk menciptakan rasa nyaman, boleh

dilakukan. Asalkan menjalankannya dengan keyakinan bahwa apa yang dilakukan akan lebih mendatangkan manfaat. Jika masih bisa ditunda sampai haidnya selesai dan tidak memiliki alasan untuk segera memotong rambut, maka menunggu sampai suci terlebih dahulu juga tidak apa-apa”.

Bagaimanakah adab membuang pembalut?

“Membuang pembalut itu berhubungan dengan etika, tidak ada hukum yang menjelaskan secara rinci tentang pembuangan pembalut. Untuk menghindari sampah pembalut yang berserakan, maka harus dicuci terlebih dahulu. Sehingga ketika berada di tempat pembuangan akhir, sudah dalam keadaan bersih. Atau bisa juga menggunakan pembalut yang bisa dicuci ulang. Selain lebih hemat, juga lebih sehat, aman, dan ramah lingkungan”.

Bagaimana hukum penggunaan obat penunda haid di Bulan Ramadan, khususnya bagi yang siklusnya panjang?

“Haid itu bukan kutukan dan tidak membuat agama perempuan hilang setengah. Jangan sampai memaksakan diri dengan mengonsumsi obat-obatan penunda haid di bulan puasa dengan tujuan agar puasanya menjadi penuh. Penggunaan obat tentunya akan memberikan efek samping bagi perempuan itu sendiri”.

Meskipun pertanyaan masih banyak yang belum terjawab, namun karena keterbatasan waktu, moderator harus mengakhiri

sesi tanya jawab dengan pemateri. Dari pemaparan kitab *Manba' as-Sa'adah* sebagaimana dijelaskan oleh Nyai Evi Muafiah, kita bisa menyimpulkan bahwa perempuan yang sedang menjalani haid pada hakikatnya sedang melakukan ibadah. Ia bukan najis dan juga bukan perempuan kotor yang harus dijauhi ataupun diasingkan.

Perempuan yang menjalani haid dengan ikhlas, tidak mengeluh, dan menikmati segala proses yang ada selama haid maka itu juga bagian dari ketaatan pada Allah dalam menjalani fitrah haid. Segala kebaikan social yang dilakukan selama haid juga akan bernilai pahala asal dilakukan dengan ikhlas dengan mengharap ridho Allah SWT.

Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!



Nyai Raudlatun:

Masa Kehamilan, Melahirkan, dan Menyusui: Berat tapi Membahagiakan

Penulis: Vevi Alfi Magfiroh

Di pertemuan ke-18, seperti hari-hari sebelumnya, Kelas Intensif Ramadhan 20 Hari bersama 20 Ulama Perempuan: Kursus Keluarga Bahagia berbasis kitab *Manba' as-Sa'adah* dilaksanakan di siang terik bulan Ramadan. Walau menjelang akhir pertemuan, namun materi demi materi tetap menarik dibahas, apalagi terkait sistem reproduksi perempuan.

Menariknya, pembahasan ini diampu oleh para ulama perempuan, tentu bukan hanya membidik persoalan secara teoritis, tetapi juga pengalaman yang dekat dengan kehidupan, baik dirasakan sendiri, maupun dialami perempuan lain di sekitarnya.

Pada hari Rabu, 5 Mei 2021, Mbak Ninin Karlina (Ketua Peace Generation Solo) membuka kajian tema 'Hamil, Melahirkan, dan Menyusui' yang diampu Nyai Raudlatun.

M.Pd.I dengan menarik. Ia memperkenalkan sosok narasumber yang merupakan ketua LKK PCNU Sumenep dan dosen STKIP PGRI Sumenep.

Kader ulama perempuan yang pernah menempuh pendidikan di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dan Pascasarjana IAIN Sunan Ampel Surabaya ini membahas tema ini berbasis kitab *Manba' as-Sa'adah* yang terdapat di Bab 3 halaman 72-75. Pembahasan ini dimuali dari makna kehamilan yakni pertemuan sperma laki-laki dengan sel telur perempuan, yang keduanya bersatu di dalam rahim kemudian terjadilah proses pembuahan. Sel telur yang telah dibuahi membentuk sel baru yang menuju ke dalam rahim. Kemudian ia mengalami pertumbuhan menjadi embrio, segumpal darah, daging, dan berkembang menjadi makhluk yang sempurna.

Perempuan saat hamil tentu saja akan merasakan banyak perubahan fisik maupun mental yang diiringi dengan berbagai gejala, seperti merasa tertekan dan gelisah. Kondisi ini dituliskan dalam al-Quran: *wahnan 'ala wahnin*. Nyai Raudlatun mencontohkan, ada banyak perempuan yang mengalami mual dan *morning sickness* di trisemester pertama, atau pengalaman lainnya seperti lemas dan pusing.

Menariknya kitab ini bukan hanya menjelaskan proses reproduksi perempuan dan hukum-hukumnya seperti pada kitab lain. Kitab ini juga menjelaskan, bahwa agar ibu dan

anak selamat, perempuan selama proses reproduksinya harus mendapatkan perlindungan khusus baik oleh dirinya sendiri, suami, orang sekitarnya, bahkan negara.

Siapa saja pihak yang melindungi? *Pertama*, orang terdekat, seperti suami dan orang sekitarnya. Mereka harus memahami kondisi ibu hamil agar tidak memaksanya mengerjakan pekerjaan berat, juga memberi perhatian khusus pada mereka. *Kedua*, negara harus memperhatikan keadaan ibu hamil. Seperti dengan memberikan pendidikan tentang proses reproduksi perempuan, juga kebijakan lainnya yang baik untuk ibu hamil.

Al-Quran secara terang memperhatikan pengalaman biologis perempuan di beberapa ayat, yakni Surat Lukman ayat 14, Surat al-Ahqaf ayat 15, dan Surat ath-Talaq ayat 6-7.

'Dan kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapaknya; ibu telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan dua orang ibu-bapakmu, hanya kepadaku lah kembalimu. (Lukman: 14)

Dalam dalil tersebut, Nyai Raudlatun mengingatkan kita semua tentang perintah Allah kepada seluruh manusia agar berbuat baik kepada kedua orangtuanya, terutama ibu. "Ibu saat hamil mengalami kesulitan. Setelah melahirkan, ibu juga harus menyusui yang semua prosesnya kurang lebih 33 bulan" terang Nyai Raudlatun.

Banyak perjuangan yang dialami perempuan saat hamil, bahkan ada yang sampai meninggal dunia. Oleh karenanya orang terdekat harus memperhatikan perempuan yang sedang hamil dan menyusui. Suami juga harus memberi dukungan kepada istri dengan memberi asupan gizi yang cukup dan berbagai hal yang memudahkan proses perempuan dalam menjalani proses reproduksinya.

Apa yang Boleh dan Tidak Boleh Dilakukan Pada Perempuan Hamil

Dalam memahami Surat Ath-Talaq ayat 6 - 7 yang tertulis juga dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* halaman 73, Nyai Raudlatun menegaskan tentang kaitannya dengan apa yang harus diberikan oleh suami saat pasangannya menjalani masa kehamilannya. *Pertama*, suami harus memberikan tempat yang layak bagi istri. *Kedua*, tidak membahayakan dan menyulitkan istri. *Ketiga*, kewajiban memberi nafkah demi keberlangsungan dirinya dan janinnya. Salah satunya dengan menjamin asupan gizi yang harus terpenuhi.

Selain mengingatkan pasangan dan orang terdekat, penjelasan dalam kitab ini juga mengingatkan para perempuan hamil agar memperhatikan hal-hal penting saat mereka menjalani proses reproduksinya. *Pertama*, beristirahat dari aktifitas normal yang melelahkan diri juga janinnya, karena kelelahan dapat menyebabkan keguguran. Namun Nyai Raudlatun juga mengingatkan kembali bahwa pengalaman

perempuan itu berbeda-beda. Jika dalam kondisi hamil dan dia sangat lemah, seharusnya keluarga tidak menyuruhnya beraktivitas berat.

Kedua, melakukan relaksasi jiwa untuk menangani tekanan psikis dan rasa gelisah yang muncul. Perempuan hamil harus merelaksasikan jiwa terutama pada hamil pertama yang belum berpengalaman. Pada kondisi ini --lagi-lagi Nyai Raudlatun menegaskan-- harus adanya dukungan dari suami dan kerabat dekatnya.

Ketiga, orang yang tinggal bersama wanita hamil harus mampu menghidupkan suasana rumah yang bahagia dan riang gembira. “Jika melihat lima pilar pernikahan yang dikampanyekan oleh konsep keluarga maslahah, seharusnya kebahagiaan itu sudah menjadi prioritas yang harus diberikan pada ibu hamil,” tutur Ketua LKK PCNU Sumenep ini.

Keempat, selalu melakukan aktivitas dan latihan fisik atau olahraga ringan, seperti berjalan di ruang terbuka. Dalam hal ini suami harus mendampingi proses ibu hamil, ia tidak boleh membiarkannya sendiri dan seakan-akan menilai bahwa kehamilan hanya proses reproduksi perempuan saja.

Kelima, memerhatikan kesehatan ibu hamil dan menyusui adalah tujuan yang sangat penting. Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan pada ibu hamil dan menyusui adalah menjaga kesehatan mental, menjaga asupan gizi, dan menjaga kesehatan

secara medis. Nyai Raudlatun menegaskan bahwa kesehatan mental bagi ibu hamil sangat perlu diperhatikan. Hal ini karena mental mereka mempengaruhi proses kehamilan dan penyusunya.

Hukum Berpuasa bagi Ibu Hamil dan Menyusui

Kitab *Manba' as-Sa'adah* juga menjelaskan tentang hukum kebolehan tidak berpuasa bagi perempuan hamil dan menyusui. Mereka diperbolehkan meninggalkan puasa apabila mengalami kepayahan atau akan membahayakan keselamatan anak/janin yang ada di kandungannya. Namun di kemudian hari, mereka wajib mengganti puasa yang ditinggalkannya.

Mengenai kewajiban fidyah, Nyai Raudlatun mengklasifikasikannya dalam dua hal: *mengqadha*, jika ia khawatir keselamatan dirinya atau dirinya beserta anak/janinnya, atau *mengqadha* dan *fidyah*, jika hanya khawatir keselamatan anak/janinnya saja.

Saat menutup pemaparan berbasis kitab *Manba' asSa'adah*, Nyai Raudlaun mengingatkan istilah 'suami siaga', seperti kerap muncul dalam iklan KB. Suami siaga tidak ada dalam bahasan kitab, akan tetapi narasumber memunculkan lagi istilah ini sesuai pembahasan di halaman 75. Nyai Raudlatun mendefinisikan 'suami siaga' sebagai suami yang mendukung istrinya saat hamil dengan cara memberi informasi seputar kesehatan bagi perempuan hamil, mendukung saat proses

bersalin, dan mendukung saat menyusui juga.

Suami siaga juga harus mencari informasi terkait dengan kesehatan ibu hamil dan menghindari mitos-mitos terkait kehamilan. Suami yang baik juga harus memerhatikan kondisi istrinya saat hamil dan tidak memaksanya saat ingin bersenggama. Sebab, dalam nilai keluarga mubadalah, tidak ada pemaksaan dalam hubungan suami-istri.

Bersenggama, Mual Hamil, hingga Anggapan Masyarakat

Dalam Kelas Intensif Ramadhan, moderator juga memberi kesempatan kepada para peserta untuk bertanya. Para peserta tampak sangat ingin tahu mengenai banyak hal, tidak hanya terkait dengan dalil agama, namun juga soal medis seperti mual hamil atau *morning sickness* dan persoalan budaya dalam masyarakat. Membahas proses reproduksi perempuan itu memang seperti melihat ke dalam diri, sehingga membicarakannya menjadi semacam “curhat”.

Penanya:	<i>Ada beberapa mitos yang beredar bahwa bersenggama saat hamil tua bisa mempermudah melahirkan. Apakah ini mitos ataukah memang ada dasarnya dalam agama ataupun secara medis? Beberapa kali diskusi dengan teman perempuan yang hamil sebenarnya mereka sudah tidak menikmati, tapi karena dianggap bisa mempermudah persalinan akhirnya dilakukan.</i>
-----------------	---

<p>Nyai Raudlatun:</p>	<p>Kitab <i>Manba' as-Sa'adah</i>, menyarankan, suami agar tidak memaksa istrinya berhubungan seksual di trimester pertama sampai ketiga. Pada masa ini, perempuan sangat rawan mengalami keguguran. Boleh dilakukan di trimester akhir saat janin sudah mulai kuat.</p> <p>Namun, ada pengalaman teman saya yang tinggal di Bondowoso dan suaminya bekerja di Bali. Ketika hamil di trimester akhir, dia jarang ketemu suaminya. Saat melahirkan, susah sekali ia dirangsang dengan berbagai cara dan akhirnya melakukan operasi. Saat itu dokter menanyakan kepada dirinya, "Kamu berapa kali berhubungan saat sudah masuk usia kandungan di trimester tua?" teman saya menjawab "Saya tidak sama sekali, Dok" dan dokter menjawab, "Kamu tidak membukakan jalan untuk bayinya". Itu yang dikatakan dokter teman saya.</p> <p>Jika dalam kajian agama, saya belum menemukan dasar kajiannya. Tapi dokter tadi berpesan agar banyak bersenggama di kehamilan berikutnya untuk mempermudah proses kelahiran.</p>
-------------------------------	--

Penanya:	<i>Kebetulan saya sedang hamil memasuki usia 9 bulan. Mau bertanya, apa dan bagaimana cara menghindari dari kemungkinan munculnya baby blues syndorme setelah melahirkan?</i>
Nyai Raudlatun:	Dukungan dari suami dan keluarga terdekat sangat dibutuhkan. Pernikahan itu dibangun dengan fondasi kuat, dengan memperhatikan 5 pilar perkawinan, satu di antaranya adalah musyawarah. Kondisi keluarga bahagia dengan pilar-pilarnya itu harus dibangun sejak awal pernikahan untuk meminimalisir terjadinya syndrome baby blues dan lainnya.
Penanya:	<i>Apa maksud ayat yang menyatakan menyusui dan menyapihnya selama 30 bulan?</i>
Nyai Raudlatun:	Surat Al-Ahqaf ayat 15. <i>Wahamluhu wa fishaluhu tsalatsuna syahron.</i> 30 bulan. Berarti ini kalau dikurangi masa menyusui <i>hawlaini kamilaini.</i> 2 tahun atau 24 bulan. Berarti masa kehamilan itu hanya 6 bulan. Dalam tafsir Al-Misbah, Prof Quraish Shihab menjelaskan penafsiran ayat itu menghitung masa hamil minimal 6 bulan dan menyusui 24 bulan, sehingga tertulis 30 bulan. Hal ini melihat fakta bahwa ada juga bayi yang terlahir prematur.

Penanya:	<i>Bagaimana tentang fidyah ibu yang menyusui atau melahirkan. Bolehkah orang sakit maag melakukan fidyah karena tidak kuat puasa?</i>
Nyai Raudlatun:	Jika ibu hamil dan menyusui tidak mampu karena dirinya sendiri, maka dia hanya <i>mengqadha</i> saja. Tetapi jika karena janinnya, maka <i>qadha dan fidyah</i> . Dalam kitab Bidayah Mujtahid ada tiga pendapat. Pertama adalah Ibnu Umar, yang mengatakan wajib fidyah tanpa <i>mengqadha</i> . Kedua, Abu hanifah, berpendapat wajib <i>qadha</i> tanpa fidyah. Ketiga, Imam Syafi'i, yakni wajib <i>qadha dan fidyah</i> , itu karena Syafi'i selalu berhati-hati. Orang hamil hanya <i>qadha</i> puasa, namun ibu menyusui <i>qadha dan membayar fidyah</i> . Memilih pendapat ini sesuai kemantapan hati dan jiwa kita.
Penanya:	<i>Saya sedang hamil 6 bulan, saya morning sick sampai 4 bulan dan tetangga saya juga sedang hamil tapi baik-baik saja tidak mual muntah. Hanya nyinyiran masyarakat sering datang seperti yang sering mutah dianggap manja dan yang baik saja dianggap perempuan tegar padahal kondisi setiap ibu hamil berbeda-beda. Nah bagaimana cara menghadapi tekanan psikologis dari lingkungan sekitar yang sering membanding-bandingkan?</i>

<p>Nyai Raudlatun:</p>	<p>Kalau kita dibanding-bandingkan dengan orang lain pasti sakit. Padahal pengalaman perempuan berbeda-beda. Saya sendiri hamil, melahirkan, dan menyusui selama tiga kali. Saat ini saya sedang menyusui anak ketiga yang masih berusia 15 bulan. Saya saat hamil pertama mengalami <i>morning sickness</i>. Itu normal.</p> <p>Ketika menghadapi komentar dari tetangga sekitar, paling tidak tetangga itu diajak diskusi baik-baik, misalnya dengan membuat komunitas ibu-ibu terdekat untuk dirangkul, mencoba saling memahami dan berbagi pengalaman.</p> <p>Namun yang utama sebenarnya cukup memberi pengertian pada orang terdekat terlebih dahulu, seperti suami dan keluarga. Jika keduanya sudah memiliki pemahaman, itu sudah sangat baik. Tetapi jika tetangga sekitar, suami, orang terdekat, masih memahami secara keliru, ini berbahaya.</p>
<p>Penanya:</p>	<p><i>Bagaimana hukum menyusui lebih dari 2 tahun, dengan alasan anak masih tidak bisa lepas masa penyapihan? Bagaimana mengatasi kondisi seperti ini?</i></p>

<p>Nyai Raudlatun:</p>	<p>Pengalaman perempuan itu rumit, apalagi jika dibenturkan dengan agama dan budaya. Jika kembali pada hukum menyusui (<i>rada'ah</i>) seperti pendapat al-Qurthubi, menyusui itu sunnah, jadi tidak ada batasan waktu, walaupun di Al-Qur'an dijelaskan bahwa penyusuan yang sempurna itu 2 tahun. Namun, proses menyusui tergantung kemampuan dan kesanggupan sang ibu.</p> <p>Menurut Imam Malik, menyusui itu wajib selama dia menjadi istri dan ibu. Sedangkan menurut jumbuh ulama, menyusui itu hanya anjuran saja, jika mampu dipersilakan dan jika tidak pun tidak apa-apa. Dan bagaimana jika lebih dari 2 tahun? Itu karena kadang-kadang ibu tidak tega pada anaknya. Jika dilihat dari beragamnya teks agama, maka tidak ada batasan yang pasti.</p>
<p>Penanya:</p>	<p><i>Ada beberapa anggapan bahwa perempuan yang melahirkan dengan cesar itu seperti sebuah ketidaknormalan, sehingga menjadi momok bahwa perempuan yang melahirkan dengan cesar belum disebut perempuan sempurna. Bagaimana menurut perspektif kitab Mamba'us Sa'adah dan pendapat Bu Nyai terkait melahirkan secara caesar?</i></p>

<p>Nyai Raudlatun:</p>	<p>Kembali pada <i>maqashid syariah</i>, satu di antaranya adalah <i>hifdzun nafs</i> (menjaga diri). Artinya, jika perempuan tidak mampu melahirkan secara normal demi keselamatan jiwa dan bayinya, ia boleh memilih cesar. Namun, ada orang yang seakan-akan usil dan mengatakan bahwa melahirkan secara cesar berarti tidak sempurna. Padahal memutuskan untuk cesar itu setelah mengalami banyak hal.</p> <p>Maknanya, perempuan juga ingin dihormati keberadaan serta prosesnya. Pengalaman perempuan itu berbeda-beda, maka ketika bertemu dengan tetangga atau saudara jangan pernah mengatakan bahwa melahirkan cesar tidak sempurna. Selain itu, dokter berkewajiban untuk mencari solusi, satu di antaranya dengan cesar..</p>
<p>Penanya:</p>	<p><i>Terkait rasa sakit saat melahirkan, jika mengikuti teknologi sekarang sudah banyak cara untuk meminimalisir rasa sakit. Namun ketika perempuan memilih hal tersebut, mertua mengatakan bahwa rasa sakit saat melahirkan itu sudah kodrat perempuan, jika tidak mau sakit maka menyalahi kodrat. Lantas bagaimana Bu Nyai menanggapi hal ini? Bagaimana hukumnya memilih metode melahirkan yang minim rasa sakit?</i></p>

<p>Nyai Raudlatun:</p>	<p>Hal tersebut tentu tidak menyalahi aturan agama. Seperti kaidah <i>'yassiru wa la tu'assiru'</i>, cari yang mudah dan jangan menyulitkan. Jika persalinan minim rasa sakit itu bisa dan mempermudah, mengapa tidak? Hal ini juga sesuai dengan <i>maqashid syariah 'hifdz nafs'</i>. Langkah yang perlu dilakukan adalah menyelesaikan bersama orang terdekat kita, maka akan selesai semua. Tidak perlu memperhatikan komentar tetangga sekitar.</p> <p>Terkadang perempuan mengalami ketidakadilan justru dari sesama perempuan. Maka kita sebagai perempuan harus bisa menjaga diri untuk tidak membandingkan dan membicarakan pengalaman perempuan lainnya. Cukup menyelesaikan dengan orang terdekat kita, dan harus tahan banting, serta memahami bahwa kita bukan hanya makhluk biologis saja.</p>
-------------------------------	--

Sebelum sesi berakhir, salah seorang peserta membagi pengalamannya saat menyusui. Mia Faizah Imron mengatakan, selama ini orang selalu menganggap bahwa proses menyusui itu bisa lancar dengan sendirinya. Padahal menurut pengalamannya, proses menyusui itu harus dipersiapkan juga, ketika seseorang mengetahui kehamilannya.

“Kerangka berpikir harus ditata sejak awal, bahwa memberi ASI itu harus dengan bahagia, karena perasaan dan mental

sangat berpengaruh dalam prosesnya agar tidak mengalami *baby blues syndrome*. Pada saat menjalani proses reproduksi dan mengalami berbagai kendala, perasaan rileks itu akan sangat membantu, tidak perlu tertekan memikirkannya,” kata Mia.

Terakhir, Nyai Raudlatun berpesan, masa kehamilan dan menyusui itu tidak dialami oleh semua perempuan. Maka dari itu, sesama perempuan harus saling menguatkan, karena ada juga perempuan yang belum bisa melewati proses ini. “Hamil, melahirkan, dan mempunyai anak itu pemberian Tuhan. Maka jangan membandingkan, jangan menyudutkan,” tandasnya.

Hal terpenting adalah membangun komunikasi dengan suami dan orang-orang terdekat untuk menciptakan keluarga bahagia. “Proses hamil dan menyusui tidak terlepas dari musyawarah dengan pasangan, ia siap mendukung atau tidak? Jika sama-sama siap menjalani proses reproduksi ini, maka harus sama-sama siap pula memfasilitasi dan mempermudah kehamilan dan memiliki anak,” pungkas Nyai Raudlatun.

Biografi Narasumber:

Nama: Raudlatun, M.Pd.I

Alamat: Sumenep - Madura - Jawa Timur

TTL: Sumenep, 10 Pebruari 1986

Profesi: Dosen STKIP PGRI Sumenep

Riwayat Pendidikan:

- MI An-najah Matanair Rubaru Sumenep Madura (1996)
- MTs. Nurul Jadid Paiton Probolinggo (1999)
- MAK Nurul Jadid Paiton Probolinggo (2002)
- S1 Fakultas Syari'ah dan Hukum UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (2006)
- S2 PAI-Fikih IAIN Sunan Ampel Surabaya (2011)

Pengalaman Pekerjaan:

- Divisi Perempuan Lembaga Kajian Pengembangan Sumber Daya Manusia (LAKPESDAM NU) Sumenep (2008-2010).
- Guru Bahasa Arab SMA Insan Madani Meukek Aceh Selatan (2011-2012)
- Kepala MA An-najah Matanair Rubaru Sumenep (2011-2012)
- Kepala MTs. An-najah Matanair Rubaru Sumenep (2012-sekarang)
- Pendamping Program “Pemberdayaan Keluarga Petani Tembakau dalam Upaya Peningkatan Kesejahteraan di Sembilan Kabupaten di Provinsi Jawa Timur, Lombok Timur dan Lampung Timur” (2013-2015)
- Dosen Tetap STKIP PGRI Sumenep Jawa Timur (2013-sekarang)

Pengalaman Organisasi:

- Ketua Korp PMII Putri (KOPRI) Cabang Ciputat (2006-2007)
- Pembina Organisasi Santri Intra Pesantren (OSIP) Pesantren Terpadu Insan Madani Meukek Aceh Selatan (2011-2012)
- Bendahara PC. Persatuan Guru NU (PERGUNU) Kabupaten Sumenep (2013-sekarang)
- Wakil bendahara PC. Ikatan Sarjana NU (ISNU) Kabupaten Sumenep (2014-sekarang)
- Ketua Pusat Studi Gender dan Anak STKIP PGRI Sumenep (2015-sekarang)
- Anggota Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Sumenep (2017-sekarang)



Nyai Isti'annah Ghazali:

Memakai Alat Kontrasepsi dalam Islam: Menolak Mudarat, Istri Terlindungi

Penulis: Fitri Nurajizah

Kelas Intensif Ramadan hari ke-18, tepatnya pada tanggal 6 Mei 2021 diisi oleh Ibu Nyai Isti'annah Ghazali M. HL. Beliau adalah seorang perempuan kelahiran Sumenep, 2 Mei 1981 dan saat ini aktif mengajar sebagai dosen di IAIN Pekalongan. Tema yang beliau sampaikan pada saat itu ialah bab tentang "Alat kontrasepsi dalam mengatur kehamilan".

Pada saat mengikuti kelas ini, saya sangat antusias sekali, karena kajian tentang alat kontrasepsi masih sangat jarang saya temui di lingkungan saya. Dan menurut saya pengetahuan tersebut juga mesti atau bahkan wajib diketahui oleh laki-laki dan perempuan, terutama yang hendak mempersiapkan diri menuju bahtera rumah tangga. Sebab, seperti halnya yang disampaikan oleh Kang Faqih, bahwa segala hal yang berkaitan dengan urusan rumah tangga ialah menjadi tanggung jawab

bersama, termasuk urusan mengatur kehamilan.

Pada kesempatan tersebut Ibu Nyai juga membuka kajian dengan satu pernyataan yang sangat populer, yaitu tentang larangan memakai alat kontrasepsi karena dianggap tidak sejalan dengan ajaran Islam. Bagi sebagian masyarakat memakai alat kontrasepsi memang diyakini akan membunuh bayi secara samar. Di sisi lain, terdapat juga sebuah hadis yang oleh sebagian masyarakat dijadikan argumentasi untuk melarang seseorang memakai alat kontrasepsi. Misalnya hadis Nabi Saw yang berbunyi, "*Nikahilah perempuan yang penyayang dan produktif*".

Membicarakan alat kontrasepsi atau biasa disebut dengan program Keluarga Berencana (KB) memang kerap kali menimbulkan banyak pendapat, terutama di kalangan masyarakat. Sebagian masyarakat ada yang membolehkan memakai alat kontrasepsi, dan ada juga yang melarang. Salah satu tokoh yang menolak adanya program KB, yaitu KH Mishbah Musthafa. Ketidaksetujuan beliau terhadap program KB ditegaskan dalam karyanya, tafsir al-iklil fi ma'ani at-tanzil.

Namun tidak sedikit masyarakat yang setuju bahkan sebagai pengguna alat kontrasepsi. Hal ini dilakukan dengan berbagai alasan, misalnya jika melihat dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* karya Kang Faqih, setidaknya terdapat tiga alasan dan tujuan dalam menggunakan alat kontrasepsi, yaitu; karena alasan kesehatan, karena alasan ekonomi, dan alasan untuk

menjaga kecantikan atau penampilan.

Alat Kontrasepsi dalam Pandangan Islam

Untuk menentukan suatu hukum dalam Islam tentu harus merujuk pada sumber ajaran Islam (*mashadir al-ahkam*), yaitu, al-Quran, as-Sunnah, ijma' dan qiyas. Dalam al-Qur'an tidak dijumpai ayat yang secara tegas melarang atau membolehkan seseorang untuk memakai alat kontrasepsi dalam bentuk apapun. Tetapi ada beberapa ayat Al-Qur'an yang memiliki korelasi terkait isu ini.

Selain Al-Qur'an kita juga perlu untuk merujuk pada hadis-hadis Nabi. Menurut Ibu Nyai Isti'ana, ada hadis Nabi yang membahas perihal 'azal'. 'azal adalah satu metode paling sederhana dalam mencegah kehamilan. Secara sederhana 'azal bisa dimaknai sebagai hubungan yang terputus. 'Azal dalam pandangan ulama fikih adalah ketika seorang suami melakukan hubungan suami istri (bersenggama) dan hampir mencapai ejakulasi, kemudian suami menarik keluar zakarnya dan mengeluarkan sperma di luar vagina istrinya.

Para ulama berselisih pendapat tentang hukum 'azal. Terkait kebolehan dan kemakruhan 'azal, para ulama terbagi menjadi empat kelompok, yaitu; *Pertama*, golongan yang membolehkan melakukan 'azal secara mutlak tanpa syarat apapun. *Kedua*, kelompok yang mengharamkan secara mutlak. *Ketiga*, kelompok yang membolehkan dengan catatan harus

mendapatkan izin dari istrinya, dan *keempat*, kelompok ulama yang membolehkan melakukan 'azal terhadap budak.

Imam Ghazali termasuk salah satu ulama yang membolehkan 'azal. Juhur ulama juga menghukumi boleh bagi seorang suami melakukan 'azal dengan catatan mendapat izin dari istrinya. karena 'azal memungkinkan dapat menyakiti istri atau megurangi kenikmatan istri dalam melakukan hubungan seksual. Hal ini bertujuan agar istri tetap mendapat kenikmatan dalam hubungan seksual.

Dalil yang Membolehkan Melakukan 'Azal

Ibu Nyai menyampaikan bahwa setidaknya ada lima hadis Nabi yang dijadikan dalil atau hujjah oleh para ulama terkait dengan kebolehan 'azal. Di antaranya hadis yang diriwayatkan oleh Bukhori Muslim, dari Abu Daud mengatakan bahwa Nabi Saw bersabda "*Pada masa Nabi kami pernah melakukan 'azal*".

Dalam riwayat lain juga dinyatakan, "*Kami melakukan 'azal, kemudian orang yahudi menuduh bahwa sesungguhnya 'azal disamakan dengan membunuh janin, kemudian kata Nabi perkataan orang yahudi itu tidak benar. Jika Allah menghendaki untuk menciptakan seorang manusia, maka tidak ada yang mampu menghalanginya*".

Sebagaimana yang dikutip dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* halaman ke-78, bahwa Imam al-Ghazali dalam kitab *Ihya* telah

meringkas tentang kebolehan melakukan *`azal*. Setidaknya ada empat hal hasil ringkasan Imam Ghazali dalam kitab tersebut. *Pertama*, *`azal* dibolehkan terhadap budak perempuan. *Kedua*, *`azal* diperbolehkan karena alasan untuk memelihara kecantikan atau penampilan perempuan, karena jika perempuan terus menerus hamil akan berpengaruh terhadap hormonal dan fisiknya, yang kemungkinan akan dijadikan alasan oleh suami untuk meninggalkannya.

Ketiga, karena faktor ekonomi. Al-Ghazali menegaskan adanya kekhawatiran seorang ayah atau ibu akan terjadinya kesulitan dan kesengsaraan ekonomi karena sebab banyaknya anak. Menurut pemaparan Ibu Nyai Istifanah yang dikutip dari kitab *fiqh sunnah* menyebutkan bahwa “jika seorang laki-laki (ayah) dalam kondisi lemah, baik secara ekonomi atau jika seorang ayah tidak memiliki kemampuan dalam mendidik anaknya dengan baik, atau jika seorang perempuan (ibu) dalam kondisi lemah secara fisik untuk menjalani kehamilan dan juga menjalani proses melahirkan secara terus menerus, maka dalam kondisi semacam ini dibolehkan untuk melakukan pencegahan kehamilan. Bahkan dalam kondisi seperti ini, ada sebagian ulama tidak hanya menghukuminya mubah, tetapi hukumnya sampai pada kategori sunnah”.

Selain itu, kita juga bisa melihat bahwa samapi hari ini data kematian ibu dari tahun ke tahun terus meningkat. Seperti dalam catatan Loka Data, yang menyatakan bahwa dalam

data World Bank Indonesia menduduki posisi ketiga Angka Kematian Ibu (AKI) tertinggi pada tahun 2017 dengan 177 kematian per 100 ribu kelahiran.

Salah satu faktor penyebab terjadinya AKI adalah; usia ibu yang terlalu tua atau terlalu muda, dan jarak kelahiran yang terlalu dekat. Seperti yang disampaikan oleh Dr. Dewi dalam wawancara yang dilakukan oleh detik.com pada 10 Mei 2010 mengatakan bahwa “tingginya AKI antara lain dipicu oleh 4 kondisi kehamilan yang tidak ideal, yaitu kehamilan terlalu muda (kurang dari usia 18 tahun), usia yang terlalu tua (di atas 34 tahun), jarak kehamilan terlalu dekat (kurang dari 2 tahun), dan kehamilan terlalu banyak (lebih dari 3 anak).

Dengan begitu menurut Dr. Dewi untuk mencegah 4 kondisi tidak ideal tersebut, dibutuhkan pengaturan kehamilan melalui alat kontrasepsi. Yakni untuk menunda, menjarangkan dan membatasi kehamilan.

Dalil yang Melarang Melakukan `Azal

Sebagaimana penjelasan di atas bahwa para ulama berbeda pendapat tentang kebolehan dan larangan melakukan `azal. Adapun dalil yang dijadikan argumentasi oleh sebagian para ulama yang melarang `azal ialah sebuah hadis nabi yang menyatakan, “*Suami yang melakukan hubungan seksual dengan istri yang sedang hamil itu tidak berbahaya. Kemudian ada yang bertanya tentang hukum `azal, dan Nabi menjawab bahwa `azal*

sama dengan pembunuhan bayi secara samar".

Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, hadis di atas menjadi dalil yang kuat untuk menyatakan bahwa *'azal* sama halnya dengan membunuh bayi secara samar. Dengan begitu hukumnya dilarang. Tetapi dalam pernyataan Ibu Nyai, sebagaimana dikutip dari kitab *subulussalam*, hadis yang melarang *'azal* seperti yang diriwayatkan oleh Judamah bahwa pelarangan *'azal* tidak sampai pada tingkatan haram, tetapi hanya sampai pada kategori makruh tanzih.

Namun jika dicermati secara dhahir seakan-akan terjadi *ta'arud* (bertentangan) antara hadis yang membolehkan dan melarang *'azal*. Dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* dijelaskan bahwa hadis tersebut jika dilihat dari segi kesharihannya dan keshahihannya tidak bertentangan, karena kedua hadis itu sama-sama memiliki kategori dan memenuhi kualitas hadis shahih. Tetapi, dalam kedua hadis tersebut terjadi *ta'arud fi al-makna* (secara makna bertentangan).

Jadi sebagaimana yang dinyatakan oleh Ibu Nyai, dalam menyikapi hal tersebut perlu dilakukan kompromi dalam pemaknaan teks-teks tersebut, caranya yaitu dengan menggunakan teori *al-jam'u wa al-taufiq* yaitu dengan mengkompromikan dua dalil yang tampak bertentangan, dan mengamalkan keduanya sesuai konteksnya.

Bagaimana Hukum Mencegah Kehamilan Selain dengan Metode `Azal?

Dewasa ini dunia makin berkembang dan maju. Hal ini mempengaruhi juga pada alat-alat kesehatan yang bisa kita gunakan, termasuk alat kontrasepsi. Jika pada masa nabi alat yang biasa digunakan untuk mengatur kehamilan hanya terdapat metode `azal, lain cerita dengan zaman sekarang. Saat ini alat kontrasepsi bisa dilakukan dengan banyak hal, seperti IUD, meminum pil KB, suntik KB, atau bahkan bisa dengan vasektomi dan tubektomi.

Dalam penjelasan Ibu Nyai Isti'anah, Islam memang memperbolehkan memakai alat kontrasepsi. Tetapi kebolehan tersebut mempunyai batas waktu yang ditentukan, bukan untuk selama-lamanya. Sebagaimana pendapat Imam Syamsuddin Bin Muhammad dalam karyanya, *Nihayatul muhtaj*, sebagaimana dikutip dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* halaman 79, bahwa menggunakan alat kontrasepsi dengan obat diperbolehkan dengan syarat harus dilakukan setelah proses ejakulasi.

Dalam kitab *hasyiyah al-bujairimi* juga dijelaskan bahwa boleh hukumnya mencegah kehamilan dengan masa waktu tertentu (*muddatan*) dan tidak sampai memutus proses terjadinya kehamilan secara mutlak. Itulah mengapa para ulama kontemporer yang diwakilkan dalam fatwa Nahdlatul Ulama menyatakan bahwa vasektomi dan tubektomi itu dilarang atau haram.

Sebab larangan melakukan vasektomi adalah, karena vasektomi merupakan usaha mengikat atau memotong saluran benih pria (*vas deferens*) sehingga laki-laki tersebut tidak bisa menghamili. Sedangkan pada perempuan dinamai tubektomi, yaitu usaha mengikat atau memotong kedua saluran telur, sehingga perempuan tersebut tidak bisa hamil. Oleh karenanya kedua hal tersebut dilarang, karena secara nyata dapat memutus rantai garis keturunan dan generasi penerus bangsa, negara, dan agama.

Namun, fatwa Nahdlatul Ulama ini dari tahun ke tahun selalu berbeda. Pada kurun waktu kurang lebih 30 tahun yaitu pada tahun 1979 sampai pada tahun 2012 vasektomi dan tubektomi difatwakan haram. Namun saat ini vasektomi dan tubektomi dibolehkan dalam kondisi-kondisi tertentu mislanya karena alasan medis. Hal ini sesuai dengan kaidah fiqh;

الضرورات تبيح المحظورات

“Mudharat dapat membolehkan sesuatu yang dilarang”.

Dengan begitu, berdasarkan uraian di atas, bu nyai menjelaskan bahwa pencegahan kehamilan baik dengan cara *'azal* dan selain *'azal* adalah dibolehkan dan tidak bertentangan dengan ajaran Islam.

Siapa yang Berhak Memakai Alat Kontrasepsi?

Selain berbicara soal hukum boleh dan tidak bolehnya

menggunakan alat kontrasepsi, penting juga untuk dikaji tentang siapa sebenarnya yang berhak dan wajib menggunakan alat kontrasepsi, apakah suami ataukah istri. Selama ini kita pasti tau bahwa orang yang paling banyak menggunakan alat kontrasepsi adalah perempuan. Padahal alat kontrasepsi mempunyai beberapa dampak negatif yang akan dirasakan oleh perempuan. Misalnya pendarahan, rasa sakit ketika berhubungan seksual, rasa sakit pada perut bagian bawah, menurunnya gairah seksual dan gampang tumbuh jerawat.

Hal ini yang juga dialami oleh Ibu Nyai Isti'anah, beliau bercerita tentang pengalamannya selama menggunakan alat kontrasepsi berupa IUD. Dari ceritanya, beliau mengalami rasa sakit pada perut bagian bawah ketika awal-awal memutuskan untuk memasang IUD pada tubuhnya. Walaupun beliau bertahan dan berhasil menggunakan IUD selama lima tahun.

Selama mendengarkan cerita pengalaman Ibu Nyai dan curhatan teman-teman perempuan lain di room chat zoom meeting, tiba-tiba dalam benak saya terlintas sebuah pertanyaan yang sangat sederhana yaitu tentang “apakah yang berhak memakai alat kontrasepsi ini hanya perempuan saja?” Ternyata pertanyaan yang saya tidak sempat saya ngkapkan itu, banyak juga ditanyakan oleh jamaah kelas intensif Ramadan yang lain.

Dengan begitu Ibu Nyai menjelaskan sebagaimana yang terdapat dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* bahwa salah satu

pondasi rumah tangga itu adalah musyawarah antara suami dan istri. Keduanya harus memutuskan segala hal yang berhubungan dengan urusan rumah tangga atas dasar hasil musyawarah, termasuk dalam memutuskan siapa yang akan memakai alat kontrasepsi dan alat apa yang akan dipilih. Sehingga dalam memakai alat kontrasepsi dalam bentuk media apapun harus didasarkan pada keputusan bersama dan tidak boleh ada paksaan.

Dengan begitu, berdasarkan penjelasan di atas perempuan bukan pihak yang berhak untuk memakai alat kontrasepsi, sebagaimana realitas yang banyak terjadi saat ini. Jika laki-laki justru dirasa lebih nyaman dan aman dalam menggunakan alat kontrasepsi, maka dengan bermusyawarah, suamilah yang dianjurkan untuk memakainya.

Interaksi Ibu Nyai Isti'anah dengan Peserta Kelas Intensif Ramadan

Selain menyampaikan pemaparan terkait interpretasi terhadap kitab *Manba' as-Sa'adah*, Ibu Nyai Isti'anah juga memberikan kesempatan pada semua peserta untuk bertanya atau menganggapi materi yang sudah disampaikan. Adapun beberapa pertanyaan yang saya angkat dalam tulisan ini ialah;

Pertanyaan:

1. *Perkenalkan nama saya Endang. Ibu Nyai, dulu sewaktu Sekolah SMA, saya pernah mendengar tentang satu*

pernyataan bahwa, “Kita harus mempunyai keturunan yang banyak, karena banyak anak, banyak rezeki”. Namun, pada kenyatannya, banyak juga keluarga yang memang mempunyai banyak anak, tetapi mereka mengalami kesulitan. Kemudian salam satu kesempatan, saya pernah mendengar bahwa kita bisa mematahkan pernyataan tersebut dengan firman Allah surat an-Nissa ayat 9 yang artinya “... dan janganlah kamu meninggalkan generasi yang lemah”. Bagaimana pendapat Ibu Nyai?

Islam memang menganjurkan untuk memperbanyak keturunan. Akan tetapi, di sisi lain kita juga tidak boleh menutup mata dari realitas yang tengah terjadi di hadapan kita. Jika memang kondisi suami dan istri tidak memungkinkan untuk merawat dan mendidik anak yang banyak, maka memakai alat kontrasepsi untuk mencegah kehamilan itu diperbolehkan. Hal ini didasarkan pada pernyataan Imam Syafi’i bahwa jika ada seorang bapak yang kurang mampu mendidik anak secara baik, karena terlalu banyak anak. Atau seorang ibu yang kondisi fisiknya lemah, sehingga tidak mungkin untuk terus meneruskan hamil, maka diperbolehkan untuk memakai alat kontrasepsi.

Alat kontrasepsi bertujuan untuk *darul mafasid*, yaitu menolak segala bentuk keburukan, baik kepada pihak perempuan, pihak laki-laki, dan juga pada anak di kemudian hari. Di sisi lain, sebagai seorang muslim kita juga diperintahkan untuk melahirkan generasi yang berkualitas. Oleh sebab itu, untuk

mewujudkan hal tersebut, ibu dan bapak harus bekerjasama memberikan fasilitas yang baik, menyediakan waktu serta pikiran untuk bersama-sama merawat dan membesarkan anak dengan penuh kasih sayang.

Hal ini tentu saja berkaitan dengan surat an-Nisa ayat 9 yang disebutkan tadi, bahwa Allah melarang kita meninggalkan generasi yang lemah. Sebagaimana teks al-Qur'annya ialah;

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَةً ضَعِيفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ
وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Artinya "Dan hendaklah takut (kepada Allah) orang-orang yang sekiranya mereka meninggalkan keturunan yang lemah di belakang mereka yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) nya. Oleh sebab itu, hendaklah mereka bertakwa kepada Allah, dan hendaklah mereka berbicara dengan tutur kata yang benar".

2. Ibu Nyai mengapa alat kontrasepsi hanya diperuntukan untuk perempuan, padahal alat kontrasepsi bisa berdampak tidak baik untuk kesehatan perempuan?

Menurut saya inilah tugas pemerintah untuk membuat program KB bagi laki-laki, karena kondisi perempuan seperti yang tadi dijelaskan, sangat beresiko. Dalam persoalan KB ini memang masih banyak PR-nya. Misalnya di desa-desa informasi terkait IUD masih tabu, mayoritas mereka hanya mengetahui alat kontrasepsi berupa pil atau media suntik. Padahal pil atau

suntik KB itu dampaknya lebih banyak.

Menurut pemaparan dokter saat saya melakukan konsultasi terkait alat kontrasepsi, alat kontrasepsi yang paling aman itu adalah yang non-hormonal, seperti IUD atau kondom. Oleh sebab itu, informasi-informasi seperti ini penting sekali untuk disampaikan kepada setiap masyarakat, termasuk masyarakat desa. Dan inilah salah satu tugas kita bersama, baik secara lembaga maupun secara individu untuk menyampaikan berbagai informasi terkait alat kontrasepsi.

Di akhir pertemuan, Ibu Nyai menyampaikan beberapa hal tambahan materi sekaligus menutup kelas intensif ramadan pada ke-18 tersebut. “Perkara KB ini masih terdapat banyak PR, karena masih banyak melahirkan dampak buruk bagi perempuan. Dengan demikian, sudah seharusnya pemerintah lebih banyak menyediakan alat kontrasepsi untuk suami. Karena pemerintah wajib untuk memastikan dan memperhatikan kemashlahatan rakyatnya termasuk perempuan. Hal ini sesuai dengan kaidah fiqh:

تصرف الإمام على الرعية منوط بالمصلحة

“kebijakan pemimpin harus didasarkan pada kemashlahatan rakyatnya”.

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya bahwa hamil, melahirkan dan memiliki anak bagi sebagian keluarga dapat menimbulkan mudarat baik secara fisik, ekonomi juga masa

depan anak itu sendiri. Karena itu sebagian pasangan suami istri memilih mencegah terjadinya kehamilan. Tetapi penggunaan alat kontrasepsi dapat berdampak buruk bagi penggunanya lebih-lebih bagi perempuan, misalnya pendarahan, gangguan secara hormonal dan lain sebagainya. Jika ditimbang-timbang dampak negatif menggunakan alat kontrasepsi tentu resikonya lebih kecil dibandingkan dengan tanpa menggunakan alat kontrasepsi. Jadi opsi penggunaan alat kontrasepsi sudah tepat dan bisa dibenarkan. Hal ini didasarkan pada kaidah fiqh:

إذا تعارض مفسدتان روعي أعظمهما ضررا بارتكاب أخفهما

“Jika dihadapkan pada dua mafsadat, maka mafsadat yang lebih besar harus dihindari dengan cara mengambil mafsadat yang lebih ringan”.

Pada intinya, *Tandzim wa at-tahdid an-nasli* (KB atau alat kontrasepsi) baik dengan media *‘azal* atau lainnya adalah sebagai upaya *dar al-mafasid* (menolak segala bentuk kemafsadatan dan kemudharatan) baik terhadap ibu, (istri) maupun terhadap bapak (suami) dan tentunya terhadap anak itu sendiri. *Tandzim wa at-tahdid an-nasli* sebagai ikhtiar *jalbul masahalih* yaitu untuk mewujudkan keluarga mashlahah, bahagia dan sejahtera.[]

Profil Nyai Isti`anah Ghazali

Ibu Nyai Istianah Ghazali atau yang kerap disapa dengan panggilan Isti dilahirkan di Sumenep pada Sabtu 2 Mei 1981.

Beliau memulai pendidikannya dengan belajar di Madrasah Idadiyah Salafiyah Situbondo, lalu melanjutkan pendidikannya masih di lingkungan yang sama Situbondo, yaitu di MA AD Aly Salafiyah Situbondo.

Setelah menyelesaikan pendidikannya di Situbondo, beliau kembali melanjutkan pendidikannya dan berhasil menyelesaikan studi S1 pada Fakultas Syariah jurusan hukum keluarga atau biasa disebut Ahwal Al-Syakhsiyah di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dan tidak lama kemudian beliau juga melanjutkan studi S2 di kampus yang sama di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Sementara itu, saat ini Ibu Nyai Isti berstatus sebagai seorang istri dari Kurdi Fadal, M.Si dan sudah dikaruniai tiga anak, yaitu Afiq Dylan Nafeed Bishari, Kavin Nabil Lauhi Kanizi dan Isyfi Fawwaz Samha Ramoza.

Selain fokus mendampingi anak ke tiganya yang masih balita, Ibu Nyai Isti juga saat ini aktif mengajar sebagai dosen di IAIN Pekalongan, Jawa Tengah, dan aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial bersama ibu-ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). Selain itu, Ibu Nyai Isti pernah mengikuti Pengkaderan Ulama Perempuan (PUP) daerah Jawa timur dan Kongres Ulama Perempuan (KUPI).



Nyai Hj. Fathonah K. Daud:

Hukum Aborsi dalam Kajian Kitab Mamba' as-Sa'adah

Penulis: Neny Muthi'atul A

Kehamilan kedua pihak kandungan masalah Pilih mana? Kehamilan yang tidak diinginkan menyumbang 75% kematian ibu (BKKBN) Pilih mana? Kehamilan harus diprogramkan dan merupakan keinginan dari pihak suami dan istri. Jika demikian, kehadiran janin dalam kandungan dapat membawa kebahagiaan bagi kedua pasangan dan masalah bagi keluarga. Ini adalah permulaan yang baik dan positif.

Isu Aborsi berkaitan erat dengan isu mengatur keturunan (KB), karena ada kesamaan motif mencegah kehamilan. Namun sekalipun keduanya memiliki kesamaan, namun aborsi lebih pada pengguguran kadungan setelah menjadi janin. Banyak hal yang menyebabkan aborsi, begitupun aturan dan hukumnya. Lantas bagaimana isu ini dibahas dalam kitab *Manba' as-Sa'adah*? Sebelum membahas aborsi dalam kitab *Manba' as-*

Sa'adah terlebih dahulu kita akan membahas tentang ulama perempuan yang membahas tentang aborsi dalam kelas intensif ramadhan yaitu Nyai Hj. Fathonah K. Daud. Berikut tentang Nyai Hj.Fathonah K.Daud:

Profil Nyai Hj. Fathonah K. Daud

Perempuan kelahiran Lamongan dengan panggilan Fathonah K Daud, sejak kecil, Fathonah telah ditempa pendidikan agama dan dasar keimanan yang kuat, dengan kedua orang tua Kasuwi Daud dan Hj. Tamonah Jasuki, tetapi ayah Fathonah meninggal lebih awal diwaktu Fathonah masih kelas 4 MI Mathlaul Anwar Simo Lamongan.

Setelah lulus dari MI Fathonah beriktikad mondok di Jombang, tepatnya di pondok pesantren Mambaul Maarif Denanyar Jombang yaitu pada tahun 1986 sampai dengan 1989. Selanjutnya Fathonah masuk di MAPK Denanyar Jombang dengan bertempat di PP Al-Aziziyah Denanyar Jombang.

Sementara itu Fathonah K Daud adalah sosok yang bisa diterima dengan baik oleh semua kalangan baik kalangan akademik maupun kalangan masyarakat luas. Fathonah K Daud menyelesaikan sarjana S1 Universitas al-Azhar Cairo Mesir dengan beasiswa kemudian melanjutkan magister S2 Universitas Kebangsaan Malaysia juga dengan beasiswa. Dan menempuh pendidikan doktor sampai saat ini di Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Gunung Djati Bandung.

Fathonah K Daud juga aktif di berbagai organisasi salah satunya adalah beliau sebagai pendiri dan ketua majllis taklim al-Fath pada tahun 2012 sampai sekarang, dan sekaligus beliau juga aktif semasa kuliah di al-Azhar dan aktif juga semasa kuliah di Malaysia yaitu sebagai ketua umum PCI Fatayat Malaysia pada tahun 2008 sampai 2011.

Selain itu Fathonah K Daud sebagai pengurus Forum Komunikasi Dosen Peneliti dan Kaprodi HKI IAI al-Hikmah Tuban tahun 2020 sampai sekarang. Adapun untuk karya atau buku Fathonah K Daud yaitu banyak sekali antara lain adalah tafsir ayat-ayat Hukum Keluarga, pada tahun 2020 yang diterbitkan oleh *Desanta Multiavisitama* dan beliau juga aktif menulis di berbagai jurnal nasional dan internasional.

Fathonah tidak hanya dikenal sebagai dosen tetapi juga mubaligh dan tokoh masyarakat yang sangat disegani diberbagai kalangan baik akademik maupun masyarakat luas, karena Fathonah K Daud merupakan ulama perempuan yang ramah dan lembut dalam menyikapi berbagai permasalahan yang ada di masyarakat maupun di akademik. Contoh lain sikap ramah dan lembut yang di tonjolkan Fathonah K Daud yaitu saat menjelaskan kelas intensif ramadhan dalam acara yang di selenggarakan oleh keluarga besar Mubadallah, Fathonah menjelaskan tema tentang Aborsi dengan lembut dan ramah di kalangan masyarakat kelas intensif Ramdhan,

Adapun penjelasan tentang Aborsi dalam kelas intensif ramadhan antara lain Fathonah K Daud menjelaskan tentang pengertian aborsi terlebih dahulu, berikut adalah pengertian aborsi menurut Fathonah K Daud yang mengutip dalam Kitab *Mamba'u as-Sa'adah*.

Pengertian Aborsi

Sebelum membahas aborsi lebih lanjut Nyai Fathonah K Daud yang mengutip dari penjelasan kitab *Manba' as-Sa'adah* menjelaskan tentang pengertian aborsi adalah sebagai berikut yaitu; Penghentian kehamilan dengan cara menghilangkan atau merusak janin sebelum masa kelahiran yang bisa jadi dilakukan dengan cara spontan atau dikeluarkan janin dengan dikeluarkan janin dengan cara paksa.

Menurut Fathonah K Daud, Banyak orang beranggapan bahwa aborsi ini di akibatkan oleh agensi moral atau pergaulan bebas yaitu pola keluarga yang kurang mendapatkan pendidikan dll, sehingga orang-orang yang diposisi ini adalah seseorang yang mendapatkan stigma buruk dari masyarakat sekitarnya

Padahal aborsi itu bisa jadi kepada siapa saja termasuk kalangan dari pasangan yang halal atau sudah menikah dan misalnya adalah dia belum menerima kehamilan, dan yang kedua misalnya tiba-tiba ada indikasi dari medis yaitu dokter menyuruh untuk menggugurkan karena ada alasan lain-lain dan sebagainya .

Aborsi bisa saja terjadi kepada siapa saja, dan oleh karena itu mengapa aborsi ini terjadi dan bagaimana juga posisi kita saat menghadapi orang yang galau dalam kehamilannya atau mungkin itu bisa terjadi pada kita dan itu tentu bukan yang kita harapkan, lalu bagaimana kita menjawab itu semua ?

Dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* permasalahan aborsi itu sangat berkaitan dengan KB atau Keluarga Berencana. Aborsi dan KB ini sama-sama mempunyai motif untuk mencegah kehamilan. Aborsi itu terjadi selepas bertemunya sperma dan sel telur perempuan setelah ada pembuahan. Sedangkan KB terjadi sebelum terjadinya pembuahan.

Salah satu cara untuk menggagalkan kelahiran anak adalah dengan aborsi. Membahas persoalan aborsi sudah bukan merupakan rahasia umum dan hal yang tabu untuk dibicarakan.

Hal ini dikarenakan aborsi yang terjadi dewasa ini sudah menjadi hal yang aktual dan peristiwanya dapat terjadi dimana-mana dan bisa saja dilakukan oleh berbagai kalangan, apakah hal itu dilakukan oleh remaja yang terlibat pergaulan bebas ataupun para orang dewasa yang tidak mau dibebani tanggung jawab dan tidak menginginkan kelahiran sang bayi ke dunia ini. Kelahiran anak yang seharusnya dianggap sebagai suatu anugerah yang tidak terhingga dari Allah SWT justru dianggap sebagai suatu beban yang kehadirannya tidak diinginkan.

Ironis sekali, karena di satu sisi sekian banyak pasangan suami isteri yang mendambakan kehadiran seorang anak selama bertahun-tahun masa perkawinan, namun di sisi lain ada pasangan yang membuang anaknya bahkan janin yang masih dalam kandungan tanpa pertimbangan nurani kemanusiaan.

Melihat fenomena di atas, para juris Islam tergerak untuk menyikapi. Itu terbukti dengan bertebarannya tulisan-tulisan berbentuk fatwa atau putusan hukum soal aborsi (*al-ijhadl / al-Isqath*) yang ditelurkan oleh para ulama fiqh di kalangan madzhab-madzhabnya (*al-madzahib al-arba'ah*).

Namun demikian, perbedaan terkait hukum aborsi tidak terelakkan di antara mereka. Perbedaan itu tidak hanya lintas madzhab. Intern madzhab sendiri masih memiliki celah untuk beragam dalam menyikapi aborsi.

Proses Terjadinya Anak dan Tingkat Jinayah

Setelah menjelaskan pengertian aborsi panjang dan lebar Nyai Fathonah yang mengutip kitab *Manba' as-Sa'adah* menjelaskan tentang proses terjadinya anak:

Menurutnya, penciptaan manusia itu berawal dari air mani dan darah haid (*dam at-thamats*). Keduanya muncul dari makanan. Makanan itu bisa jadi dari hewan atau tumbuh-tumbuhan. Dalam rantai makanan, makanan hewan terhenti pada tumbuhan. Sedangkan tumbuhan itu terlahir dari air dan tanah.

Pada perkembangan selanjutnya, Allah menciptakan manusia dari mani yang ada pada lelaki. Air mani ini tidak bisa menuju proses selanjutnya jika tidak bertemu dengan lawannya. Oleh karena itu, ia baru bisa lanjut jika dikeluarkan dengan bersenggama. Setelah *nutfah* keluar, ia akan mencari tempat yang bisa ia diami, yaitu rahim pada perempuan. Di situlah *nutfah* itu disimpan dan berubah menuju proses selanjutnya. Setelah *nutfah* tersimpan dalam rahim yang kokoh, ia lalu berubah menjadi '*alaqah* (segumpal darah). '*alaqah* ini adalah darah yang membeku (jamid). Selang beberapa lama, ia berubah menjadi *mudlghah* (segumpal daging). Kemudian dibuatlah tulang belulang (*'idzam*) lalu dibungkus dengan daging.

Setelah semua itu terjadi, Allah kemudian 'memofidikasi' bentuk tadi dengan menambah potensi-potensi seperti berpikir, berbicara, mendengar dan semacamnya. Inilah yang dimaksud dengan '*makhluk yang berbentuk lain.*' Dikatakan makhluk lain sebab sebelumnya, potensi-potensi tersebut masih belum ada.

Menurut Nyai Fathonah K Daud yang mengutip pada kitab *Manba' as-Sa'adah*, manusia masih menjadi *nutfah* yang tersimpan pada rahim selama empat puluh hari. Kemudian menjadi '*alaqah* selama empat puluh hari. Saat menjadi *mudlghah* pun dalam waktu yang sama. Setelah masa 120 hari (4 bulan), malaikat meniupkan ruh tanda ia telah hidup sebagai manusia.

Namun demikian, terdapat hadis lain yang menjelaskan

bahwa proses peniupan ruh itu terjadi setelah masa 40 atau 42 hari masa kehamilan. Berikut salah satu hadisnya :

“Apabila nutfah telah melewati empat puluh dua hari, Allah mengutus kepadanya malaikat, lalu membentuknya, menciptakan pendengarannya, penglihatannya, kulitnya, dagingnya, tulangnya, kemudian malaikat bertanya, “wahai Tuhanku, lelaki atau perempuankah manusia ini?” lantas Allah menentukan apa yang dikehendaki, lalu malaikat itu pun menuliskannya. Malaikat bertanya lagi, bagaimana dengan usianya? Kemudian Allah berfirman dengan apa yang Dia kehendaki lalu ditulisklah oleh malaikat. Malaikat bertanya lagi, “bagaimana dengan rizqinya?” kemudian Allah berfirman dengan apa yang Dia kehendaki lantas ditulis oleh malaikat. Kemudian malaikat keluar dengan membawa shahifah (buku) di tanganya, tidak ada yang bertambah dan berkurang (dari catatan itu).”

Hadis tersebut menunjukkan bahwa pada saat setelah 42 hari masa kehamilan, ditiupkanlah ruh tanda hidup ditandai dengan diberi penglihatan, potensi berpikir dan lain sebagainya.

Inilah yang menjadi penyebab perbedaan ulama soal kapan tidak diperbolehkannya menggugurkan kandungan sebelum masa kehamilan mencapai 120 hari. Bagi ulama yang berpedoman pada hadits pertama, hukum menggugurkan kandungan tidak sampai haram. Sedangkan bagi yang

berpedoman pada hadits kedua, jika lebih dari 40 hari masa kehamilan, haram hukumnya mengugurkan kandungan.

Selanjutnya Nyai Fathonah K Daud dalam Ngaji kelas intensif ramadhan menjelaskan tentang macam-macam aborsi yang mengutip dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* antara lain adalah sebagai berikut :

Macam-macam Aborsi dalam Kitab Mamba' as-Sa'adah

1. Aborsi Spontan/ Alamiah atau *Abortus Spontaneus*: Aborsi spontan/ alamiah berlangsung
2. ung tanpa tindakan apapun. Kebanyakan disebabkan karena kurang baiknya kualitas sel telur dan sel sperma.
3. Aborsi Buatan/ Sengaja atau *Abortus Provocatus Criminalis*: Aborsi buatan/ sengaja/ *Abortus Provocatus Criminalis* adalah pengakhiran kehamilan sebelum usia kandungan 20 minggu atau berat janin kurang dari 500 gram sebagai suatu akibat tindakan yang disengaja dan disadari oleh calon ibu maupun si pelaksana aborsi (dalam hal ini dokter, bidan atau dukun beranak).
4. Aborsi Terapeutik/ Medis atau *Abortus Provocatus Therapeuticum*: Aborsi terapeutik / *Abortus Provocatus therapeuticum* adalah pengguguran kandungan buatan yang dilakukan atas indikasi medik. Sebagai contoh, calon ibu yang sedang hamil tetapi mempunyai

penyakit darah tinggi menahun atau penyakit jantung yang parah yang dapat membahayakan baik calon ibu maupun janin yang dikandungnya. Tetapi ini semua atas pertimbangan medis yang matang dan tidak tergesa-gesa.

Nyai Fathonah K Daud menjelaskan dalam kitab-kitab kuning, aborsi diistilahkan dengan *al-ijhadl*. Kata tersebut berasal dari kata *jahadla-ajhadla* yang berarti melahirkan dengan tidak sempurna. Fiqh mengartikan kata itu dengan keluarnya janin dari perempuan yang belum sempurna masa kehamilannya, baik itu disengaja atau spontan. Dalam bahasa lain, fuqaha menamainya dengan *isqath al-hamli* (اسقاط الحمل)

Selanjutnya Fatonah K Daud menjelaskan dalam literatur fiqh, aborsi dapat digolongkan menjadi lima macam, yaitu; Aborsi spontan (*al-isqath ad-dzaty*), Aborsi karena darurat atau pengobatan (*al-isqath al-dlarury/ al-'ilajy*), Aborsi tidak sengaja (*al-isqath al-khata*), Aborsi yang menyerupai kesamaan (*al-isqath syibh al-'amd*), Aborsi sengaja atau terencana (*al-isqath al-'amd*). Klasifikasi ini berkonsekwensi atas sanksi yang akan dikenakan. Semua macam aborsi tersebut dikenai sanksi kecuali aborsi spontan dan darurat. Lebih jelasnya tabel berikut:

Jenis	Indikasi	Sanksi
Aborsi spontan (<i>al-isqath ad-dzaty</i>)	Alamiah, tidak ada rekayasa.	Tidak ada
Aborsi karena darurat atau pengobatan (<i>al-isqath al-dlarury / al-'ilajy</i>)	Medis, ada kelainan, membahayakan ibu.	Tidak ada
Aborsi tidak sengaja (<i>al-isqath al-khata'</i>)	Medis, fisik, ada tindakan tertentu yang tidak disengaja dan berdampak pada keguguran janin.	Membayar denda/ uang tebusan
Aborsi yang menyerupai kesamaan (<i>al-isqath syibh al-'amd</i>)	Medis, fisik, ada tindakan tertentu yang disengaja, berdampak pada keguguran janin.	Membayar denda/ uang tebusan.
Aborsi sengaja atau terencana (<i>al-isqath al-'amd</i>)	Medis, fisik, ada tindakan tertentu yang dimaksudkan untuk menggugurkan kandungan.	Pidana, hukuman setimpal sesuai usia kandungan

Pendapat Fuqoha Mengenai Aborsi

Menurut Fathonah K Daud ada 1 halaman setengah dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* yang menjelaskan tentang aborsi tetapi dalam penjelasan kelas intensif ramadhan Fathonah menjelaskan dengan singkat mengenai pendapat fuqoha antara lain adalah sebagai berikut;

Kalangan Hanafiyah memperbolehkan praktek aborsi sebelum masa kehamilan mencapai 120 hari. Setelah masa itu, aborsi haram. Menurut kalangan ini, setelah masa kehamilan mencapai 120 hari, ruh kehidupan sudah ditiupkan kepada janin. Pendapat lain dari kalangan ini mengatakan setidaknya

hukum aborsi itu makruh bila dilakukan tanpa *uzur*. Sedangkan jika ada *uzur* yang bersifat mendesak, sebagian dari kalangan ini memperbolehkan (mubah) dan sebagian yang lain setidaknya masih menghukumi makruh. Pendapat ini agak mirip dengan yang disampaikan Hanabilah.

Madzhab Syafiyah menuturkan, sebelum masa kehamilan mencapai 40, 42, atau 45 hari aborsi boleh dilakukan namun makruh. Kendatipun demikian harus ada kesepakatan antara suami-istri dan tidak menimbulkan bahaya pada ibu hamil. Setelah masa 40 hari, aborsi haram dilakukan. Sedangkan madzhab Malikiyah, aborsi tidak boleh dilakukan meskipun masa kehamilan belum sampai pada masa 40 hari.

Perbedaan pendapat di atas berangkat dari perbedaan pemahaman tentang kapan sebenarnya janin itu sudah mulai 'hidup' dan disebut manusia. Secara general-substansial, keempat madzhab di atas sepakat bahwa aborsi haram dilakukan ketika sudah ditiupkan ruh kehidupan pada janin (*nafkh ar-ruh*). Akan tetapi, kapan ruh kehidupan ditiupkan kepada janin tersebut itulah sumber perbedaannya.

Menyikapi Aborsi

Nyai Fathonah K Daud menjelaskan yang mengutip dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* pertimbangan al-Ghazali dalam mengharamkan aborsi tanpa memandang usia kehamilan sebagaimana ulama yang lain adalah 'wujud' dari terbentuknya

manusia. Pada mulanya, manusia sudah wujud ketika sperma dan ovum bersatu dalam rahim (*qararin makin*). Jika pada fase ini dilakukan aborsi, ini merupakan tindakan kriminal kepada makhluk yang sudah *maujud*. tindakan aborsi ini haram dilakukan. Dan pada fase selanjutnya, keharaman melakukan aborsi semakin bertambah.

Nyai Fathonah menjelaskan bahwa pembahasan al-Ghazali menyangkut aborsi diselipkan dalam pembahasan adab *mu'asyarah bil ma'ruf*. Itu artinya, bab ini menyangkut hubungan pasca nikah. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa keharaman melakukan aborsi dalam perspektif al-Ghazali ini berada dalam bingkai nikah. Dengan demikian, tentu lebih haram apabila aborsi dilakukan sebab hubungan gelap di luar nikah, apapun alasannya.

Meskipun demikian, dalam memutuskan hukum aborsi pasca nikah ini, al-Ghazali tidak melihat berbagai pertimbangan motif aborsi dilakukan. Al-Ghazali tidak memberikan keleluasaan bagi wanita untuk mendapatkan hak reproduksinya. Al-Ghazali tidak memberikan peluang bagi wanita yang mendapat bahaya dengan kehamilannya. Seharusnya, jika mengikuti pendapat hanafiyah, kalau sampai menimbulkan mudlarat pada ibu janin, maka lebih baik diaborsi sebab ibu janin telah nyata ada, sementara janin tersebut masih mungkin ada.

Dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* Al-Ghazali membedakan

antara tindakan aborsi (*al-ijhadl*) dan *'Azl*, yakni tindakan suami mencabut kemaluannya dari kemaluan istri setelah ejakulasi. Meskipun keduanya sama-sama bisa menghalangi terlahirnya anak, akan tetapi *'Azl* bukan merupakan tindakan kriminal terhadap sesuatu yang sudah maujud. Berbeda halnya dengan aborsi (*Ijhadl*).

Peserta Bertanya Nyai Fathonah Menjawab

1. Ana mutholib: Bagaimana kemungkinan paling bahaya jika seseorang melakukan aborsi?
2. Anam: Bagaimana menanggulangi seseorang yang ingin melakukan aborsi karena kehamilannya krna hasil hubungan dilur nikah atau korban pemerkosaan?
3. Bagaimana langkah yang sederhana dan bisa meredakan kasus aborsi tersebut ?
4. Endang Dwi: Bagaimana menanggapi kasus tentang Legalisasi aborsi?
5. Festi : Islam memandang praktek aborsi bagi korban atau penyintas perkosaan ?
6. Lilik: Aborsi karena anak cacat, bagaimana hukumnya melakukan aborsi?

Jawaban pertama, membedakan proses aborsi dimana bu nyai Fathonah K Daud menjelaskan antara lain yaitu inilah yang menjadi perdebatan ulama tetapi tidak menggunakan istilah 20

minggu, akan tetapi sebelum di tiupkan ruhnya, jadi kalo as-samani membolehkan aborsi yang sebelum di tuiupkan ruhnya karena memang disini dikalangan fuqoha itu ada perdebatan pendapat, jadi menurut nyai Fathonah K Daud kalopun ada yang membolehkan sebelum di tiupkan ruh itu ada beberapa yang membolehkan. Jadi sejak awal masuknya mani air sperma kepada perempuan itu juga harus di hormati karena istilahnya dalam kitab *Manba' as-Sa'adah Hayawan al-Mardhyya* yaitu sejenis senyawa yang sudah ada kehidupannya juga.

Kedua: Nyai Fathonah K Daud Menjelaskan bahwa di dalam hukum fiqh maupun hukum positif itu adalah memberikan dukungan kepada wanita-wanita yang hamil di luar nikah atau hubungan perkosaan, yaitu salah satu alternatifnya adalah kita nasehati dulu, dalam artian nasehati yang di jelaskan oleh Nyai Fathonah K Daud adalah memberi dukungan moral bukan berarti kita cepat-cepat kita paksa gugurkan kandungan si janin tersebut, karena ini melibatkan jiwa diri si perempuan tersebut. Yang paling penting menurut Nyai Fathonah K Daud dalam menanggapi kasus pertanyaan kedua tersebut yaitu harus saling menguatkan, karena kasus tersebut mungkin sudah terjadi jadi harus dikuatkan karena terkadang perempuan-perempuan tersebut tidak paham dengan hal-hal yang berkaitan dengan aborsi tersebut

Ketiga: Nyai Fathonah K Daud menjelaskan bahwa ini adalah salah satu kerja-kerja kita, diantaranya adalah termasuk

pemahaman tentang dampak pemahaman tentang seksual bebas, itu juga belum di ketahui oleh kalangan remaja kemudian masalah gender, termasuk tentang pemahaman tentang kesehatan reproduksi, dan pemahaman tentang pendidikan agama. Hal tersebut sangat penting.

Nyai Fathonah dalam menjawab pertanyaan keempat: Legalisasi aborsi atau memberikan kemudahan para korban menurut bu nyai itu tidak masalah, jadi legalisasi tersebut bukan berarti bermakna umum akan tetapi di bukunya K.H Hasyim Muhammad bahwa beliau mengharamkan aborsi dalam pernikahan atau dalam keluarga, karena memang tidak ada alasan yang tepat. Jadi, makna legalisasi tersebut adalah kasus-kasus tertentu.

Kelima: Jadi, kalau wanita itu korban pemerkosaan hasil zina sebelum ditiup ruh itu boleh (mutlak) jadi tidak masalah karena khawatir akan ada madhorot karena memang itu kehamilan yang tidak di kehendaki, intinya dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* itu termasuk kategori *al-Ibbahah Mutlaqon*.

Keenam; Aborsi karena anak cacat, biasanya ada pemberitahuan dari dokter bahwa anak itu bantet atau yang lainnya itu dipandang boleh, karena ada alasannya atau ada udzurnya, termasuk dalam catatan medis itu dibolehkan aborsi dan medis akan mengasih perhatian untuk hal-hal tersebut.

Kesimpulan Nyai Fathonah K Daud pada pembahasan

kali ini adalah seperti apa yang telah di sampaikan oleh Nyai Fathonah K Daud, yaitu kehamilan itu harus di programkan dan atas betul-betul kesiapan kita dan pasangan kita. Jangan pernah sekali-kali melakukan hal tersebut sebelum waktunya, karena dampaknya adalah kepada masalah psikologis. Oleh karena itu, agar bisa membahagiakan yaitu harus melalui dengan program yang baik.

**Tidak Untuk
Disebarluaskan!!!**



Nyai Silvia Rahmah:

Memasuki Masa Menopause dan Andropause: Pasrah atau Mengeluh?

Penulis: Anam Mutholib

Nyai Silvia Rahmah. Kelahiran Sukabumi 23 Januari 1983 yang kini menetap di Pondok Pesantren Al-Khøeriyah Ciherang Cibeureum, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat tersebut menjadi satu dari 20 narasumber “Kelas Intensif Ramadhan Bersama 20 Ulama Perempuan Nusantara” yang digelar oleh Mubadalah.id bekerja sama dengan Rahima dan Fahmina Institute. Bu Nyai Silvia Rahmah mengupas kitab *Manba’ as-Sa’adah*, khususnya bab terakhir dengan tema “Menopause dan Andropause”.

Sangatlah pas menampilkan Nyai Silvia Rahmah karena sederet pengalaman keilmuannya, baik yang ia timba melalui sekolah formal maupun nonformal. Ketika menimba ilmu SI beliau mengambil double degree yakni di jurusan Tafsir Hadits UIN Syarif Hidayatullah dan di jurusan Sastra Inggris STIBA

Nusa Mandiri Ciputat.. Gelar magister ia peroleh dari ICAS-Paramadina konsentrasi *Islamic Mysticism* dan di UIN Sunan Gunung Djati konsentrasi Pendidikan Al-Qur'an Hadits, keduanya lulus pada tahun 2011.

Nyai Silvia Rahmah juga *nyantri* di Pondok Pesantren Al Masthuriyah (1998—2001), lalu melanjutkan ke Pondok Pesantren Luhur Ilmu Hadits Darus Sunnah Ciputat-Banten (2002—2006). Pendidikan semasa remaja ia tempuh di kota kelahirannya, mulai MI Al-Masthuriyah (lulus 1995), lalu MTS Al Masthuriyah (1998), dan MAK Al-Masthuriyah (2001). Biografi lebih lengkap bisa dilihat dalam tabel.

Dalam pandangan Nyai Silvia Rahmah, kitab *Manba' as-Sa'adah* mengajak kita untuk mengasah intelektualitas (terkhusus kajian kitab) dari sisi lain. Isi kitab ini berusaha memandang keberadaan perempuan sebagai manusia utuh sebagaimana halnya laki-laki, selain juga mengangkat persoalan pemberdayaan perempuan. Sebagaimana tujuan kitab ini, yakni telaga kebahagiaan untuk relasi pernikahan, isinya terasa menguatkan posisi perempuan yang sama kuatnya dengan laki-laki dalam pernikahan. Keharusan adanya relasi yang sehat dan menyehatkan.

“Saya belum membaca semua kajian kitab ini, dalam kajian intensif kemarin juga belum terlalu mendalami semua materi, jadi hanya sekilas. Namun, intinya kitab ini memberi perspektif baru dalam kajian kitab di pesantren khususnya, bahwa keluarga

menjadi dasar penting dalam membangun relasi yang sehat. Sehat fisik dan psikis dalam membangun relasi pernikahan yang baik dan kuat, yang nantinya akan menguatkan umat secara umum,” tutur Nyai Silvia, membuka diskusi.

Nyai menyentil sedikit kekurangan kitab *Manba' as-Sa'adah*, yakni tidak disebutkannya referensi yang Kang Faqih pakai dalam pembahasan tema-tema. Penyebutan referensi itu penting, karena ketika ada perspektif lain muncul, pembaca akan mengetahui referensi yang dijadikan dasar. Referensi tersebut bisa dimasukkan di catatan kaki, misalnya.

Menopause dan Andropause Pasti Terjadi

Tema Menopause dan andropause sangatlah penting dan masih satu rangkaian dengan bahasan perempuan secara utuh. Menopause dan andropause adalah kondisi yang tidak terelakkan. Kita betul-betul harus mengenal kondisi diri dan juga orang tua kita, sehingga bisa memahami kebutuhan mereka agar senantiasa nyaman dan dihargai. Masa ketika orang tua seperti kembali ke masa kanak-kanak tentunya membutuhkan kasih sayang kita secara ekstra.

“Menopause adalah satu rangkaian penuh kodrat perempuan, yang dimulai dengan datangnya haid dan diakhiri dengan berhentinya haid. Sama halnya ketika perempuan haid, ada yang merasakan kesakitan dan ada yang biasa saja, masa berhentinya haid ini juga bisa jadi ada yang menimbulkan

gejala-gejala dan dampak yang tidak menyenangkan juga dan ada yang tidak merasakannya sama sekali,” ujar Nyai Silvia, yang merasa masih sangat lemah dalam membaca kitab dan hanya sepersekian persennya saja, serasa jauh ilmunya dari Kang Faqih.

Menopause jika dikaitkan dengan menstruasi, menjadi khas perempuan. Jika dikaitkan dengan urusan memiliki keturunan, laki-laki juga bisa mengalaminya, disebut andropause. Singkatnya, perempuan tidak bisa hamil saat Menopause, dan laki-laki pun tidak bisa membuahi ketika andropause. Terkait dengan Menopause, Bu Nyai Silvia memaparkan bahwa Al-Qur’an telah mengisyaratkan adanya fase ini yang dilukis dengan indah dalam Al-Qur’an Surah at-Thalaq ayat 4.

وَاللّٰهُ يَسِّنُّ مِنَ الْمَحِيْضِ مَنْ نِّسَاكُمْ اِنْ ارْتَبْتُمْ فَعَدَّتْهُنَّ ثَلَاثَةُ اَشْهُرٍ وَّالْي لَمْ
يَحِيْضُنَّ وَاَوْلَاتُ الْاِحْمَالِ اَجَلُهُنَّ اَنْ يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ وَّمَنْ يَتَّقِ اللّٰهَ يَجْعَلْ لَّهٗ مِنْ
اَمْرِهِ يُسْرًا

*Wallaaa’ii ya’isna minal mahiidi min nisaaa ‘ikum inir
tabtum fa’iddatuhunna salaasatu ashhurinw wallaaa’ii lam
yahidn; wa ulaatul ahmaali ajaluhunna any yada’na hamlahun;
wa many yattaqil laaha yaj’al lahuu min armrihii yusraa.*

*“Perempuan-perempuan yang tidak haid lagi (Menopause) di
antara istri-istrimu jika kamu ragu-ragu (tentang masa idahnya)
maka idahnya adalah tiga bulan; dan begitu (pula) perempuan-*

perempuan yang tidak haid. Sedangkan perempuan-perempuan yang hamil, waktu idah mereka itu ialah sampai mereka melahirkan kandungannya. Dan barangsiapa bertakwa kepada Allah, niscaya Dia menjadikan kemudahan baginya dalam urusannya”.

Mengenai ayat tersebut, ada istilah *wallaaa’ii ya’isna* yang dalam tafsir Al-Misbah berarti perempuan-perempuan yang telah memasuki usia tertentu sehingga mereka berputus asa ketika tidak datangnya haid, yakni sudah memasuki masa Menopause. Dalam tafsir At-Thabari, kata *wallaaa’ii ya’isna* diartikan perempuan yang sudah berhenti haid.

Bagi laki-laki, andropause terjadi seiring dengan bertambahnya usia. Andropause bisa disebut dengan masa laki-laki non-produktif, yang datang ketika ia mulai berusia 40 tahun. Berbeda dengan Menopause, andropause tergantung pada laki-laki dalam menjaga kesehatan fisik dan kesehatan reproduksi. Pada laki-laki, masa andropause diawali dengan penurunan hormon testosterone yang terjadi secara bertahap seiring dengan pertambahan usia. Ketika bertambah usia, laki-laki akan merasa gairah seksualnya melemah, kekuatan reproduksi mulai berkurang. Namun jika ia menjaga kesehatan fisik dan seksual secara rutin, datangnya andropause akan lebih lama. Penurunan hormon testoteron pada laki-laki ini terjadi pada usia 30-an.

Mayoritas perempuan mengalami Menopause sekitar umur 40 tahun dan berhenti haid pada umur 50 tahun, namun bisa

lebih awal atau lebih akhir. Menjaga kesehatan dengan baik maupun tidak, perempuan akan Menopause juga, karena merupakan rangkaian dari sistem reproduksi perempuan mulai menstruasi, hamil, melahirkan, menyusui, dan berakhir pada berhentinya haid atau Menopause. Biasanya, masa Menopause ini ditandai dengan siklus haid yang tidak teratur. Gaya hidup dan kesehatan perempuan tentu sangat berpengaruh pada cepat atau lambatnya Menopause. Merokok, diet tidak sehat, dan kurang olahraga, misalnya, bisa mempercepat datangnya Menopause.

Pada masa Menopause, banyak terjadi perubahan fisik dan psikis, karena aktivitas pada rahim mulai menurun, seperti menurunnya hormon estrogen. Hormon ini sangat berpengaruh pada tubuh perempuan: pada pembuluh darah, kulit, rahim, jaringan payudara, penutup saluran rahim, otak, dan sebagainya. Menurunnya hormon estrogen memengaruhi siklus haid pada perempuan yang mulai tidak teratur. Berbeda dengan laki-laki. Penurunan hormon testosteron hanya terjadi pada laki-laki yang tidak sehat dan ini memengaruhi gairah seksual, yang mulai melemah.

Pada masa Menopause, vagina perempuan mulai kering yang bisa menimbulkan konflik ketika melakukan hubungan suami istri, ada rasa panas. Produksi keringat menjadi lebih banyak pada malam hari, kulit mulai keriput, tulang mulai rapuh, otot nyeri, sendi nyeri, pinggang nyeri. Semua rasa itu

menyertai proses Menopause. Menopause dan adropause ini juga sangat berpengaruh pada psikis, seperti mengalami stres, cemas, pikun, mudah marah dan tersinggung. Oleh karena itu, sebaiknya perempuan yang mengalami Menopause harus memperhatikan dan memahami kesehatannya, membiasakan pola hidup sehat dan pola pikir baik sebelum masa itu datang.

Ketika masa ini datang, dukungan dari keluarga dan lingkungan sangatlah penting, karena ketika perubahan itu muncul, suami—istri akan rentan konflik, bahkan bisa menjadi alasan bagi suami untuk mencari “kesenangan” di luar. Karenanya ketika masa ini muncul, ikatan pernikahan yang sudah dijalin sedang diuji dan ini penting bagi suami, dan lingkungan keluarga untuk tetap bisa mendukung serta memahami pasangannya.

Masa Menopause atau andropause adalah masa ketika perempuan dan laki-laki merasa lemah. Hal ini juga digambarkan dalam Al-Qur'an dengan sangat indah, yakni dalam surat al-Maryam ayat (3-6).

إِذْ نَادَى رَبَّهُ نِدَاءً خَفِيًّا. قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا
وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا. وَإِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِنْ وَرَائِي وَكَانَتِ امْرَأَتِي
عَاقِرًا فَهَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيًّا. يَرِثُنِي وَيَرِثُ مِنْ آلِ يَعْقُوبَ ۖ وَاجْعَلْهُ رَبِّي
رَضِيًّا.

Iz naadaa Rabbahu nidaaa'an khafiyyaa. Qoola Rabbi innii wahanal'azmu minnii washta'alar raasu shaibanw wa lam akum bidu'aaa'ika Rabbi shaqiyyaa. Wa innii khiftul mawaa liya minw waraaa'ii wa kaana tim ra atii 'airan fahab lii mil ladunka waliyyaa. Yarisunii wa yarisu min aali Ya'quub, waj'alhu Rabbi radiyya.

(yaitu) ketika dia berdoa kepada Tuhannya dengan suara yang lembut. Dia (Zakaria) berkata, "Ya Tuhanku, sungguh tulangku telah lemah dan kepalaku telah dipenuhi uban, dan aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada-Mu, ya Tuhanku. Dan sungguh, aku khawatir terhadap kerabatku sepeninggalku, padahal istriku seorang yang mandul, maka anugerahilah aku seorang anak dari sisi-Mu, yang akan mewarisi aku dan mewarisi dari keluarga Yakub; dan jadikanlah dia, Ya Tuhanku, seorang yang diridhai."

Ayat ini menceritakan Nabi Zakariya yang bemunajat kepada Tuhan ketika beliau sudah memasuki masa tuanya dan meminta keturunan kepada Tuhan. Dalam surah yang lain ar-Ruum (54), juga dijelaskan:

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Allahul lazii khalaqa kum min du'fin summa ja'ala mim ba'di du'fin quwwatan summa ja'ala mim ba'di quwwatin du'fanw wa

shaibah; yakhlugu maa yashaaa'u wa Huwal 'Aliimul Qadiir.

"Allah-lah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang Dia kehendaki. Dan Dia Maha Mengetahui, Mahakuasa."

Pada ayat ini Allah mengilustrasikan lemah pada masa tua ini seperti keadaan lemah pada masa awal pertumbuhan manusia. Kekuatan fisik pada masa tua ini akan melemah, beruban, namun berbeda antara individu satu dengan individu yang lain. Pada saat manusia mengalami kelemahan ini, Al-Qur'an menunjukkan pentingnya berbuat baik dan memelihara mereka terlebih pada kedua orang tua. Hal ini dijelaskan dalam surah al-Isra ayat 23-24 tentang pentingnya berbuat baik kepada orang tua.

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۗ إِنَّمَا يُبَلِّغُنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ
أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَيْهِمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا آفٌ وَلَا تُنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ۗ وَأَخْفِضْ
لَهُمَا جَنَاحَ الذَّلِيلِ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْنِي صَغِيرًا ۗ

Wa qadaa Rabbuka allaa ta'buduu illaaa iyyaahu wa bilwaalidaini ihsanaa; immaa yablughanna 'indakal kibara ahaduhumaaa aw kilaahumaa falaa taqul lahumaaa uffinw wa laa tanharhumaa wa qullahumaa qawlan kariimaa. Wakhfid lahumaa janaahaz zulli minar rahmati wa qur Rabbir hamhumaa

kamaa rabbayaanii saghiira.

“Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah berbuat baik kepada ibu bapak. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah engkau mengatakan kepada keduanya perkataan “ah” dan janganlah engkau membentak keduanya, dan ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang baik. Dan rendahkanlah dirimu terhadap keduanya dengan penuh kasih sayang dan ucapkanlah, “Wahai Tuhanku! Sayangilah keduanya sebagaimana mereka berdua telah mendidik aku pada waktu kecil.”

Sunnatullah yang Patut Disyukuri

Menanggapi pembahasan dalam kitab *Manba' as-Sa'adah* mengenai Menopause dan andropause, Bu Nyai Silvia Rahmah mengatakan, berkualitas tidaknya kita pada kehidupan ini tergantung pada respon maupun reaksi dari laki-laki maupun perempuan terhadap datangnya masa Menopause atau andropause. “Ada yang menerima dengan pasrah, mengeluh. Ada juga yang menolak datangnya masa ini dan berusaha melupakan masa ini. Dan juga ada yang meresponnya dengan wajar. Merespon dengan wajar inilah yang seharusnya kita terapkan, karena kita harus menyadari bahwa masa Menopause ini merupakan rangkaian dari siklus reproduksi pada perempuan, termasuk sunnatullah dan patut disyukuri oleh kita,” paparnya.

Nyai melanjutkan, “Sosialisasi mengenai hal itu juga sangat penting supaya semua lapisan masyarakat mengerti dan paham akan masa ini. Terlebih lagi, kita harus menikmati masa itu, merasa tenang, bahagia, dan ikhlas karena bisa sampai pada masa ini. Akan tetapi, juga harus diimbangi dengan pola hidup yang baik dan pola makan yang baik sehingga ketika masa tua atau Menopause ini datang kita bisa meresponnya dengan tenang dan berkualitas”.

Sesi diskusi dan tanya jawab pun dibuka oleh moderator acara, dan ternyata pertanyaan-pertanyaan dari peserta melampaui tema bahasan. Diskusi pun menjadi melebar, namun hal itu bisa dimengerti karena tema Menopause dan andropause ini sangat terkait dengan tema pernikahan, misalnya, selain perkara reproduksi. Berikut ini adalah tanya jawab Nyai Silvia dengan para peserta kelas intensif Ramadan.

Betulkah anak bisa lahir dengan autisme jika ayah atau ibu menikah di usia lebih dari 40 tahun? Pertanyaan ini muncul karena penanya pernah mendengarkan penjelasan dari Ibu Titi DJ Marry yang mengatakan bahwa umur hampir selalu dihubungkan dengan memiliki anak. Pada usia di atas 40 tahun, sudah semakin banyak sel tubuh yang rusak, dan fungsi organ menurun. Banyak yang umur 40 tahun menjaga kesehatan tubuh dan menjaga pola hidup yang sehat dan seimbang. Apabila usia 40 tetapi tetap sehat, umur bukanlah masalah dan faktor pencetus. Saya kenal beberapa pasangan yang di usia lebih dari 40 baru memiliki anak, dan anak-

anaknya sehat. Namun, frekuensi anak yang didiagnosis autisme ternyata lebih tinggi pada anak yang ayahnya berumur di atas 40 tahun ketika anak itu dilahirkan. Banyak laki-laki berpikir, ah yang melahirkan kan ibunya, makanya dia cuek dengan pola hidupnya. Bagaimana pendapat Ibu?

“Saya Setuju, ‘saya sependapat dengan apa yang dipaparkan Titi DJ Marry bahwa pada saat usia semakin tua, maka banyak sel tubuh yang rusak, sehingga jika dikaitkan dengan memiliki anak, tentu saat sel tubuh banyak yang rusak, berarti tubuh tidak siap untuk memproduksi, dan bisa jadi keturunan yang dilahirkan pun akan mengalami kekurangan. Namun, bukan tentang usianya, melainkan kesiapan tubuhnya untuk bereproduksi. Kalau sejak muda ia memiliki gaya hidup yang sehat, pola hidup yang baik, minum minuman yang sehat, olah raga teratur, istirahat yang cukup, serta menghindari hal-hal yang bisa merusak tubuh, seperti merokok, sehingga ia bisa menjaga ketahanan tubuhnya, termasuk ketahanan dan kesehatan dalam organ reproduksinya. Tentunya ini harus dilakukan selagi muda dan harus dilakukan dengan teratur dan cukup seimbang.”

Bagaimana respon Bu Nyai Silvia Rahmah mengenai wacana bahwa angka harapan hidup perempuan itu lebih tinggi daripada laki-laki?

“Dari referensi yang saya baca, itu bisa terjadi karena perempuan mempunyai dua kromosom X (XX) dan laki-laki

hanya memiliki satu kromosom X dan Y (XY). Jadi perempuan dengan dua kromosom X, menyimpan salinan ganda dari setiap gen, sedangkan laki-laki hanya mempunyai satu kromosom X yang kemungkinannya akan rusak seiring waktu. Perbedaan ini secara halus mengubah cara sel menua, yang hal ini diperkuat juga dengan pola hidup sehat yang mereka jalani.

Perempuan juga cenderung lebih memperhatikan kesehatan mereka dengan tidak merokok, minum-minuman keras, misalnya, berbeda dengan laki-laki. Sehingga resiko terkena penyakit lebih dekat kepada laki-laki dan kesempatan hidup pun lebih pendek. Di sisi lain, ketika perempuan haid atau menstruasi, denyut jantung mereka meningkat selama siklus menstruasi, hal ini menawarkan manfaat yang sama dengan olahraga ringan. Ini membuat risiko penyakit menurun”.

Mengapa masa Menopause perempuan itu lebih cepat daripada laki-laki dan terkadang laki-laki malahan tidak mengalami masa andropause ini?”

“Hal ini menjadi sangat penting terkait pola hidup tidak sehat, yang cenderung membuat Menopause atau andropause lebih cepat. Masa ini pasti terjadi pada semua perempuan, yang sehat maupun yang sakit. Datangnya bisa lebih awal bisa datang lebih akhir, bisa jadi perempuan memang lebih cepat menopause bisa jadi lebih telat daripada laki-laki, namun laki-laki memang bisa tidak mengalami andropause jika ia betul-betul menjaga pola hidup sehat. Di sisi lain,

kedatangannya masa menopause bisa terasa atau tidak sama sekali oleh perempuan. Masa Menopause dan andropause terkadang menimbulkan problem dalam keluarga, yakni terkait dengan hubungan seksual. Akan tetapi ketika masa ini tiba, baik laki-laki maupun perempuan, harusnya menyambutnya dan melaluinya dengan bahagia. Perempuan yang sudah Menopause justru seharusnya tidak memiliki ketakutan lagi, tinggal menikmatinya, termasuk saat hubungan seksual karena tidak khawatir akan hamil lagi. Saat gairah seksual menurun, bisa dirangsang dengan bercumbu, berciuman, pelukan, atau hal lain yang bisa memberikan kenyamanan kepada kedua belah pihak, dan ini harus didiskusikan dengan baik”.

Nyai Silvia Rahmah pada akhir diskusi mengatakan, masa Menopause ini pasti akan datang seperti datangnya masa tua. “Oleh karena itu, mari kita sambut masa ini dengan bahagia, jaga pola hidup kita, jaga pola pikir kita, *positive thinking*, agar ketika masa itu tiba, kita bisa menikmati hidup dengan berkualitas dan bisa bahagia walaupun usia kita sudah tua,” pungkasnya.

Profil Nyai Silvia Rahmah

Jawa Barat merupakan provinsi dengan bentang alam yang indah serta kebudayaan yang beragam. Terdapat banyak pesantren yang tersebar di Jabar, satu di antaranya Pondok Pesantren Al-Khoeriyah di Tasikmalaya. Pesantren yang didirikan oleh KH. Fakhruddin itu banyak mengkaji kitab

kuning. Ibu Nyai Silvia Rahmah merupakan menantu dari keluarga pondok Al-Khøeriyah dan juga menjadi staf pengajar untuk ilmu fikih (Kitab Safinatun dan Durusul Fiqhiyah), ilmu *faraidh*, ilmu hadis (Minhatul Mugits), dan ilmu akhlak (Taisirul Khalaq).

Pengalaman Keorganisasian:

- Sekretaris Umum di PR Fatayat NU Ciberang Tasikmalaya dari 2020-2023
- Koordinator Bidang Hukum, Politik dan Advokasi PAC Fatayat NU Cibeureum Tasikmalaya dari 2019-2023.
- Ketua Forum Daiyah Fatayat (FORDAF) NU di PC Fatayat NU Kota Tasikmalaya dari 2020-2025
- Pengurus Anggota Badan Koordinasi Majelis Ta'lim Masjid DKM (BKMM-DKM Cibeureum) Tasikmalaya dari 2020-2025.
- Sekretaris umum di RIMASI jakarta dari 2002-2004,
- Menteri Hadits di BEMJ Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dari 2003-2004

Pendidikan Nonformal dan Pelatihan:

- Pondok Pesantren Al Masthuriyah (1998--2001).
- Pondok Pesantren Luhur Ilmu Hadits Darus Sunnah Ciputat-Banten (2002—2006).
- Workshop Teaching Training 1 British Council di Pondok Pesantren Tebuireng Jombang
- Workshop Teaching Training 1 British Council di Pondok Pesantren Al-Hikam Malang
- Pengkaderan Ulama Perempuan (PUP) Rahima Jawa Barat, Seminar Nasional dan Lokakarya “Masa Depan Ulama Perempuan” di Jakarta,
- Pelatihan Gerakan Ibu Pintar Matematika (GIPIKA) Metode Gasing di Bandung, Pelatihan “Penguatan Kapasitas Ulama Perempuan Terhadap Isu Ekstremisme” di Tasikmalaya,
- Training Dialog untuk Fasilitator oleh AMAN Indonesia di Jakarta,
- Pelatihan Dialog Terstruktur Tasik di Tasikmalaya,
- Webinar Nasional Ilmu Hadits “Solusi Profetik Menanggulangi Pandemi Perspektif Hadits” di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Sulthan Thaha Saifiddin Jambi,

- Halaqoh Virtual Perempuan Ulama 2020 “Jalan Dakwah di Media Sosial dan Penguatan Literasi Pesantren” di Pusat Studi Pesantren Jakarta,
- Webinar Nasional “Nawal El-Saadawi dan Wajah Perempuan di Dunia Arab” di PPIKM Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora IAIN Jember,
- Halaqoh Virtual Perempuan Ulama 2021 “Jalan Dakwah di Media Sosial dan Penguatan Literasi Pesantren” di Pusat Studi Pesantren Jakarta.

Riwayat pekerjaan:

- Pengajar SMA Al Masthuriyah dari tahun 2007-2010 sebagai guru bahasa Inggris,
- Guru Ilmu Hadits di MAK Al Masthuriyah dari tahun 2009-2012,
- Editor Freelance di Penerbit Yudhistira Ghalia Indonesia Bogor dari 2005-2009,
- Editor di Grafindo Bandung dari 2011-2012, Editor Freelance DarSyafi'i Jakarta dari 2012-2013,
- Dosen di STAI Al-Masthuriyah Sukabumi dari 2007-sekarang,
- Redaktur Parenting Qobiltu.co Jakarta dari 2019-sekarang.

Profil Penulis

Ahmad Asrof Fitri. Alumni Pesantren Mahasiswa Al-Muayyad Windan, Sukoharjo, Jawa Tengah. Saat ini, selain mengajar, juga aktif melakukan penelitian, menulis, dan mengedit buku. Aktivitasnya dapat diikuti di Instagram: @a.asrof.fitri

Hifni Septina Carolina. Hifni lahir di Lampung Tengah pada 07 September 1988. Menyelesaikan studi Magister Pendidikan Biologi pada tahun 2017. Mempunyai minat pada kajian perempuan, lingkungan dan biologi. Bisa ngobrol lebih lanjut di hifnicarolina@gmail.com atau 085768233899.

Zahra Amin. Perempuan penyuka senja, penikmat kopi, pembaca buku, dan menggemari sastra, isu perempuan serta keluarga. Kini, bekerja di Media Mubadalah dan sedang menempuh pendidikan Pascasarjana Fakultas Islam Nusantara Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.

Ahmad Murtaza MZ. Pecinta V60 yang masih belajar untuk merangkai kata dan mencintai buku yang katanya sebagai jendela dunia. Berasal dari Tanah Rencong, merupakan mahasiswa Program Magister di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan konsentrasi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir.

Siti Maisaroh akrab disapa dengan 'may'. Gadis asli Lamongan Jawa Timur yang sedang menempuh program Pascasarjana di UIN Maliki Malang. Terkadang suka membaca, menulis, kuliner, berkebun, juga travelling. Sedang berusaha menyibukkan diri dengan apapun yang bermanfaat, serta mencoba menggali lebih dalam potensi yang ada dalam diri.

Sulma Samkhaty Maghfiroh. Penulis kelahiran Ungaran, Kabupaten Semarang adalah seorang guru di SMK NU Ungaran, anggota aktif Fatayat, Srikandi Lintas Iman, dan komunitas Puan Menulis. Penulis yang pernah mengenyam pendidikan di Pondok Modern Darussalam Gontor Putri ini, tertarik pada isu seputar perempuan dan anak, feminisme serta toleransi. Kenali penulis lebih dekat melalui media sosialnya @samhatynajib.

Fachrul Misbahudin atau yang kerap disapa Arul dilahirkan di Cirebon, 24 Oktober 1997. Sejak 2018, kecintaannya terhadap dunia tulis menulis, membuat Arul aktif di beberapa lembaga. Dia pernah menjadi Editor LPM Latar ISIF, Editor Laduni.id, Jurnalis Pikiran Rakyat Majalengka, hingga kini dia juga menjadi kontributor untuk menulis di Mubadalah.id. Tahun 2020 kemarin, Arul baru saja menyelesaikan pendidikan studi S1 jurusan Ekonomi Syariah di kampus Institut Studi Islam Fahmina (ISIF) Cirebon. Untuk mengenal lebih terkait pribadi Arul bisa kunjungi Facebook Fachrul Misbahudin, dan Instagram @fachrulmisbah.

Tia Istianah. Konten kreator di Mubadalah.id, kadang

menulis dan meneliti.

Ainur Rosyidah. Lahir di Gresik 18 April 1993, alamat rumah: jl.Rajawali RT 14 RW 03 Ds. Tebuwung kec. Dukun Kab. Gresik. email:ainurrosyda88@gmail.com Pendidikan: Madrasah Ibtidaiyah (2005) Madrasah Tsanawiyah (2008) Sekolah Menengah Atas Al-Karimi (2011) S1 (2016) dan S2 (2018) IAIN Tulungagung

Ahmad Dirgahayu Hidayat Lahir di Kabul, 14 Agustus 1997. Asal Desa Kabul, Kec. Praya Barat Daya, Kab. Lombok Tengah, NTB. Alamat domisili: Jln. KHR Syamsul Arifin pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo Jawa Timur. Media sosial: FB: Ahmad Dirgahayu Hidayat, IG: @dirgha14_ ra, Twitter: @dirgahayu_ahmad ----- Putra pertama dari pasangan ayahanda H. Saleh Hambali dengan ibunda Hj. Safrah ini, adalah seorang alumni sekaligus pengajar di Ma'had Aly Situbondo Jawa Timur. Sampai saat ini, masih sebagai pegiat kajian fiqh dan ushul fiqh, dan menggeluti bidang literasi kajian tersebut. Sekarang, aktif sebagai kontributor tetap media NU Online. Selain itu, juga sebagai pendiri halaqah pengajian "Lesehan" (Letih-Semangat Demi Kemanusiaan) di Ma'had Aly Situbondo dengan mengkaji kitab Qawâid al-Ahkâm fi Mashâlih al-Anâm karya Syekh Izzuddin bin Abdissalam.

Hasna Azmi Fadhilah. Staf pengajar di IPDN Jatinangor dan UT. Aktif sebagai pekerja buku di H2O Store, penulis lepas dan admin Ngaji KGI. Tertarik meneliti pada isu-isu sosial

politik, kajian keislaman dan keperempuanan. Dapat dihubungi via email hasna.af@live.com atau twitter @sidhila.

Zahra Arifia Shaumi. Lahir di Cilacap, 30 November 2001. Saat ini sedang menjadi mahasiswa aktif di jurusan Ilmu Perpustakaan, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Kesukaannya dalam bidang sosial, membuatnya turut aktif di organisasi PMII Rayon Civil Community. Ia tertarik dengan isu kesetaraan gender dan mengikuti banyak kajian-kajian yang membicarakan seputar isu kesetaraan gender, juga turut bergabung di salah satu komunitas kesetaraan gender. Saat ini sedikit banyak ia menghabiskan waktunya untuk melamun dan belajar menulis. Ia juga aktif di media sosial instagram @zahrarifias

Lailatuzz Zuhriyah, lahir di Sidoarjo pada tanggal 28 Mei 1986 adalah Dosen pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung (UIN SATU). Selain sebagai dosen, ia juga diamanahi sebagai Sekretaris Prodi Magister Pendidikan Agama Islam (S2 PAI) Pascasarjana UIN SATU sejak tahun 2019 hingga sekarang. Setelah sebelumnya memegang amanah sebagai Kepala Pusat Pengabdian kepada Masyarakat LP2M IAIN Tulungagung pada tahun 2017-2018, Sekretaris LP2M IAIN Tulungagung tahun 2018-2019, dan Kepala Pusat Studi Gender & Anak (PSGA) LP2M IAIN Tulungagung tahun 2018-2019. Perempuan yang sehari-hari mengajar Filsafat Pendidikan Islam di FTIK UIN SATU tersebut cukup intens menggeluti kajian-kajian tentang

filosofat, pendidikan, gender, feminisme, dan pesantren. Hal ini nampak dalam beberapa tulisannya yang dimuat di jurnal-jurnal ilmiah, buku dan disertasinya yang mengangkat tema feminisme di Pesantren.

Neng Eri Sofiana. Mahasiswa Pascasarjana IAIN Ponorogo yang memiliki ketertarikan dalam kajian Hukum Islam, adat Sunda dan gender. Beberapa artikel jurnalnya seperti IKRAR JATUKRAMI: IKRAR PERNIKAHAN KONTEKS SUNDA di Jurnal Salam (2019), UTILIZATION AND MAINTENANCE OF HOUSE PAWNED AS A FIKIH PERSPECTIVE di Jurnal Muamalah (2020), Sekoper Cinta: Solusi Peningkatan Kualitas Perempuan di Tatar Sunda di Jurnal Humanisma (2020), Kawin Hamil dalam Pernikahan Lotre di jurnal Muslim Heritage (2020) dan tulisan lainnya yang tersebar di beberapa prosiding, laman media Mubadalah.id dan Terakota.id.

'Ainul Luthfia Al Firda. Perempuan sulung dari orang tua hebat Bapak Sabdoko dan ibu Siti Musfiroun. Lahir di Boyolali, 9 Juli 1996. Penulis merupakan alumni MI Al-Islam 1 Ngesrep, Pondok Pesantren Darussalam Gontor Putri 3 tahun 2014, S1 Jurusan Sosiologi Agama UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dan saat ini sedang menyelesaikan studi di Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Konsentrasi Pekerjaan Sosial. Kesibukan penulis saat ini selain kuliah ialah mengembangkan bisnis kain tenun @ Nikiwætenun, menulis dan berorganisasi. Motivasi terbesar penulis ialah "*Man jadda wajada*".

Lutfiana Dwi Mayasari. Lutfiana Dwi Mayasari M.H.,M.SI adalah dosen tetap di Fakultas Syariah IAIRM Ngabar Ponorogo, dan dosen tidak tetap di IAIN Ponorogo Jawa Timur. Lahir di Ponorogo pada 21 Mei 1990. Pendidikan S1 diselesaikan pada tahun 2014 di Fakultas Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Pendidikan S2 nya diselesaikan pada tahun 2017 di Kajian Timur Tengah dan Islam Universitas Indonesia Jakarta. Dan dilanjut ke Magister Hukum keluarga Islam di IAIN Ponorogo yang selesai pada tahun 2020. Penulis juga bergabung dalam komunitas Puan Menulis, tulisan-tulisan ringannya ada di beberapa portal media online seperti; Mubadalah.id, Iqra.id, Bincangmuslimah.com, Neswa.id, dan Islami.co.

Vevi Alfi Maghfiroh. Lahir di Indramayu. Merupakan alumni Pesantren Al-Ishlah Tajug dan Pesantren Tebuireng Jombang yang menempuh pendidikan S1 di Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng dan Ma'had Aly Tebuireng Jombang dan S2 di IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Inisiator Komunitas Wadon Dermayu Menulis (Waderlis) ini kini bekerja di Media Mubadalah.

Fitri Nurajizah, biasa disapa Fitri ialah perempuan asal Garut, kelahiran 2 Februari tahun 1997. Saat ini Fitri telah lulus dari Institut Studi Islam Fahmina Cirebon, Jurusan Ekonomi Syariah. Dan bekerja sebagai salah satu admin media sosial mubadalah.id serta kontributor tulisan di website mubadalah.id. Selain itu, Fitri juga aktif mengikuti beberapa komunitas,

seperti Cherbon Feminist, Perempuan Berkisah, dan Astafih. Fitri juga sangat hobi menikmati pendakian ke gunung, perjalanan menuju puncak gunung bagi Fitri merupakan healing dan proses menyelami, mengenal serta merenungi jalan kehidupannya. Selebihnya Fitri sering mengabadikan kesehariannya di Instagram @fitrifatimatuzzahra

Neny Muthi'atul Awwaliyah, merupakan lulusan dari magister filsafat dan pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga dan sekarang adalah dosen Usuluddin Adab dan Humaniora IAIN Salatiga. Asal Pati Jawa Tengah dan aktif di kader penggerak Nahdlatul Ulama dan aktif menulis di media sosial dan bisa disapa di IG @noknenok.

Anam Mutholib, lahir di Kebumen 23 Desember 1995. Pendidikan formal TK PGRI Melati Putih Tlogodepok, SD N 2 Tlogodepok, SMP N 2 Mirit, MAN 1 Kebumen dan Lulusan Prodi Sosiologi Agama UIN sunan Kalijaga. Pendirian Non-Formal, PP Raudlotut Tholibin Kebumen dan PP Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Hobi olahraga, jelajah alam dan membaca serta menyukai hal yang berkaitan dengan kebudayaan.

