

# MUHASABAH DAN PERILAKU SEKS BEBAS

**Zaki Ismail**

Dosen UIN Sunnan Ampel Surabaya

**Abstract:** *Modernist lifestyle among teenagers could potentially cause problems of various types, such as the one promiscuity in all circles, including the students who became one of the most important items in developing nation. These conditions will lead to freedom in dealing with the opposite sex, an understanding of religious concepts are believed able to provide new stimulus to the young people, in particular to adopt a positive process of modernism. So that modernization cannot be censored by any process, especially among teenagers. In the religion of Islam itself, casual sex behavior classified in fornication and adultery itself has expressly forbidden religion, as in Al-Qur'an Surat an-Nisa verse 32 Muhasabah is one of the religious aspects of Islam which is defined as an activity of self correction through introspection and keeping her from any possible human to do that is not in accordance with religious rules. In Islam, muhasabah classified in two parts, of which muhasabah performed after doing the deed and muhasabah performed after doing the deed. What is believed by the author is to minimize free sex activity among students. This phenomenon will be discussed in this article.*

**Keywords:** *Sex, Self Introspection, Wirid and Control Emotions.*

## **Pendahuluan**

Perkembangan teknologi, informasi dan globalisasi mempunyai andil besar dalam membentuk perilaku seseorang. Seperti halnya televisi yang setiap hari menampilkan informasi yang tanpa batas baik film-film, sinetron lokal, maupun *telenovela* asing yang tanpa disadari sangat berpengaruh

terhadap perilaku seseorang. Selain itu masyarakat Indonesia harus lebih siap dalam menghadapi dan menyesuaikan diri dengan datangnya era globalisasi, penyesuaian dalam arti positif tentunya jika tidak, penyesuaian akan mengakibatkan terjadinya penggeseran nilai di dalam masyarakat. Gaya hidup *modernis* juga berpotensi menimbulkan masalah yang bervariasi seperti salah satunya pergaulan bebas di seluruh kalangan termasuk kalangan mahasiswa yang merupakan salah satu item terpenting dalam kemajuan bangsa, yang sering menjurus pada kebebasan dalam berhubungan dengan lawan jenisnya, yang pada umumnya terjadi dalam satu ikatan yang tidak sah, dalam hal ini lebih berorientasi pada hubungan seks diluar nikah hal ini banyak terjadi dikalangan remaja saat ini, terlebih jika permasalahan seperti ini menjangkit di kalangan cendekiawan bangsa seperti mahasiswa.

Secara umum dapat diartikan Mahasiswa adalah sebutan yang diberikan kepada seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Batasan usia bagi mahasiswa berkisar antara 18 - 25 tahun dan termasuk dalam lapisan *adolesent* dan remaja. Pada usia tersebut sebenarnya secara umum hormon-hormon seks telah matang. Masa remaja adalah masa yang sangat rentan terhadap permasalahan-permasalahan yang dapat mengarahkan remaja untuk melakukan seks bebas.<sup>1</sup>

Pakar seks yang juga Spesialis *Obsetri* dan *Ginekologi*, Nugraha, yang dikutip Gemari September 2001 mengungkapkan bahwa dari tahunketahui data remaja yang melakukan hubungan seks semakin meningkat. Dari sekitar 5% pada tahun 1980-an, menjadi 20% pada tahun 2000. Kelompok remaja yang masuk dalam penelitian tersebut rata-rata berusia 17 - 21 tahun, dan umurnya masih sekolah di tingkat Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA). Survey yang dilakukan oleh Pilar PKBI Jawa Tengah (2002, h.2) mengenai aktivitas mahasiswa dalam berpacaran antara lain berpegang tangan (93,3%) mencium pipi (84,6%), mencium bibir (60,9%), *necking*

---

<sup>1</sup> A. Surono, *Remaja dan Hubungan Seksual Pra Nikah*, Tabloit, Intisari, Jakarta, 1997, h .2.

(3,61%), *petting* (25%), dan melakukan *Intercourse* (7,6%).<sup>2</sup> Yang kemudian perbuatan tersebut dapat diklasifikasikan peneliti menjadi aspek-aspek dalam perilaku seks yang meliputi mencium pipi, mencium bibir, *necking*, *petting*, dan *intercourse*.

Sebagian besar masalah-masalah yang sering dikhawatirkan oleh banyak kalangan yang sering terjadi pada remaja dan khususnya mahasiswa diantaranya adalah kenakalan remaja, pergaulan bebas, penggunaan obat-obatan terlarang dan lain sebagainya. Ditambah dengan sarana yang semakin terbuka luas bagi para remaja untuk berbaur dan berinteraksi secara bebas, akan lebih memperparah kondisi remaja saat ini. Tempat-tempat hiburan malam seperti *cafe*, *diskotik*, sering digunakan sebagai tempat berkumpul bagi seseorang (remaja) untuk berinteraksi dengan lawan jenisnya, mulai dari mengobrol dan berkencan yang pada akhirnya berkemungkinan besar untuk melanjutkan dengan hubungan seksual.

Perkembangan teknologi informasi sekarang ini juga lebih berpotensi sebagai stimulus dalam perannya terhadap perilaku remaja sekarang ini, seperti halnya internet, layanan 3G dalam *hand phone*, dan lain sebagainya. Informasi-informasi itulah yang kemudian ikut mendorong terjadinya perubahan tatanan nilai di masyarakat termasuk didalamnya mahasiswa. Minimnya pengetahuan tentang seks yang masih ditambah lagi dengan mudahnya mendapatkan prasarana untuk melakukan perilaku seksual seperti di motel, vila, alat kontrasepsi, lebih mudanya rata-rata gadis mendapat haid (9-11 tahun). Serta tertundanya usia perkawinan karena tuntutan pendidikan adalah faktor yang ikut mempengaruhi seseorang melakukan kegiatan seks bebas dan kumpul kebo.<sup>3</sup> Sedangkan Sarlito menyatakan bahwa perilaku seksual adalah segala macam kegiatan yang dapat menvalurkan dorongan seksual seseorang dalam berhubungan dengan lawan jenis.<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup> [www.bkkbn.go.id](http://www.bkkbn.go.id)

<sup>3</sup> Surono, *Remaja dan Hubungan Seksual Pra Nikah*, h.2.

<sup>4</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Rajawali Press, 1997), h.

Perilaku seksual pada umumnya dapat menyebabkan beberapa dampak negatif seperti terancam putus sekolah, penolakan dan cemoohan dari masyarakat, pernikahan dibawah umur yang membuat mental mereka masih labil sehingga rentan akan perceraian, kehamilan diluar nikah, dan jika telah terjadi kehamilan maka tidak menutup kemungkinan terjadi aborsi yang nyata-nyata melanggar hukum baik hukum agama maupun hukum negara. Menurut kutipan Saraswati dalam bukunya bahwa perilaku terbentuk dimulai adanya pengetahuan. Adanya pengetahuan akan menyebabkan Individu memiliki sikap positif dan negatif. Pengetahuan tentang penyakit menular seksual yang dimiliki individu secara tidak langsung berhubungan dengan komponen efektif yang menunjukkan arah perilakunya yang kemudian individu mempunyai kecenderungan untuk menjauhi perilaku seks bebas. Minimnya pengetahuan tentang seksualitas yang dimiliki mahasiswa memunculkan perilaku seksual yang tidak sehat dan tidak bertanggung jawab. Terjadinya kehamilan, penularan penyakit seksual termasuk HIV, aborsi banyak berawal dari tidak ketahuan remaja tentang seksualitas.<sup>5</sup>

Dalam agama Islam sendiri Perilaku seks tanpa ikatan tergolong dalam perbuatan *zina* dan *zina* sendiri telah secara tegas dilarang agama seperti pada Al-Qur'an Surat Al-Nisa ayat 32 Allah berfirman "*Dan janganlah kamu mendekati Zina; (Zina) itu sesungguhnya suatu perbuatan keji, dan satu jalan yang buruk*". Diharamkannya Zina adalah karena perbuatan zina dapat menyebabkan keturunan yang pada akhirnya sangat di mungkinkan anak yang dilahirkan menjadi terlontar.<sup>6</sup> Dalam hadist riwayat Baihaqi dari Anas yang dikutip Mujab Mahalli menyebutkan ada 6 perkara yang akan diberikan Allah kepada para pezina baik yang diberikan di dunia maupun di akhirat, ke

---

55.

<sup>5</sup> Saraswati, *Hubungan Antara Penyakit Menular Seksual dengan Kecenderungan Perilaku Seks Bebas Pada Remaja*, Jurnal **Psikologi**, Vol. V, 2000, h.6.

<sup>6</sup> A. Mujab Mahalli, *Ranjau Setan Dalam Menyesatkan Manusia*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), h. 107.

3 perkara yang akan di berikan didunia adalah Hilangnya kewibawaan dari wajahnya, berkurangnya barakah umur, dan dilanda kekafiran yang terus menerus. Sedangkan 3 perkara yang diberikan di akhirat adalah mendapat kemurkaan Allah, dihisab dengan berat, dan mendapat siksa neraka.<sup>7</sup>

Masih banyak anggota masyarakat yang belum menyetujui tentang pemberian pendidikan seks baik di rumah maupun di sekolah. Hal ini mengakibatkan terbatasnya pengetahuan mahasiswa tentang seksualitas yang pada akhirnya membuat mahasiswa untuk mencari tahu sendiri informasi mengenai seks melalui teman, buku-buku Porno, *Video*, *VCD*, *DVD*, maupun *Hand Phone*. Media-media tersebut memberi peluang yang besar dalam akses Informasi tanpa sensor sehingga menambah daya dorong seksual yang sangat mungkin mengakibatkan mahasiswa terlibat dalam perilaku seks bebas. Lingkungan pergaulan yang kurang baik, melemahnya fungsi dan kontrol keluarga, serta keterasingan yang dialami mahasiswa dan kurangnya pengetahuan yang benar mengenai persoalan seksual yang sehat termasuk pengetahuan mengenai penyakit menular seksual adalah faktor penyebab timbulnya perilaku seksual di kalangan mahasiswa. Selain faktor tersebut, kurangnya aktivitas keberagamaan pada mahasiswa juga menjadi salah satu faktor penyebab timbulnya perilaku seksual.

Dalam <sup>7</sup>hal ini peneliti lebih tertarik pada konsep *Muhasabah* dikarenakan pada tataran mahasiswa, idealisme masih menjadi *mainpower* pada setiap aktivitasnya sehingga intervensi yang dilakukan sebaiknya berasal dari dalam diri pribadi seseorang (mahasiswa) akan lebih efektif daripada kegiatan-kegiatan yang bersifat kognitif ansih seperti pengajian, ceramah agama, kultum, dan lain sebagainya *Muhasabah* diartikan sebagai Introspeksi, mawas, atau meneliti diri.<sup>8</sup> Seperti kata-kata yang diucapkan oleh sahabat Umar bin Khatab *Hasibu anfusakum qabla an-tuhasabu*

---

<sup>7</sup> Saraswati, *Hubungan Antara Penyakit Menular Seksual*, h.113.

<sup>8</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam, Menjawab Problem Kehidupan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), h .83.

(koreksilah dirimu sebelum kamu dikoreksi)<sup>9</sup> hal ini menegaskan bahwa muhasabah akan membimbing seseorang pada pemahaman akan dirinya seperti kesalahan, dosa-dosa, serta perbuatan negatif yang pernah seseorang lakukan terhadap dirinya sendiri ataupun orang lain. Dalam pemahaman lain *Muhasabah* diartikan sebagai metode untuk mengatasi kekuasaan *nafsu amarah*<sup>10</sup> atas hati seorang mukmin dengan selalu mengintrospeksi diri dan menyelisihnya.<sup>11</sup> Dalam pemahaman peneliti terhadap objek penelitian *muhasabah* dilakukan dengan berdiam diri sejenak untuk mengintrospeksi diri atas apa yang akan maupun sesudah melakukan perbuatan yang menjurus pada perilaku seks bebas.

Admin menambahkan bahwa *Muhasabah* ada 2 macam, yaitu sebelum beramal dan sesudahnya. *Muhasabah* sebelum beramal yaitu hendaknya seseorang berhenti sejenak, merenung disaat pertama munculnya keinginan untuk melakukan sesuatu. Tidak bersegera kepadanya sampai benar-benar jelas baginya bahwa melakukannya lebih baik dari pada meninggalkannya. Hasan Al-Bashri seperti dikutip Admin, berkata, *Semoga Allah merahmati seorang hamba yang berfikir di saat pertama ia ingin melakukan sesuatu. Jika itu karena Allah ia melanjutkan dan jika bukan karena Allah ia meninggalkannya.* Sedangkan *Muhasabah* sesudah beramal ada 3 yaitu Intropeksi diri atas berbagai kebaikan yang telah dilakukan, yang mana adalah hak Allah, Intropeksi diri atas setiap amalan yang lebih baik ditinggalkan dari ada dikerjakan, Intropeksi diri dari perkara yang mudah.<sup>11</sup> Aktifitas *Muhasabah* dianjurkan oleh Allah dalam al-Qur'an surat Al-Hasyr; 18 sebagai berikut:

---

<sup>9</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h. 254.

<sup>10</sup> *Nafsu yang mengarah kepada perbuatan kejahatan dan kedurhakaan*, Wawan Susetya, *Biografi Nafsu Manusia Mengenal, Mengelola, dan Menaklukkan Gelegar Hawa Nafsu dalam Jiwa*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008), h. 96.

<sup>11</sup> Admin, *Muhasabah Jiwa*, Artikel pada Suryaningsih, Site. Mht. 19 September 2007, h.2.

**Artinya:**

*Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu sekalian kepada Allah, dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok (akherat), dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.*

Bermuhasabah sangatlah penting bagi setiap Muslim atas perilaku yang telah di perbuatnya.<sup>12</sup> Melalui konsep tersebut mahasiswa selayaknya mampu mengefektifkan pola fikir sebagai jalan untuk bermuhasabah sehingga mampu meminimalisir kegiatan-kegiatan yang menjurus pada perbuatan seks bebas. Namun pada kenyataannya kegiatan seperti muhasabah sendiri selalu bertolak belakang dengan aktivitas mahasiswa yang bermukim di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang. Dengan berbagai alasan seperti sulit untuk berkonsentrasi dan lain sebagainya membuat peneliti semakin tertarik untuk melakukan penelitian, sesuai dengan pendapat Ahmad Subandi dalam buku Khalil Musnawi mengatakan bahwa menghitung diri bukanlah perkara yang sulit. Mahasiswa bisa menghitung dirinya kapanpun setelah mereka melakukan <sup>12</sup>sesuatu perbuatan untuk kemudian bertobat kepada-Nya.<sup>13</sup> Tingkat Muhasabah di masyarakat pada umumnya dan mahasiswa pada khususnya mulai luntur dan bahkan mungkin tidak ada sama sekali. Mahasiswa di Kelurahan Plombokan kebanyakan belum mampu mengerti arti pentingnya aktifitas Muhasabah dan mengontrol perilakunya dengan Muhasabah itu sendiri. Mereka kurang atau bahkan melakukan aktifitas Muhasabah dan nilai-nilai agama yang diyakininya, sehingga membuat mahasiswa di terjerumus dalam perilaku Seks bebas. Barang siapa suka memperhitungkan dirinya sebelum diperhitungkan Allah, maka akan ringanlah perhitungan di akhirat

---

<sup>12</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern*, h.254.

<sup>13</sup> Khalil Al Musnawi, *Bagaimana Membangun Kepribadian Anda: Resep-resep Sederhana dan Mudah untuk Membentuk Kepribadian Islam Sejati*, Terj. Ahmad Subandi, (Jakarta: Lentera Basritama, 2008), h.67.

nanti.<sup>14</sup> Mahasiswa yang selalu melakukan aktifitas *Muhasabah* diharapkan akan senantiasa selalu berusaha untuk menjauhi perilaku seks bebas karena mengingat konsekuensi yang akan di peroleh bila tetap berperilaku seks bebas. Beberapa konsekuensi yang diperoleh adalah dosa dari perilaku seks bebas itu sendiri yang di sejajarkan dengan dosa menyekutukan Allah dan dosa membunuh.<sup>15</sup>

### **Muhasabah**

Dalam dunia tasawuf kata *Muhasabah* tidak terlalu asing didengar, *Muhasabah* diartikan sebagai Introspeksi, mawas, atau meneliti diri.<sup>15</sup> Seperti kata-kata yang diucapkan oleh sahabat Umar bin Khatab *Artinya:* koreksilah dirimu sebelum kamu dikoreksi<sup>16</sup> hal ini menegaskan bahwa muhasabah akan membimbing seseorang pada pemahaman akan dirinya seperti kesalahan, dosa-dosa, serta perbuatan negatif yang pernah seseorang lakukan terhadap dirinya sendiri ataupun orang lain. Dalam pemahaman lain *Muhasabah* diartikan sebagai metode untuk mengatasi kekuasaan *nafsu amarah* atas hati seorang mukmin dengan selalu mengintrospeksi diri dan menyelisihnya.<sup>17</sup>

Keharusan melakukan perhitungan terhadap diri sendiri (Muhasabah) dijelaskan oleh firman Allah dalam surat Al-Anbiya' 21:47

#### **Artinya:**

*Kami akan memasang timbangan yang tepat pada hari kiamat, maka tiadalah dirugikan seseorang barang sedikitpun. Dan jika (amalan itu)*

---

<sup>14</sup> Syeikh Muhammad Jamaluddin, *Mouidhotul Mukminin Min Ihya' 'Ulumuddin*, terjemah Abu Ridha, (Semarang: Asy Syifa, 1993), h.772.

<sup>15</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam, Menjawab Problem Kehidupan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), h.83.

<sup>16</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern*, h.254.

<sup>17</sup> Admin, *Muhasabah Jiwa*, Artikel pada Suryaningsih, Site. Mht. 19 September 2007, h.2.

*hanya seberat biji sawi sekalipun, pasti Kami akan mendatangkan (pahala) nya. Dan cukuplah Kami menjadi orang-orang yang membuat perhitungan.*<sup>18</sup>

Firman Allah dalam surat Al Baqarah, 2: 235

**Artinya:**

*Dan ketahuilah bahwasannya Allah mengetahui apa yang ada di dalam hatimu; maka takutlah kamu kepada-Nya.*<sup>19</sup>

Ayat-ayat diatas dijadikan dalil oleh orang-orang yang berakal bahwa Allah swt. senantiasa mengawasi mereka; bahwa amalan mereka akan diperhitungkan dengan cermat pada hari perhitungan nanti, dan bahwa mereka akan dimintai pertanggung jawaban atas semua lintasan dan detikan hati hingga yang seberat biji sawi sekalipun. Oleh karena itu mereka akan yakin bahwa tidak ada yang menyelamatkan mereka dari bahaya-bahaya tersebut kecuali dengan membiasakan diri melakukan muhasabah.<sup>20</sup>

Dalam pengertian lain Muhasabah adalah bahwa manakala seseorang Muslim melakukan amal pada siang dan malam hari dalam upaya mencari kebahagiaan hidupnya di akhirat, berupaya meraih keutamaanya, serta keridlaan Allah terhadapnya sementara dunia merupakan kesempatan untuk beramal, maka hendaknya dia memperhatikan kewajiban-kewajibannya.<sup>21</sup> Pada umumnya hendaklah menyempatkan diri untuk menghitung-hitung pekerjaan hariannya, Apabila melihat kekurangan pada yang diwajibkan kepadanya, maka hendaklah dia mengecam dan memperolokkannya, kemudian ketika itu juga ia berusaha untuk memperbaikinya. Kalau termasuk harus di*qadha*, maka *qadhalah*, kalau tidak bisa maka berusaha

---

<sup>18</sup> Syeikh Muhammad Jamaluddin, *Mouidhotul Mukminin Min Ihya' 'Ulumuddin*, h.769.

<sup>19</sup> *Ibid.*, h.771.

<sup>20</sup> *Ibid.*, h.771.

<sup>21</sup> Abu Bakar Jabir Al Jazair, *Pola Hidup Muslim: Etika*, Terj. Rahmat Djatnika, Ahmad Sumpeno, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), h. 40.

dengan memperbanyak melakukan *nawafil* (amal-amal yang disunatkan).<sup>22</sup> Sekiranya amal-amal *nawafil*-pun masih kurang, gantilah dan usahakanlah. Sekiranya kerugian tersebut disebabkan karena perbuatan yang terlarang, maka haruslah segera memohon ampun, menyesali, kemudian kembali mengerjakan kebaikan-kebaikan yang dianggap dapat memperbaiki yang telah rusak. Inilah yang dimaksud dengan *muhasabah* terhadap diri, tepo seliro, yaitu salah satu cara untuk memperbaiki diri, membina, menyucikan, dan membersihkannya.<sup>23</sup>

Muhasabah biasanya dilakukan pada kalangan sufi, seorang sufi haruslah senantiasa mencurahkan dan mengarahkan perhatiannya terhadap dirinya sendiri dalam saat apapun dan dalam melakukan perbuatan apapun. Ia harus selalu waspada dalam memandang diri sendiri didalam setiap gerak-geriknya baik menyangkut hal ruhaniah dan batiniahnya, orang-orang sufi senantiasa melakukan koreksi diri atau mengontrol dirinya, akan selalu tampak padanya perbuatan apa yang sedang dilakukannya. Karenanya ia tidak akan berani melakukan perbuatan jahat yang bagaimana pun kecilnya.<sup>24</sup>

Orang yang selalu berfikir tentang keberadaan dirinya, mengontrol segala kesalahannya dan mengawasi gerak-geriknya menandakan hati dan fikiranya masih jernih dan masih berfungsi secara normal dan bahkan Rasulullah menggolongkan orang yang jenius atau orang yang cerdas karena pandai mengoreksi kesalahannya sendiri. Dari sini dapatlah dikatakan bahwa kontrol diri atau *muhasabah* bukanlah dilakukan dilakukan sewaktu-waktu saja, melainkan harus dilakukan setiap saat, sebab apabila sekali waktu atau suatu saat lengah, saat itu pula akan terjerumus kedalam jurang kejahatan yang nantinya akan timbul penyesalan, karenanya kewaspadaan harus selalu dijaga sebagaimana peringatan Allah dalam firmannya:

---

<sup>22</sup> *Ibid.*, h.41.

<sup>23</sup> *Ibid.*, h.41.

<sup>24</sup> M. Saifulloh Al-Aziz Senali, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, h.106.

**Artinya:**

*Hai anak adam, janganlah syaitan itu sampai memfitnahkan kamu pula, sebagaimana ia telah mengeluarkan ibu bapakmu dari surge. (Q.S. Al A'raf:27).<sup>25</sup>*

Dalam Muhasabah Jiwa Suryaningsih Site. Mht) disebutkan bahwa, Semoga Allah merahmati seorang hamba yang berfikir di saat pertama ia ingin melakukan sesuatu. Jika itu karena Allah ia melanjutkan dan jika bukan karena Allah ia meninggalkannya. Allah swt. Berfirman:

**Artinya:**

*Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat). (Q.S. Al-Hasyr, 59:18).*

Oleh karena itu, sebagai orang Islam dan beriman, hendaknya senantiasa pandai-pandai mengoreksi dan membersihkan aib atau kesalahan-kesalahan yang terjadi pada diri sendiri atau berusaha dengan segala upaya untuk mengekang hawa nafsu. Karena pada dasarnya, kesalahan-kesalahan yang terjadi itu karena menurutkan hawa nafsu dalam firman Allah diterangkan:

**Artinya:**

*Dan adapun orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya syurgalah tempat tinggalnya. Q.S. An-Naazi'aat 40-41.*

Bergolaknya hawa nafsu itu bersumber dari empat hal, diantaranya adalah:

1. Sering melanggar larangan Allah.
2. Sering berlaku riya' (berbuat baik bukan karena Allah, melainkan supaya dapat pujian, sanjungan dan sebagainya).
3. Suka membuang-buang waktu dengan percuma.

---

<sup>25</sup> *Ibid.*, h.107.

4. Malas mengerjakan perintah-perintah Allah.<sup>26</sup>

### **Urgensi Muhasabah**

Perputaran roda kehidupan, dari hari demikian juga dengan bulan dan tahun. Jika kita perhatikan pergantian waktu ini, sesungguhnya kehidupan dunia makin lama makin menjauh sedang pada kesempatan yang sama kehidupan akhirat makin mendekat. Perhatikan keadaan di lingkungan tempat kita kerja dan di tengah keluarga, dapat dipastikan selalu akan bergerak berubah baik berubah secara positif maupun negatif. Karena kesemua perubahan tersebut akan berujung pada kematian sebagai akhir dari perjalanan hidup manusia. Sebagian karena sudah meninggal, dan semua manusia pasti akan meninggal. Firman Allah dalam Al Qur'an:

**Artinya:**

*Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. (Q.S. Ali Imran. 3:185).*

Kemudian sesudah mati kita akan dihidupkan kembali, sebagaimana firman-Nya:

**Artinya:**

*Sesungguhnya kamu akan dibangkitkan sesudah mati. (Q.S. Huud, 11 : 7).*

Sesungguhnya manusia dalam hal ini dibangkitkan untuk mempertanggung jawabkan semua amal perbuatannya, baik yang berhubungan dengan ibadah maupun amaliah. Maka dalam melakukan muhasabah, seorang Muslim menilai dirinya, apakah dirinya lebih banyak berbuat baik ataukah lebih banyak berbuat kesalahan dalam kehidupan sehari-harinya. Dia mesti objektif melakukan penilaiannya dengan menggunakan Al Qur'an dan Sunnah sebagai dasar penilaiannya bukan berdasarkan keinginan diri sendiri. Oleh karena itu melakukan muhasabah atau introspeksi diri merupakan hal yang sangat penting untuk menilai

---

<sup>26</sup> *Ibid.* h.110.

apakah amal perbuatannya sudah sesuai dengan ketentuan Allah. Tanpa introspeksi, jiwa manusia tidak akan menjadi baik. Imam Turmudzi meriwayatkan ungkapan Umar bin Khattab dan juga Maimun bin Mihran mengenai urgensi muhasabah.

Umar r.a. mengemukakan:

*Hisablah (diri) kalian sebelum kalian dihisab, dan berhiaslah (bersiaplah) kalian untuk akhirat (yaumul hisab). Al-Hasan mengatakan: orang-orang mukmin selalu mengevaluasi dirinya karena Allah. Dan bahwasanya hisab itu akan menjadi ringan pada hari kiamat bagi orang yang menghisab (evaluasi) dirinya di dunia”.*<sup>27</sup>

Maimun bin Mihran menyampaikan: “Seorang hamba tidak dikatakan bertakwa hingga ia menghisab dirinya sebagaimana dihisab pengikutnya dari mana makanan dan pakaiannya”. Urgensi lain dari muhasabah adalah karena setiap orang kelak pada hari akhir akan datang menghadap Allah sendiri-sendiri untuk mempertanggung jawabkan segala amal perbuatannya. Firman Allah:

**Artinya:**

*“Dan tiap-tiap mereka akan datang kepada Allah pada hari kiamat dengan sendiri-sendiri.”* [QS. Maryam (19): 95]

### **Praktik Muhasabah**

Dalam Proses Muhasabah harus memiliki kesesuaian dengan kondisi subjek penelitian yang diantaranya adalah faktorkultur tempat individu berkembang, khususnya dalam konteks penerapannya di Kelurahan Plombokan Semarang. Pada dasarnya proses dan teknik Muhasabah agar menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari terdiri dari beberapa tahap diantaranya tahap pembersihan diri, pengembangan diri, dan penyempurnaan

---

<sup>27</sup> <http://www.dakwatuna.com/index.php/tazkiyatun-nafs/2007/makna-muhasabah>

diri, ketrampilan dan kemampuan bermuhasabah tidak akan datang dan tumbuh dalam jati diri seseorang dengan sendirinya tanpa adanya suatu latihan-latihan. Yang perlu dilakukan pada setiap individu terlebih bagi para remaja, proses tersebut diantaranya adalah *Takhalli, Tajall, Tahalli*.<sup>28</sup> Yaitu pembersihan dan penyucian diri dari segala sifat dan sikap yang buruk yang bisa mengotori hati dan fikiran. Tahap ini meliputi:

### 1. Sholat

Terminologi sholat mengisyaratkan bahwa didalamnya terkandung adanya hubungan manusia dengan Tuhannya. Dalam sholat, manusia berdiri khusuk dan tunduk kepada Allah, pencipta alam semesta, Keadaan ini akan membekalinya dengan suatu tenaga rohani yang menimbulkan perasaan tenang, jiwa yang damai dan hati yang tentram. Selain menyeru Tuhan, juga menemukan harapan-harapan dan ketakutanketakutan kita, dengan memunculkan diri yang paling dalam menuju diri kita sendiri.<sup>29</sup> Pada saat seseorang sedang sholat (khusuk) maka seluruh pikirannya terlepas dari segala urusan dunia yang membuat jiwanya gelisah. Setelah menjalankan sholat senantiasa dalam keadaan tenang sehingga secara bertahap kegelisahan itu akan mereda.<sup>30</sup>

Keadaan yang tentram dan jiwa yang tenang tersebut mempunyai dampak terapeutik yang penting dalam proses pembentukan muhasabah dalam diri. Diuraikan dalam bukunya Djameluddin Ancok dalam bukunya “psikologi Islami” mengatakan bahwa aspek-aspek bagi kesehatan jiwa yang terdapat dalam sholat yaitu:

---

<sup>28</sup> M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), h. 326

<sup>29</sup> R.N.L.O’riordan, Sulaiman, “*Seni Penyembuhan Alami*”, (Jakarta: PT. Pasirindo Bungamas Nagari, 2000), h. 112-113.

<sup>30</sup> M. Ustman Najati, *Al-Qur’an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka, 1985), h. 310311-.

*Pertama*, aspek olahraga. Sholat adalah suatu ibadah yang menuntut aktifitas, konsentrasi otot, tekanan dan “ pijatan ” pada bagian tertentu yang merupakan proses relaksasi (pelemasan). Sholat merupakan aktifitas yang menghantarkan pelakunya pada situasi seimbang antara jiwa dan raganya. Eugene Walker mengatakan bahwa olahraga dapat mengurangi kecemasan jiwa, jika demikian sholat yang berisi aktifitas fisik yang juga dapat dikategorikan olahraga, dapat pula menghilangkan kecemasan. *Kedua*, sholat memiliki aspek meditasi. Setiap Muslim dituntut agar dapat menjalankan sholat secara khusuk, yang dapat dikategorikan sebagai suatu proses meditasi. Hal ini akan membawa kepada ketenangan jiwa. *Ketiga*, aspek auto-sugesti. Bacaan dalam sholat dipanjatkan ke hadirat Illahi, yang berisi puji-pujian atas keagungan Allah dan do’a serta permohonan agar selamat dunia dan akhirat. Proses sholat pada dasarnya adalah terapi *self-hypnosis* (pengobatan terhadap diri sendiri). *Keempat*, aspek kebersamaan. Ditinjau dari segi psikologi, kebersamaan itu sendiri merupakan aspek terapieutik. Beberapa ahli psikologi mengemukakan bahwa perasaan “ keterasingan ” dari orang lain ataupun dari dirinya sendiri dapat hilang. Dianjurkan sholat berjamaah perasaan terasing dari orang lain ataupun dirinya sendiri dapat hilang.<sup>31</sup>

## 2. Puasa

Puasa dalam pengertian bahasa adalah menahan dan berhenti dan menahan sesuatu, sedangkan dalam istilah agama berarti menahan diri dari makan, minum dan berhubungan suami istri mulai terbit fajar hingga terbenam matahari (magrib), karena mencari ridha Illahi. Disini keimananlah yang mendorong untuk berpuasa, sehingga ia mampu menjalankan seperti apa yang di perintahkan Allah. Puasa sebagai satu

---

<sup>31</sup> Djamaluddin Ancok, *Psikologi Islami: Solusi Atas Berbagai Problem-problem Psikologi*, (Yogyakarta, t.p. 1995), h.98100-.

intuisi dalam Islam, dijadikan disiplin spiritual, moral, dan fisik yang tinggi, juga sebagai alat meningkatkan kualitas rohani manusia. Dengan demikian maka terbentuklah jiwa yang sehat dengan kualitas iman yang mungkin meningkat dengan bermuhasabah melalui puasa di setiap aspek kehidupan. Menurut Abdul Hamid Hakim ada 6 hikmah puasa:

- a Mensyukuri nikmat Allah
- b Menjauhkan jiwa untuk berlaku amanah
- c Menumbuhkan sifat solidaritas, penuh kasih sayang kepada orang yang tidak mampu
- d Menjauhkan sifat jiwa dari sifat-sifat kebinatangan
- e Dengan merasakan haus dan dahaga serta lapar akan mengingatkan siksa akhirat.
- f Menyehatkan badan.

Puasa digambarkan oleh Tuhan yang maha tinggi sebagai suatu keberkahan besar atas umat manusia-Nya. Sebagai Sang pembuat tubuh manusia. Dan puasa tidak hanya merupakan cara terbaik dan teraman untuk melindungi kesehatan jasmani, tetapi juga membawa ganjaran spiritual yang sangat besar.<sup>32</sup>

### 3. Tahap Tahalli

Tahap *tahalli* yaitu merupakan tahap pengisian diri dengan kebaikan, yang termasuk dalam tahap *tahalli* adalah: **Dzikir** Secara etimologi adalah berasal dari kata *dzakara*, yang artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti. Al-Qur'an memberi petunjuk bahwa dzikir itu bukan hanya ekspresi daya ingatan yang ditampilkan dengan komat-kamitnya lidah sambil duduk merenung, tetapi lebih dari itu, dzikir bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif. Al-Qur'an

---

<sup>32</sup> Amin Syukur. "Pengantar Studi Islam", (Semarang: Duta Grafika, 2000), h.110.

menjelaskan dzikir berarti membangkitkan daya ingatan dalam Surat Al-Ra'ad ayat 28 berfirman:

**Artinya:**

*“Dengan mengingat Allah, hati orang-orang yang beriman menjadi tenang. Ketahuilah dengan mengingat Allah, hati menjadi tenang”*<sup>33</sup>

Menurut Profesor Angha dalam O'riodan menggambarkan dzikir sebagai langkah pertama menempuh perjalanan cinta. Ketika kita mencintai seseorang maka terus menerus berfikir tentang dirinya, mengingatnya bahkan berkali-kali menyebut namanya, seperti *LA ILAHAILLALLAH* (Tidak ada Tuhan selain Allah) atau *ALLAH HU* (Tuhan, hanya dia). Ketika dzikir sedang berlangsung, terciptalah medan elektromagnetik yang sangat kuat dengan penyatuan suara, gerakan (*motion*) dan maksud (mengingat yang dicintai) seluruhnya berkonsentrasi dalam hati, gerakan tak terbatas dalam hati dan tubuh bergabung dalam harmoni dengan gerakan bumi, system matahari, galaksi dan kosmos secara keseluruhan. Dzikir merupakan pintu gerbang melewati relung-relung sebuah elemen yang telah dipraktekkan selama bertahun-tahun.<sup>34</sup>

Memang antara mengingat, mengenang, menyadari atau berfikir dengan tingkah laku manusia itu saling terkait dan tidak bisa dilepaskan. Jadi dzikir kepada Allah bukan hanya mengingat suatu peristiwa, namun mengingat dengan segala keyakinan akan kebesaran Tuhan dengan segala sifat-Nya serta menyadari bahwa dirinya senantiasa berada dalam pengawasan Allah, serta menyebut asma Allah dalam hati dan lisan. Dzikir dan do'a dari sudut ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa merupakan terapi psikiatrik, setingkat lebih tinggi dari psikoterapi biasa, karena keduanya mengandung unsur spiritual

---

<sup>33</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2004), h.45.

<sup>34</sup> R.N.L. O'riodan, Sulaiman Al-Kumayyi, *Seni Penyembuh Alami*, h.112.

kerohanian yang dapat membangkitkan harapan, rasa percaya diri dari orang sakit, yang pada gilirannya kekebalan tubuh meningkat, sehingga mempercepat proses penyembuhan.<sup>35</sup> Dzikir merupakan olah batin yang paling efektif untuk menyembuhkan gangguan kejiwaan, yang juga sangat mudah dilakukan dan biaya yang sangat murah. Dengan dzikir dan berdo'a yang berarti berserah diri dan pasrah kepada Allah, para korban penyalahgunaan narkoba akan memperoleh ketenangan hati dan kesejukan jiwa, sehingga lambat laun gangguan kejiwaan terkikis habis.

#### 4. Tahap *Tajalli*

Tahap ini adalah kelahiran/ munculnya eksistensi yang baru dari manusia, yaitu perbuatan, ucapan, sikap, gerak-gerik, martabat dan status yang baru.<sup>36</sup> Jika pada tahap *tahalli* memfokuskan pada upaya memulai hubungan dengan manusia maka dalam tahap *tajalli* memfokuskan hubungan dengan Allah. Dalam tahap ini peningkatan hubungan dengan Allah. Cahaya Tuhan akan diberikan kepada hambanya ketika hambanya itu telah terkendali, bahkan bisa dilenyapkan sifat-sifat yang dapat mendorong seseorang untuk berbuat maksiat dan terlepasnya dari kecenderungan kepada masalah keduniawian.<sup>24</sup> Kemudian setelah tercapainya proses-proses tersebut akan berdampak secara otomatis terhadap diri seseorang dalam rangka bermuhasabah dalam kehidupan sehari-hari tanpa harus direncana terlebih dahulu.

#### Perilaku Seks Bebas

Secara umum, segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual dengan lawan jenisnya, bentuk tingkah lakunya bermacam-macam mulai

---

<sup>35</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an Dan Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1997), h. 9.

<sup>36</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Sosial*, h. 168.

dari perasaan tertarik, sampai tingkah laku berkencan, bercumbu, dan bersenggama<sup>37</sup> disebut dengan perilaku seks. Sedangkan yang dimaksud dengan perilaku seksual bebas adalah semua bentuk perilaku seksual yang dilakukan dengan banyak pasangan.<sup>38</sup> Pada perilaku seks bebas, hubungan cenderung dilakukan dengan siapa saja yang disukai dan bersedia melakukannya. Pada perilaku seks bebas cenderung dapat menimbulkan beberapa akibat antara lain; penularan Penyakit Menular Seksual (PMS), khususnya HIV/AIDS dan kehamilan yang tidak diinginkan. Perilaku seks bebas adalah tergolong dalam jenis perilaku seks tidak sehat. Manusia adalah makhluk seksual, jika diterjemahkan dalam bahas yang sederhana, sedangkan seksualitas adalah bagaimana orang merasakan dan mengekspresikan sifat dasar dan ciri-ciri seksualnya yang khusus.<sup>39</sup> Menjadi seksual

Perilaku seks merupakan problem zaman, yang muncul berpangkal dari potensi dasar kemanusiaan yang tidak direalisasikan melalui jalur-jalur yang relevan baik dalam perspektif moralitas maupun humanistik. Perealisasi naluri seks yang salah pada akhirnya akan menimbulkan problem kemanusiaan tersendiri yang perlu dicari solusinya. Merabaknya penyakit kelamin seperti sipilis, AIDS dan meningkatnya kasus homo seksual, lesbian serta maraknya kasus free seks (seks bebas), merupakan indikasi semakin banyaknya problem kemanusiaan yang terkait dengan naluri seks yang dapat mengancam peradaban manusia.

Seiring dengan perkembangannya ada pula sekelompok manusia yang menyebarkan *kebebasan dalam seks*. Ide kebebasan seks dicetuskan karena orang beranggapan bahwa masalah seks sepenuhnya adalah masalah yang berkaitan dengan *privasi*. Dan masyarakat tidak berhak mencampuri

---

<sup>37</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994), h. 134

<sup>38</sup> Wimpie Pangkahila, *Seks Yang Indah*, (Jakarta: Kompas, 2001), h.27.

<sup>39</sup> Mira T. Windy, *Apa Yang Ingin Diketahui Remaja Tantang Seks*, Terj. Boyke Dian Nugraha, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), h. 29.

urusan tersebut, para penganjur seks bebas menolak prinsip kontrol sosial terhadap aktivitas seks, mereka menuntut adanya tingkah laku seksual murni individual yang kokoh berlandaskan pada doktrin kebebasan seks sepenuh-penuhnya.<sup>40</sup> Namun tidak semua mengiyakan faham tersebut dan bahkan secara langsung ada yang menolak tentang faham tersebut, dalam sanggahannya seks bebas secara ekseksif tidak ada bedanya dengan *promiscuity* atau campur aduk seks tanpa aturan atau dalam bahasa umum sering disebut dengan pelacuran.<sup>41</sup>

Lebih memprihatinkan faham tersebut kini banyak merasuki kalangan muda yang sedang bergulat pada puncak idealisme, yaitu remaja yang telah berada pada masa *adolescent*<sup>42</sup> atau yang telah duduk di bangku mahasiswa (usia 18-25).<sup>43</sup> Masa remaja adalah masa rentan dengan permasalahan-permasalahan yang dapat mengarahkan remaja untuk melakukan seks bebas. Tidak kuatnya menahan hawa nafsu pada masa remaja akan membuat masa depan mereka maju dan terpuruk.<sup>44</sup> Pendidikan seks yang terlalu terbuka akan menyebabkan lebih banyak remaja melakukan seks pranikah karena terlalu mengerti dengan dampak-dampaknya. Masalah seks bebas adalah masalah-masalah yang sangat kompleks, oleh karena itu kalau kita memberikan pendidikan yang tepat maka terlebih dulu kita harus menilik

---

<sup>40</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*, (Bandung: Mandar Maju, 1992), h. 225.

<sup>41</sup> *Ibid.*, h.225.

<sup>42</sup> Remaja atau Adolesensia, yaitu kurun waktu yang dimulai dengan timbulnya ciri sex sekunder, sampai berakhirnya pertumbuhan jasmaniah. Pubertas atau akil balig dihubungkan dengan perubahan morfologi dan fungsi kelenjar kelamin, disertai perubahan alat kelamin serta perangnya dan diikuti pula dengan perubahan perilaku, lebih lanjut baca Retno Widowati Soebaryo, *Remaja dan Penyakit Hubungan Seksual*, Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 1989), h. 7.

<sup>43</sup> Baidi Bukhori, *Pengaruh Zikir Beberapa Asmaul Husna Terhadap Penurunan Agresivitas Siswa Madrasah Aliyah*, (Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM, 2003), h.71.

<sup>44</sup> Badgies, *Remaja & Seks Bebas*, [www.kawasah.co.cc](http://www.kawasah.co.cc), tt, h.2.

pada aspek budaya kita karena keterbatasan kita untuk mencerna materi seks yang benar.<sup>45</sup>

Beberapa perbuatan yang dapat diklasifikasikan menjadi aspek-aspek dalam perilaku seks yang meliputi mencium pipi, mencium bibir, *necking*, *petting*, dan *intercourse*. Seperti halnya Pakar seks yang juga Spesialis *Obsetri* dan *Ginekologi*, Nugraha, yang dikutip Gemari September 2001 mengungkapkan bahwa dari tahun-ketahun data remaja yang melakukan hubungan seks semakin meningkat. Dari sekitar 5% pada tahun 1980-an, menjadi 20% pada tahun 2000. Kelompok remaja yang masuk dalam penelitian tersebut rata-rata berusia 17 - 21 tahun, dan umurnya masih sekolah di tingkat Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA). Survey yang dilakukan oleh Pilar PKBI Jawa Tengah (2002, h.2) mengenai aktivitas mahasiswa dalam berpacaran antara lain berpegang tangan (93, 3%) mencium pipi (84,6%), mencium bibir (60,9%), *necking* (3,61%), *petting* (25%), dan melakukan *Intercourse* (7,6%).<sup>46</sup> Dan kemudian hasil penelitian dari PKBI tersebut dijadikan oleh penulis sebagai aspek untuk mengklasifikasikan bentuk-bentuk perilaku seksual yang ditulis sebagai tolok ukur penelitian terhadap mahasiswa yang bermukim di Kelurahan Plombokan Semarang.

Perilaku seksual dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu dorongan seksual, nilai-nilai sosio kultural dan moral, pengetahuan seksual, dan Fungsi seksual. Keempat faktor ini sangat erat berkaitan dalam mempengaruhi perilaku seksual seseorang. Jikalau dorongan seksual normal maka perilaku seksual juga normal. Tetapi ekspresi dorongan seksual sangat diatur oleh nilai-nilai sosio cultural dan moral yang sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai agama. Disisi lain, nilai-nilai agama sangat berhubungan atau dipengaruhi oleh perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, khususnya yang berhubungan dengan seksualitas.<sup>47</sup>Banyak contoh bagaimana perkembangan

---

<sup>45</sup> *Ibid.*, h.3.

<sup>46</sup> [www.bkkbn.go.id](http://www.bkkbn.go.id)

<sup>47</sup> *Ibid.*, h.23.

ilmu pengetahuan dan teknologi yang berhubungan dengan seksualitas pada akhirnya mempengaruhi perilaku seksual manusia. Fungsi seksual juga sangat mempengaruhi perilaku seksual. Seseorang dengan fungsi seksual yang normal, maka perilaku seksualnya berbeda dengan mereka yang mengalami disfungsi seksual (gangguan fungsi) seksual.

### 1. Dorongan Seksual

Berdasarkan penelitian oleh Sarlito Wirawan Sarwono yang dilakukan terhadap 471 remaja Jakarta, dorongan seksual remaja putra lebih besar dibandingkan remaja putri, dengan rasa keingintahuan remaja putra yang lebih tinggi dibandingkan remaja putri tentang seksualitas<sup>48</sup> remaja putra cenderung lebih terbuka dan *fullgar* dalam berbagai masalah tentang seksualita, sedangkan remaja putri masih banyak ataupun lebih berhati-hati dalam masalah seksualitas.

### 2. Sosio Kultural dan Moral

Merebaknya isu-isu moral sekarang ini terkadang bukan lagi menjadi masalah ringan karena masalah-masalah seperti ini akan semakin bertambah pelik dalam tiap tahunnya, terlebih pelaku-pelaku beserta korbannya adalah kaum remaja terutama para pelajar dan mahasiswa.<sup>49</sup> Seperti halnya seks bebas, pengaruh kultur dan moralitas sampai detik ini masih menjadi satu masalah yang teknis dan bukan sebagai refleksi sebagaimana layaknya moral diaplikasikan dalam diri seseorang melalui pendidikan.<sup>50</sup>

---

<sup>48</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Pergeseran Norma Perilaku Seksual Kaum Remaja Sebuah Penelitian Terhadap Remaja Jakarta*, (Jakarta: Rajawali, 1981), h.37.

<sup>49</sup> C. Asri Budiningsih, *Pembelajaran Moral Berpijak Pada Karakteristik Siswa dan Budayanya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h.1.

<sup>50</sup> *Ibid.*, h. v.

### 3. Pengetahuan Seksual.

Pengetahuan seksual yang didapat dari remaja lebih banyak dipengaruhi oleh lingkungan serta pesatnya laju perkembangan teknologi informasi sekarang ini. Dari penelitian yang dilakukan oleh Sarwono, menemukan bahwasannya mayoritas responden mendapatkan informasi tentang seksualitas melalui teman yang juga menjadi sumber penerangan utama.<sup>51</sup> Hal ini berbanding terbalik dengan hal yang semestinya, yang menyatakan bahwa sesungguhnya pengetahuan seksualitas harus lebih banyak diperoleh dari orang tua dan bukan dari orang lain diluar lingkungan keluarga.<sup>52</sup>

### 4. Fungsi Seksual

Menurut penelitian Sarwono pula ditemukan bahwasannya pengetahuan remaja tentang fungsi seksual itu sendiri sangat sempit, kebanyakan dari responden mengatakan bahwa seksual adalah pemenuhan kebutuhan biologis semata yang dilakukan didalamnya hanya seperti senggama, pacaran, dan perpaduan alat kelamin. Terlebih dari itu responden tidak memahami aturanaturan yang berlaku sebelum melakukan hal-hal yang berkaitan dengan seksualitas.<sup>53</sup>

### Penutup

Masalah seksual pada remaja seringkali muncul karena terdapatnya ketimpangan antara kematangan jasmaniah, psikologis, sosial pada para remaja. Kesenjangan hubungan komunikasi orang tua dan anak dalam masalah tersebut turut memperberat permasalahan yang terjadi. Perilaku seksual dikendalikan pula oleh norma sosial budaya hukum, agama setempat, sehingga pendidikan seksual memerlukan keterpaduan antara

---

<sup>51</sup> Sarlto Wirawan Sarwono, *Pergeseran Norma Perilaku Seksual*, h.22.

<sup>52</sup> *Ibid.*,

<sup>53</sup> C. Asri Budiningsih, *Pembelajaran Moral Berpijak*, h. 21.

unsur-unsur tersebut. Perpaduan unsur tersebut salah satunya yang coba dilakukan peneliti adalah dengan menggunakan Muhasabah sebagai peran *religious control* dalam meminimalisir maraknya perilaku seks bebas, yang pada penelitian kali ini tertuju pada mahasiswa yang bermukim di Kelurahan Plombokan Semarang. Secara umum Muhasabah diartikan sebagai kontrol atau dengan kata *simple* disebut dengan memeriksa kata hati.<sup>54</sup> Dalam dunia Tasawuf Muhasabah adalah cara yang dilakukan oleh seorang yang ingin *berkhalwat* (menguji kesadaran), yang merupakan prose pemeriksaan batin yang seksama, yang menuntut tingkat kejujuran yang tinggi.

Tidak dapat dipungkiri bahwa melaksanakan proses muhasabah tidak semudah membalikkan tangan, akan tetapi sangat dibutuhkan kehati-hatian dalam melaksanakannya apalagi dalam konteks hubungannya dengan perilaku seksual tentu akan sangat besar pertentangannya antara menuruti kata hati dengan risiko yang akan dihadapi nantinya. Namun meski sangat sulit dilakukan muhasabah merupakan satu-satunya cara untuk menemukan jati diri yang sejati, karena pada inti pelaksanaannya akan terletak kepada kejujuran baik kejujuran lisan, hati, maupun perbuatan dan hanya kejujuran itu sendiri yang dapat membimbing hati kepada kejernihan niat, sehingga diharapkan dapat meminimalisir niat-niat buruk untuk melakukan perbuatan seks bebas yang secara garis besar agama Islam khususnya sering dikatakan dengan perbuatan *Zina*.<sup>55</sup>

---

<sup>54</sup> Pir Yil Inayat Khan, *Membangkitkan Kesadaran Spiritual Sebuah Pengalaman Sufistik* terj. Rahmani Astuti, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002), h.54.

<sup>55</sup> Perbedaan mendasar yang melandasi antara zina dan kawin yaitu bahwasannya kawin merupakan benih masyarakat dan asala ujudnya, dan merupakan undang-undang yang alami, dan merupakan sunnah. Sedangkan orang yang zina maka akan selalu diliputi dengan mental-mental yang penuh dengan bakteri-bakteri dan berbagai macam bibit penyakit Islam, dalam segala hukumNYA, perntah-NYA, larangan-NYA, ia tidak bahagia, lebih lanjut baca: M. Bukhori, *Hubungan Seks Menurut Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2001), h. 92.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Mujab Mahalli, *Ranjau Setan Dalam Menyesatkan Manusia*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001).
- A. Surono, *Remaja dan Hubungan Seksual Pra Nikah*, *Tabloit*, Intisari, Jakarta, 1997.
- Abu Bakar Jabir Al Jazair, *Pola Hidup Muslim: Etika*, Terj. Rahmat Djatnika, Ahmad Sumpeno, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993).
- Admin, *Muhasabah Jiwa*, Artikel pada Suryaningsih, Site. Mht. 19 September 2007.
- Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam, Menjawab Problem Kehidupan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006).
- Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003).
- Amin Syukur, *Tasawuf Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2004).
- Amin Syukur. “*Pengantar Studi Islam*”, (Semarang: Duta Grafika, 2000).
- Baidi Bukhori, *Pengaruh Zikir Beberapa Asmaul Husna Terhadap Penurunan Agresivitas Siswa Madrasah Aliyah*, (Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM, 2003).
- C. Asri Budiningsih, *Pembelajaran Moral Berpijak Pada Karakteristik Siswa dan Budayanya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004).
- Dadang Hawari, *Al-Qur’an Dan Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1997).
- Djamaluddin Ancok, *Psikologi Islami: Solusi Atas Berbagai Problem-problem Psikologi*, (Yogyakarta, t.p. 1995).
- Kartini Kartono, *Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*, (Bandung: Mandar Maju, 1992).
- Khalil Al Musnawi, *Bagaimana Membangun Kepribadian Anda: Resep-resep Sederhana dan Mudah untuk Membentuk Kepribadian Islam Sejati*, Terj. Ahmad Subandi, (Jakarta: Lentera Basritama, 2008).
- M. Bukhori, *Hubungan Seks Menurut Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2001).

- M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004).
- M. Ustman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka, 1985).
- Mira T. Windy, *Apa Yang Ingin Diketahui Remaja Tantang Seks*, Terj. Boyke Dian Nugraha, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004).
- Pir Yil Inayat Khan, *Membangkitkan Kesadaran Spiritual Sebuah Pengalaman Sufistik* terj. Rahmani Astuti, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002).
- R.N.L.O'riordan, Sulaiman, "*Seni Penyembuhan Alami*", (Jakarta: PT. Pasingindo Bungamas Nagari, 2000).
- Retno Widowati Soebaryo, *Remaja dan Penyakit Hubungan Seksual*, Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 1989).
- Saraswati, *Hubungan Antara Penyakit Menular Seksual dengan Kecenderungan Perilaku Seks Bebas Pada Remaja*, *Jurnal Psikologi*, Vol. V, 2000.
- Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994).
- Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Rajawali Press, 1997).
- Sarlito Wirawan Sarwono, *Pergeseran Norma Perilaku Seksual Kaum Remaja Sebuah Penelitian Terhadap Remaja Jakarta*, (Jakarta: Rajawali, 1981).
- Syeikh Muhammad Jamaluddin, *Mouidhotul Mukminin Min Ihya' 'Ulumuddin*, terjemah Abu Ridha, (Semarang: Asy Syifa, 1993).
- Wawan Susetya, *Biografi Nafsu Manusia Mengenal, Mengelola, dan Menaklukkan Gelegar Hawa Nafsu dalam Jiwa*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008).
- Wimpie Pangkahila, *Seks Yang Indah*, (Jakarta: Kompas, 2001).
- [www.bkkbn.go.id](http://www.bkkbn.go.id)
- [www.bkkbn.go.id](http://www.bkkbn.go.id)
- [www.dakwatuna.com/index.php/tazkiyatun-nafs/2007/makna-muhasabah](http://www.dakwatuna.com/index.php/tazkiyatun-nafs/2007/makna-muhasabah)
- [www.kawasah.co.cc](http://www.kawasah.co.cc)