

**TINJAUAN ETIS TERHADAP PRAKTIK MASTURBASI  
DAN KAITANNYA DENGAN DORONGAN SEKSUAL  
SERTA IMPLIKASINYA TERHADAP KEINTIMAN RELASI  
ORANG PERCAYA**

HANSEL AUGUSTAN

**PENDAHULUAN**

Dewasa ini, masturbasi telah menjadi salah satu isu yang kerap kali diperdebatkan secara etis. Sempat dianggap sebagai hal yang tabu, aktivitas merangsang diri sendiri ini belakangan bukan hanya diterima secara wajar oleh masyarakat, tetapi juga dipraktikkan secara bebas dan terbuka oleh banyak orang, khususnya remaja.<sup>1</sup> Tren ini semakin diperkuat dengan dukungan yang menyatakan bahwa masturbasi dapat dilakukan guna menahan diri dari godaan untuk melakukan hubungan seksual di luar pernikahan. Di dalam Alkitab sendiri, masturbasi pun tidak dengan gamblang ditentang.

Meskipun demikian, pandangan yang kontra terhadap isu masturbasi nyatanya tidak pernah berhenti digaungkan. Masturbasi masih dipandang sebagai sebuah penyimpangan karena merupakan sebuah *perversion of the sex act*.<sup>2</sup> Bagi beberapa orang, hanya *sexual*

---

<sup>1</sup>Dalam survei yang dilakukan kepada anak-anak remaja usia 14-17 tahun di Amerika Serikat pada tahun 2011, didapati bahwa 73,8% remaja pria dan 48,1% remaja wanita pernah melakukan aktivitas masturbasi, setidaknya sekali di dalam hidup mereka, (Cynthia L. Robbins; Vanessa Schick; Michael Reece, "Prevalence, Frequency, and Associations of Masturbation with Partnered Sexual Behaviors among US Adolescents," *Jama Network*, Desember 2011, diakses 27 Februari 2019, <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/1107656>)

<sup>2</sup>Rick Stedman, *Pure Joy! The Positive Side of Single Sexuality* (Chicago: Moody Press, 1993), 200.

*intercourse* secara heteroseksual-lah yang dipandang sebagai perilaku seksual yang wajar karena sesuai dengan tujuan Allah dalam fungsi dan kaitannya dengan seksualitas.<sup>3</sup> Pertimbangan moral terhadap praktik ini pun akhirnya terus menerus dipertanyakan. Kebingungan ini semakin diperkeruh dengan bungkamnya gereja-gereja masa kini dalam pembahasan mengenai kasus “*solo-sex*” ini.

Oleh sebab itu, dalam makalah ini, penulis berupaya untuk mengulas lebih dalam mengenai praktik masturbasi secara etis dan sekiranya makalah ini dapat menjadi jawaban atas pertanyaan-pertanyaan yang dikemukakan mengenai isu ini. Dalam menyajikan tulisan yang sistematis dan komprehensif, penulis akan memulai makalah ini dengan penjelasan mengenai definisi dan tinjauan historis dari praktik masturbasi. Kemudian, penulis akan melanjutkannya dengan pemaparan tentang praktik masturbasi dari kaca mata etika Kristen. Penjelasan tersebut akan dilengkapi dan ditutup dengan refleksi mengenai tujuan “terdalam” yang sebenarnya berusaha untuk diperoleh melalui praktik masturbasi.

## **PENJELASAN PRAKTIK MASTURBASI**

### **Definisi Masturbasi**

Secara terminologi, *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary* mendefinisikan praktik masturbasi sebagai “*erotic stimulation especially of one's own genital organs commonly resulting in orgasm and achieved by manual or other bodily contact exclusive of sexual intercourse, by instrumental manipulation, occasionally by sexual*”

---

<sup>3</sup>James R. Johnson, “Toward a Biblical Approach to Masturbation,” *Journal of Psychology and Theology* 10, no. 2 (Summer 1982): 138.

*fantasies, or by various combinations of these agencies.*”<sup>4</sup> Masturbasi umumnya dilakukan demi meresponi gairah atau hasrat seksual yang muncul dalam diri seseorang.<sup>5</sup> Lumrahnya, praktik ini dilakukan dengan cara merangsang organ genital sendiri – penis bagi pria dan klitoris bagi wanita.

Jika mengacu kepada definisi yang ada di atas, sekalipun terlihat kaku secara metode, sejatinya pada saat ini pemaknaan akan metode masturbasi sudah terbagi menjadi beberapa cara. Murni H. Sitanggang mengklasifikasikannya ke dalam tiga macam:

*Pertama*, masturbasi sendiri (*auto masturbation*), merupakan stimulasi genital dengan menggunakan tangan, jari, atau menggesek-gesekannya pada suatu objek. *Kedua*, masturbasi bersama (*mutual masturbation*), yaitu stimulasi genital yang dilakukan secara berkelompok, yang biasanya didasari oleh rasa bersatu, sering bertemu. *Ketiga*, masturbasi psikis, yang adalah pencapaian orgasme melalui fantasi dan rangsangan audiovisual.<sup>6</sup>

Masturbasi sendiri umumnya dilakukan dengan bantuan media visual, baik itu dalam bentuk yang imajinatif maupun riil. Media visual, khususnya fantasi memang “biasanya”—meskipun tidak selalu—dilibatkan di dalam perilaku masturbasi ini. Pada tahun 1970-an, survei menyatakan bahwa 90% dari responden berfantasi secara seksual ketika mereka melakukan masturbasi.<sup>7</sup> Meskipun demikian,

---

<sup>4</sup>Merriam-Webster, Inc, ed., *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary*, 10th ed. (Springfield: Merriam-Webster, 1998), 174.

<sup>5</sup>William F Kraft, *Whole & Holy Sexuality: How to Find Human and Spiritual Integrity as a Sexual Person* (Eugene: Wipf and Stock, 1998), 202.

<sup>6</sup>Murni H. Sitanggang, “Masturbasi Ditinjau dari Perspektif Etika Kristen,” *Veritas: Jurnal Teologi dan Pelayanan* 13, no. 1 (April 2012): 36.

<sup>7</sup>Keith Sanford, “Toward a Masturbation Ethic,” *Journal of Psychology and Theology* 22, no. 1 (Spring 1994): 23. Hasil survei ini didapatkan berdasarkan

fakta bahwa masih ada beberapa orang yang melakukan masturbasi tanpa berfantasi juga tak dapat diabaikan begitu saja.

Tujuan utama yang ingin didapatkan melalui praktik ini adalah “kepuasan” atas gairah seksual dan tekanan yang muncul dalam diri seseorang. Inilah sebabnya mengapa praktik masturbasi sering pula disebut sebagai “*self-pleasuring*”. Pasalnya ketika seseorang melakukan masturbasi, di saat yang bersamaan otak juga melepaskan dopamin dan hormon endorfin yang secara ilmiah membawa efek “senang” atau “puas” kepada pelaku masturbasi tersebut.<sup>8</sup>

Untuk itu, melalui pemahaman di atas, dapat disimpulkan bahwa masturbasi adalah sebuah perilaku seksual yang dilakukan dengan melakukan perangsangan pada alat kelamin secara mandiri—baik itu dengan imajinasi maupun tidak, demi memperoleh kepuasan seksual. Perilaku ini umumnya disebabkan dan didorong oleh hasrat seksual yang muncul dari dalam diri seseorang. Sebenarnya, ada beberapa faktor lain yang menjadi pemicu dari perilaku masturbasi ini, namun faktor-faktor tersebut nantinya akan penulis jabarkan lebih jauh di dalam isi dari risalah ini.

---

data dan penelitian yang dijabarkan oleh Robert Sorenson di dalam bukunya, *Adolescent Sexuality in Contemporary America*.

<sup>8</sup>Pada dasarnya, ketika seseorang melakukan masturbasi, otak secara otomatis melepaskan dopamin yang merupakan *neurotransmitter* yang dapat mengaktifkan “*pleasure center*” di otak, serta hormon endorfin yang secara aktif mereduksi persepsi seseorang akan rasa sakit. Bagi wanita, efek samping dari masturbasi ini juga dapat mengurangi rasa sakit yang mereka derita pada saat menstruasi. (AsapSCIENCE dalam BEC Crew, “Is Masturbation Good for You? Science Weighs In,” *Science Alert*, 25 Januari 2018, diakses 3 April 2019. <https://www.sciencealert.com/is-masturbation-good-for-you-science-answer>)

## Perkembangan Praktik Masturbasi

Jika pada masa sekarang praktik masturbasi dianggap sebagai hal yang wajar bagi sebagian besar orang, masyarakat dunia selama berabad-abad justru melihat praktik ini sebagai aktivitas seksual yang tidak bermoral, bahkan menjijikan.<sup>9</sup> Agustinus, seorang bapa gereja yang memiliki pengaruh besar dalam perkembangan kekristenan dan filsafat Barat, menilai masturbasi sebagai perilaku yang tak wajar karena tidak sesuai dengan konsep *procreation*.<sup>10</sup> Agustinus bahkan lebih memilih perzinahan dan prostitusi, sekalipun kedua perilaku tersebut tidak diklasifikasikan sebagai aktivitas heteroseksual yang tepat.

Pada abad pertengahan, praktik masturbasi dianggap sebagai aktivitas yang haram, baik itu oleh para penganut Yudaisme maupun kekristenan.<sup>11</sup> Paus Leo IX bahkan secara terang-terangan mengutuk aktivitas perangsangan mandiri ini. Bagi umat Kristen dan Yahudi, masturbasi dianggap sebagai sebuah “dosa” dan diasosiasikan dengan dosa Onan dalam Perjanjian Lama. Sebagai akibatnya, kaum pria pada saat itu bahkan dilarang untuk memegang penisnya ketika mereka buang air kecil.<sup>12</sup>

Tidak berhenti sampai di sana, pada abad kesebelas, penolakan terhadap praktik masturbasi juga semakin keras disuarakan. Thomas Aquinas dalam *Summa Theologica*-nya berpendapat bahwa masturbasi lebih buruk daripada tindakan pemerkosaan, tetapi lebih parah daripada praktik seksual dengan binatang, perilaku sodomi,

---

<sup>9</sup>Margaret A. Farley, *Just Love: A Framework for Christian Sexual Ethics* (New York: Continuum International Pub. Group, 2006), 235.

<sup>10</sup>Sanford, “Toward a Masturbation Ethic,” 22.

<sup>11</sup>Ibid.

<sup>12</sup>Ibid.

ataupun aktivitas seksual yang sifatnya *non-coital*.<sup>13</sup> Bergerak ke abad modern, Immanuel Kant juga secara eksplisit menentang praktik ini. Bagi Kant, praktik masturbasi menjadikan manusia kepada tingkatan yang “lebih rendah daripada hewan.”<sup>14</sup>

Dari dunia medis, penolakan terhadap isu masturbasi juga disuarakan oleh beberapa pakar dari lokus sains medis. Samuel Tissot, seorang neurologis Katolik, menjadi aktor utama di balik penolakan ini. Dalam bukunya yang berjudul *Onania*, Tissot berargumen bahwa masturbasi merupakan sebuah praktik yang membawa seseorang kepada kegilaan dan berbagai masalah psikis.<sup>15</sup> Pemahaman akan bahaya medis dalam praktik masturbasi akhirnya terus berkembang dan dipercayai oleh sebagian besar khalayak. Menanggapi isu ini, gereja-gereja Protestan-pun pada akhirnya menjadi lebih memberikan perhatian kepada bahaya fisik dan psikis dari isu ini, lebih daripada pertimbangan teologis dan religius atas praktik ini.<sup>16</sup>

Di masa modern, antipati yang disematkan kepada praktik seksual ini menyebabkan pembicaraan mengenai praktik ini menjadi sebuah hal yang tabu, bahkan dalam kekristenan. Sekalipun demikian, nyatanya masturbasi justru semakin diterima di dalam kurun waktu satu abad terakhir. Karl Menninger menyatakan bahwa stigma negatif mengenai isu ini “*vanished almost overnight*”.<sup>17</sup> Kemungkinan

---

<sup>13</sup>Evelyn M. Duvall dan Sylvanus M. Duvall, ed., *Sex Ways-In Fact and Faith: Based for Christian Family Policy* (New York: Association, 1961), 156. Bagi Aquinas, praktik masturbasi merupakan sebuah penyimpangan atau dosa yang tidak wajar. Pandangan ini agak sedikit mirip dengan pandangan Agustinus yang dibahas lebih awal.

<sup>14</sup>Immanuel Kant, *Lectures in Ethics*, terj. Louis Infield (New York: Harper & Row, 1963), 170.

<sup>15</sup>Sanford, “Toward a Masturbation Ethic,” 22.

<sup>16</sup>Duvall dan Duvall, *Sex Ways-In Fact and Faith*, 156.

<sup>17</sup>Karl Menninger, *Whatever Became of Sin?* (New York: Bantam, 1978), 41.

perubahan ini terjadi karena riset yang lebih modern menyatakan bahwa pada faktanya masturbasi tidak memiliki efek negatif apapun secara medis.<sup>18</sup> Penelitian di tahun 90-an menyatakan bahwa sebagian besar remaja melakukan masturbasi menjadi hasil nyata atas revisi medis yang terjadi pada masa itu.<sup>19</sup> Dengan terjadinya manuver tersebut, gereja dan kekristenan akhirnya diperhadapkan pada sebuah persimpangan etis. Pembeneran-pembeneran Alkitabiah semakin marak disuarakan, pun sama halnya dengan pertanyaan etis yang secara terus-menerus dilayangkan kepada gereja. Penjelasan etis teologis yang sesuai dengan kebenaran Alkitab menjadi sebuah kebutuhan penting bagi Kekristenan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut.

### **PRAKTIK MASTURBASI MENURUT ALKITAB**

Dalam meninjau praktik masturbasi dari kacamata etika Kristen, penting bagi kita untuk memahami apa yang Alkitab katakan tentang praktik ini. Sebenarnya, di dalam Alkitab, tidak ada satu bagian pun yang secara harfiah membahas praktik masturbasi secara spesifik, sehingga sulit bagi kita untuk menyatakan bahwa masturbasi adalah salah atau benar secara moral.

Sebagian orang Kristen – termasuk bapa-bapa gereja, selama berabad-abad menggunakan Kejadian 38:1-10 sebagai landasan Alkitab yang paling umum untuk mengutuk praktik masturbasi. Namun belakangan, beberapa teolog sudah mulai meninggalkan penafsiran ini. Mereka sepakat bahwa Onan dinyatakan bersalah bukan karena ia membiarkan maninya terbuang begitu saja, tetapi

---

<sup>18</sup>Stedman, *Pure Joy! The Positive Side of Single Sexuality*, 197.

<sup>19</sup>Duvall and Duvall, *Sex Ways-In Fact and Faith*, 157.

karena ia tidak menaati aturan perkawinan Ibrani. Onan dinyatakan bersalah karena melakukan *coitus interruptus* atau hubungan seksual yang mengeluarkan air mani pria di luar kelamin wanita.<sup>20</sup> Tekanannya adalah pada “penyelewengan hukumnya,” bukan aktivitas masturbasinya.

Runtuhnya klaim ini mengonfirmasi pernyataan bahwa Alkitab tidak secara eksplisit memberikan acuan dalam menentang praktik masturbasi. Jika Alkitab saja tidak menyalahkan praktik masturbasi, bagaimana kita dapat memberikan argumen yang jelas dan kuat untuk menentang praktik tersebut? Oleh sebab itu, sama seperti Margaret A. Farley, seorang mantan presiden dari *The Society of Christian Ethics*, penulis dapat dengan yakin menyatakan bahwa: “*masturbation is more likely to be considered morally neutral, which could mean it is either good or bad, depending on the circumstances and the individual.*”<sup>21</sup>

## TINJAUAN ETIS TERHADAP PRAKTIK MASTURBASI

### Masturbasi sebagai Aktivitas Seksual

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memberikan tinjauan yang biblikal atas isu ini adalah dengan mengacu kepada esensi dan fungsi praktik masturbasi sebagai aktivitas seksual. Pada hakikatnya, praktik masturbasi tidak dapat dilepaskan dari apa yang biasa kita sebut sebagai *sexual drive*.<sup>22</sup> Di dalam Alkitab, seksualitas

---

<sup>20</sup>Earl D. Wilson, *Sexual Sanity: Breaking Free from Uncontrolled Habits* (Downers Grove: InterVarsity Press, 1984), 61–62.

<sup>21</sup>Farley, *Just Love*, 236.

<sup>22</sup>Penting bagi pembaca untuk membedakan dorongan seksual dan hawa nafsu.



diciptakan Allah untuk tujuan yang amat mulia, di dalam relasi heteroseksual yang wajar.<sup>23</sup> Allah menyediakan dorongan seksual ini secara eksklusif kepada pasangan suami istri yang Ia sahkan di dalam kovenan pernikahan, untuk dinikmati bersama, dalam rangka meningkatkan keintiman di dalamnya. Alkitab sendiri lebih menyetujui *sexual intercourse* sebagai aktivitas seksual, sebagaimana *sexual intercourse* dapat mengakomodir semua tujuan dari seksualitas yang sesungguhnya dengan tepat.

Oleh sebab itu, di dalam kasus masturbasi, jika kita memperlakukan perilaku ini sebagai praktik seksual yang netral, tujuan yang ingin dicapai dari praktik tersebut paling tidak seharusnya juga berbanding lurus dengan tujuan yang Allah sematkan kepada seksualitas. Namun, masalahnya, masturbasi sendiri kerap kali ditunaikan dengan egois, tanpa mempertimbangkan prinsip dari seksualitas yang Allah kehendaki.

Kasih merupakan hal yang paling sering direduksi ketika salah satu dari pasangan yang sudah menikah melakukan masturbasi. Hal tersebut diamini oleh Clifford dan Joyce Penner dalam bukunya *the Gift of Sex*: “*if our adult self-stimulation takes something away from our partner, then the behavior is not loving.*”<sup>24</sup> Namun, hal ini tidak berarti bahwa masturbasi tidak dapat dilakukan sama sekali. Idealnya, masturbasi masih dapat “dimaklumi” selama itu mendukung pasangan

---

<sup>23</sup>Johnson, “Toward a Biblical Approach to Masturbation,” 138. Secara spesifik, dorongan seksual diciptakan untuk beberapa tujuan, diantaranya: menciptakan sebuah hubungan pernikahan (Kej. 2:24), menopang hubungan pernikahan (1Kor. 7:3-5), menyediakan kepuasan secara intim (Ams. 5:18-19), menciptakan keturunan (Mal. 2:15), dan untuk menggambarkan kasih Allah kepada umat-Nya (Ef. 5:31).

<sup>24</sup> Clifford Penner dan Joyce Penner, *The Gift of Sex: A Guide to Sexual Fulfillment* (Waco: Word Books, 1981), 234.

untuk saling mengasihi, tanpa menggantikan peran *sexual intercourse* sebagai aktivitas seksual yang paling utama dalam relasi pernikahan.

Salah satu contoh yang paling sederhana untuk memberikan izin atas praktik ini adalah ketika sepasang suami istri sedang berada dalam keputusan untuk berpisah dalam sementara waktu dan membutuhkan jawaban atas kebutuhan seksual mereka (1Kor. 7:5).<sup>25</sup> Beberapa situasi sulit lainnya juga tak ayal “memaklumi” pasangan suami istri untuk melakukan masturbasi, seperti sakit atau keterpisahan secara jarak—biasanya karena pekerjaan.<sup>26</sup> Jika pada praktiknya masturbasi mengakomodir tujuan utama seksualitas dan tidak menyebabkan salah satu pihak untuk lebih menikmati *self-stimulation* ketimbang *sexual intercourse*, masturbasi masih bisa dimaklumi.<sup>27</sup>

Namun perlu diperhatikan, penulis dalam kasus ini “bukan menganjurkan ataupun memberikan izin” kepada para pasangan untuk melakukan masturbasi begitu saja. Selain karena Alkitab menganjurkan *sexual intercourse* sebagai aktivitas seksual yang utama—dan satu-satunya, secara psikologis, ketika seseorang melibatkan pasangannya ke dalam fantasi seksualnya, hubungan seksual secara imajinatif yang “idealistic” tentu takkan terhindarkan.<sup>28</sup> Jika aktivitas tersebut dilakukan secara berlebihan, egoisme dan kekecewaan secara psikologis dalam hubungan seksual yang riil pun

---

<sup>25</sup> Johnson, “Toward a Biblical Approach to Masturbation,” 139.

<sup>26</sup> Penner dan Penner, *The Gift of Sex*, 234.

<sup>27</sup> Dalam kasus masturbasi yang terjadi di dalam relasi pernikahan, “imajinasi” terhadap pasangan (bukan orang lain), merupakan sebuah keharusan.

<sup>28</sup> Helmut Thielicke, *The Ethics of Sex*, terj. John W. Doberstein (New York: Harper & Row, 1964), 256. Ini dapat dijelaskan, sebagaimana di dalam fantasi masturbasi, seseorang dapat dibawa ke dalam keadaan yang bagi Helmut Thielicke merupakan “*physical and psychic extravagance*.”

nantinya bisa jadi tak terelakkan.<sup>29</sup> Oleh sebab itu, sekalipun praktik masturbasi masih mungkin untuk terjadi di dalam konteks pernikahan, pada kenyataannya, sulit bagi pelaku untuk tetap bertahan di dalam prinsip-prinsip pernikahan dan seksualitas yang kita percayai

Lantas yang menjadi pertanyaan selanjutnya adalah, bagaimana dengan pemuda dan pemudi lajang yang belum menikah? Beberapa pemuda pemudi yang masih berstatus lajang lantas mempertanyakan letak masturbasi di dalam kehidupan seksualitas mereka. Apakah salah bagi pemuda pemudi yang berstatus lajang untuk melakukan masturbasi dengan membayangkan pasangannya yang “potensial” ke dalam imajinasi seksualnya? Bukankah hal tersebut tidak menyalahi syarat-syarat yang penulis jabarkan di atas? Jawaban atas pertanyaan ini erat kaitannya dengan judul dari sub-bab yang penulis paparkan di bawah ini.

### **Masturbasi dan Fantasi Seksual**

Dalam kaitannya dengan hawa nafsu dan fantasi, praktik masturbasi juga dapat menjadi sebuah dosa seksual dan ajang perzinahan, sebagaimana masturbasi melibatkan fantasi erotis terhadap orang lain. Bagian Alkitab yang paling kuat untuk mendukung klaim ini adalah Matius 5:27-30. Beberapa pakar biblika setuju bahwa kata “wanita” yang digunakan dalam bagian ini merujuk kepada wanita yang sudah memiliki suami dan frasa “menginginkannya” mengacu kepada hubungan seksual yang direncanakan, dengan tujuan menghancurkan pernikahan orang lain.<sup>30</sup>

---

<sup>29</sup>Duvall dan Duvall, *Sex Ways-In Fact and Faith*, 160.

<sup>30</sup>R. T. France, *The Gospel of Matthew*, The New International Commentary on the New Testament (Grand Rapids: William B. Eerdmans, 2007), 204.

Namun belakangan, interpretasi mengenai ayat ini semakin diterangi dengan pemahaman yang lebih luas. Bagi Craig L. Blomberg, “perzinahan” yang dilarang oleh Yesus di dalam ayat ini berbicara soal dosa seksual secara umum.<sup>31</sup> Kata *gyne* yang digunakan di dalam ayat ini dapat dipahami sebagai “wanita” secara umum, bukan hanya sekedar wanita yang sudah memiliki suami.<sup>32</sup> Frasa memandang “perempuan serta menginginya” juga dapat diartikulasikan sebagai “*desiring or imagining a sexual relationship with her, is to commit adultery in one’s heart and thus to violate the deepest intention of the law as now revealed by Jesus.*”<sup>33</sup> Penafsiran ini tentu dengan jelas menyimpulkan bahwa ketika seseorang telah tenggelam di dalam imajinasi seksualnya dengan orang lain yang notabene bukanlah pasangannya yang sah, maka hal ini dapat kategorikan sebagai sebuah tindakan perzinahan.

Perlu diingat, penafsiran di sini tidak menyiratkan bahwa setiap “letikan seksual” atau rasa bergetar yang muncul di dalam diri seseorang merupakan bagian dari dosa fantasi seksual. Glen Stassen dan David Gushee, di dalam bukunya *Etika Kerajaan*, menyatakan bahwa: “daya tarik seksual adalah suatu dimensi yang tidak terelakkan dari eksistensi manusia.”<sup>34</sup> Ketertarikan dan rasa bergetar yang muncul ketika seseorang melihat lawan jenisnya merupakan bagian dari tatanan ciptaan yang lumrah. Jika hal ini dianggap sebagai dosa, tentu sudah ada banyak pria dewasa yang melakukan dosa perzinahan.

---

<sup>31</sup>Craig L. Blomberg, *Matthew*, The New American Commentary v. 22 (Nashville: Broadman Press, 1992), 108.

<sup>32</sup>Frank Ely Gaebelein, ed., *The Expositor’s Bible Commentary. Vol. 8: Matthew, Mark, Luke* (London: Pickering & Inglis, 1984), 150.

<sup>33</sup>Donald A. Hagner dkk., *Matthew 1 - 13*, Word Biblical Commentary (Nashville: Nelson, 2008), 120.

<sup>34</sup>Glen H. Stassen dan David P. Gushee, *Etika Kerajaan: Mengikuti Yesus dalam Konteks Masa Kini*, terj. Peter S. Wong (Surabaya: Momentum, 2013), 381.

Masturbasi dipersalahkan dan dikategorikan sebagai dosa secara mutlak karena melibatkan fantasi yang mengimajinasikan hubungan seksual.

Dengan demikian, penafsiran ini secara tegas menutup peluang kepada para lajang untuk membenarkan dirinya dalam melakukan aktivitas masturbasi dengan membayangkan pasangan potensialnya di dalam imajinasinya, sebagaimana pasangan yang potensial pun pada dasarnya belum disahkan oleh Allah di dalam kovenan pernikahan. Tanpa perlu dijelaskan secara panjang lebar, penafsiran di atas juga melarang dengan keras, praktik masturbasi yang “melibatkan orang lain” di dalam imajinasi para pelaku masturbasi yang sudah menikah.

### **Masturbasi dan Isu Pengendalian Diri**

Salah satu pertanyaan yang paling sering disuarakan di dalam kasus ini adalah “Bagaimana jika saya melakukan masturbasi tanpa melibatkan fantasi?” Jika mengacu kepada survei dan pernyataan yang penulis suratkan di bagian pendahuluan, terdapat bukti yang mengonfirmasi bahwa sebagian orang melakukan masturbasi tanpa menggunakan imajinasi mereka. Memang cara masturbasi seperti ini tidak menyalahi aturan yang dijelaskan di dalam Injil Matius tentang fantasi, namun isu pengendalian diri akhirnya menjadi keberatan yang diajukan atas klaim ini. Klaim ini diperjelas oleh seorang filsuf dan teolog Amerika yang bernama Norman Geisler. Dalam pandangannya, beliau pernah menyatakan bahwa: *“masturbation is sinful (1) when its only motive is sheer biological pleasure, (2) when it is allowed to become compulsive, and/or (3) when the habit results from inferior*

*feelings and caused guilt feelings.*”<sup>35</sup> Jadi, sekalipun masturbasi dilakukan tanpa melibatkan fantasi, praktik semacam ini masih dapat diklasifikasikan sebagai dosa, tergantung dari bagaimana seseorang meletakkan masturbasi di dalam kehidupan seksualnya.

Pertanyaan utama yang patut diajukan di dalam usaha untuk menjawab kasus ini tentu saja adalah “untuk apa melakukan masturbasi?” Seperti yang sudah dijelaskan di bagian sebelumnya, Allah menciptakan dorongan seksual untuk dinikmati di dalam kovenan pernikahan. Dalam kaitannya dengan keintiman, dorongan seksual diciptakan Allah untuk mendukung, serta memelihara kasih di dalam hubungan pernikahan. Kepuasan seksual secara kolektif sangat disarankan (bahkan diharuskan) di dalam hubungan pernikahan.<sup>36</sup>

Kebanyakan orang menjadikan masturbasi sebagai usaha untuk memuaskan hasrat seksual dan mendapatkan *self-pleasure* semata. Dorongan seksual yang seharusnya dinikmati di dalam relasi pernikahan justru dipakai secara egois untuk memuaskan diri sendiri. Konsep ini sejalan dengan konsep antropologis relasional yang dikemukakan oleh Martin Luther sebagai *incurvatus in se*. Keadaan ini menjadikan seseorang untuk menjadikan semua yang ada di sekeliling kita – termasuk Allah, sebagai entitas-entitas yang perifer.<sup>37</sup> Kepuasan dan diri sendiri menjadi objek primer di dalam aktivitas masturbasi. William D. Kraft pernah menyatakan demikian:

*Someone who masturbates habitually is inclined toward immediate gratification and to seeing others in terms of self-satisfaction. A married person who masturbated frequently and intensely in the past*

---

<sup>35</sup>Norman Geisler, *Ethics: Alternatives and Issues* (Grand Rapids: Zondervan, 1971), 200.

<sup>36</sup>Penner dan Penner, *The gift of Sex*, 44.

<sup>37</sup>Matt Jenson, *The Gravity of Sin: Augustine, Luther, and Barth on Homo Incurvatus In Se* (New York: T & T Clark, 2006), 73.

*may unconsciously use his or her spouse for self satisfaction. Even though this selfish motive may be unconscious, it nevertheless hurts intimacy.*<sup>38</sup>

Masturbasi sekedar dilakukan untuk menghilangkan dorongan seksual yang menyerang, untuk kepuasan pribadi. Ketika ini terjadi, kepuasan telah menjadi ilah, karena di dalam aktivitas masturbasi, intensi untuk melayani kepuasan lebih besar daripada untuk melayani dan melakukan kehendak Allah.<sup>39</sup> Keegoisan semacam ini tentu ditentang oleh Allah. Bagi Helmut Thielicke: “*all acts which are centered not upon God and my neighbor but upon my own self are actualization of sin.*”<sup>40</sup>

Bukan hanya itu, kepuasan sendiri dapat membawa seseorang kepada perilaku masturbasi yang kompulsif, bahkan adiktif. Sebagaimana kita tahu, ketika seseorang telah menemukan cara untuk memperoleh kepuasan, orang tersebut pasti akan terus berusaha untuk mengejar kepuasan tersebut, secara sadar atau tidak sadar. Dr. Archibald Hart pernah memberikan sebuah pernyataan yang menarik: “*there is no limit to the craving for pleasure.*”<sup>41</sup>

Pada dasarnya, kepuasan yang ditawarkan oleh masturbasi bukanlah kepuasan yang sejati, sehingga pengejaran akan kepuasan tersebut akan berdampak kepada terbentuknya siklus pengejaran kepuasan yang tidak ada habisnya. Dalam kasus-kasus seperti ini, masturbasi yang kompulsif dan adiktif sudah menjadi ilah, karena

---

<sup>38</sup>Kraft, *Whole & Holy Sexuality*, 105 .

<sup>39</sup>Wilson, *Sexual Sanity*, 63. Dalam keadaan ini, manusia menjadikan Allah sebagai *deus absconditus* dan menempatkan kepuasan sebagai objek penyembahan yang utama di hati manusia.

<sup>40</sup>Thielicke, *The Ethics of Sex*, 256.

<sup>41</sup>Archibald D. Hart, *Thrilled to Death: How the Endless Pursuit of Pleasure is Leaving Us Numb* (Nashville: Thomas Nelson, 2007), 11.

masturbasi telah dijadikan sebagai “*central activity that takes away stress, pain, and loneliness for a while and gives him or her sense of control.*”<sup>42</sup> Kepuasan yang dihasilkan melalui masturbasi akhirnya menjadi pengontrol dan pengendali di dalam kehidupan manusia.

Bukankah hanya Allah sajalah yang mampu dan seharusnya memberikan kita kepuasan yang sejati, serta memegang kendali atas kehidupan manusia? Allah tentu membenci penyembahan berhala. Ia ingin agar Ia menjadi pusat yang mengontrol kehidupan manusia. Dalam 1 Korintus 6:12b, Paulus sendiri dengan gamblang menyatakan bahwa “Segala sesuatu halal bagiku, tetapi aku tidak membiarkan diriku diperhamba (*mastered* atau *enslaved*) oleh suatu apapun.” Clifford dan Joyce Penner di dalam bukunya menyatakan bahwa: “*we should not be possessed, mastered, or enslaved by our sexual drive, but rather keep it in its proper subordinated place in our life.*”<sup>43</sup> Dorongan seksual adalah ciptaan Allah yang dianugerahkan kepada manusia, bukan Allah itu sendiri. Kitalah yang seharusnya mengendalikan dorongan seksual kita, bukan sebaliknya.

Dari ranah psikologis, masturbasi sendiri juga sebenarnya memiliki efek samping yang dapat membawa seseorang kepada perasaan bersalah. Menurut Earl D. Wilson, dalam bukunya *Sexual Sanity*:

*Overconcern about masturbation and inability to fully accept God’s forgiveness may lead to depression. On the other hand, a person who feels insecure or depressed finds it easy to seek solace through masturbation. This may lead to a cycle of guilt-depression-*

---

<sup>42</sup>Sharon A. Hersh, *The Last Addiction: Why Self Help is Not Enough, Own Your Desire, Live Beyond Recovery, Find Lasting Freedom*, 1st ed. (Colorado Springs: WaterBrook Press, 2008), 15.

<sup>43</sup>Penner dan Penner, *The Gift of Sex*, 236.



*masturbation-guilt, a cycle that is extremely harmful because it offers no hope.*<sup>44</sup>

Sama seperti kasus di atas, rasa bersalah yang dihasilkan oleh masturbasi akan memberikan tekanan, rasa kesepian, dan dorongan seksual; yang pada akhirnya akan membawa pelaku kepada siklus masturbasi yang sulit untuk dihentikan.<sup>45</sup> Penting untuk diingat bahwa tekanan yang muncul dalam diri seseorang juga kerap kali menjadi alasan dari perilaku masturbasi. Tentu kebanyakan dari kita setuju bahwa mereduksi perasaan tertekan bukanlah menjadi tujuan dari masturbasi, jika praktik tersebut diklasifikasikan sebagai aktivitas seksual.

Dapat dilihat bahwa sekalipun tanpa menggunakan fantasi, masturbasi tetap merupakan perilaku yang tidak etis dan tidak sesuai dengan tujuan penciptaan Allah atas dorongan seksual di dalam diri manusia. Perilaku ini begitu rentan untuk menjadikan kepuasan sebagai ilah. Oleh sebab itu, pengendalian diri tentu saja diperlukan untuk menangani dorongan seksual yang menyerang kita. Kabar baiknya adalah, Roh Kudus tinggal di dalam hati setiap orang percaya yang membutuhkan pertolongan untuk terbebas dari jerat dosa ini. Dalam surat Efesus, Paulus menyatakan bahwa Allah menyediakan semua perlengkapan senjata untuk memperlengkapi kita dalam menghadapi peperangan seksual. Earl D. Wilson mengamininya dengan menyatakan bahwa: *“we should thank God for the positive attributes He has given us, taking good care of them and asking Him*

---

<sup>44</sup>Wilson, *Sexual Sanity*, 61. Meskipun memberikan rasa lega, nyatanya masturbasi secara psikologis meninggalkan rasa bersalah kepada pelakunya. Tanpa sadar, pelaku masturbasi berusaha untuk menghindari rasa ketidaknyamanan. Padahal, di saat yang bersamaan, mereka juga akan berakhir dalam perasaan tidak nyaman pula.

<sup>45</sup>Kraft, *Whole & Holy Sexuality*, 102.

*to help us resist temptation without destroying His handiwork. God does not want to see us destroyed but fulfilled sexually in accordance to His plan.*<sup>46</sup>

## **MASTURBASI: SEBUAH USAHA PENCARIAN ATAS SESUATU YANG LEBIH DALAM**

Berbicara mengenai masturbasi, memang aktivitas ini dilakukan untuk meresponi gairah seksual yang muncul di dalam diri seseorang. Namun, jika kita menilik lebih dalam akan perilaku ini, kita akan menemukan bahwa pada dasarnya, masturbasi bukanlah sekedar aktivitas seksual. Masturbasi merupakan sebuah usaha untuk mencari hal-hal yang lebih dalam: kasih dan penerimaan. Dalam buku *Etika Kerajaan*, Stassen dan Gushee menyatakan bahwa godaan seksual tidak selalu diakibatkan atau diturunkan dari perilaku yang sudah berpaling dari Allah:

Tetapi godaan seksual tidak selalu mengambil bentuk yang kita uraikan di sini. Tidak selalu dimulai dari rasa tertarik fisik yang berkembang menjadi perbuatan salah secara fisik. Sering kali, keinginan untuk cinta, makna, atau untuk penerimaan, merupakan bagian yang memimpin ke arah seks yang terlarang. Rasa lapar dari hati yang kesepian akan suatu komunitas itu merupakan aspek yang naluriah dan kuat dari tabiat manusia, dan merupakan salah satu aspek di mana manusia menyerupai Allah. Kurang persekutuan, kurang kasih, kurang dalam hal kebutuhan pokok, kurang makna hidup – ini semua menimbulkan rasa kehampaan yang menyakitkan dan dengan mudah mengarah kepada pencarian cinta atau seks sebagai pengganti kasih.<sup>47</sup>

---

<sup>46</sup>Wilson, *Sexual Sanity*, 112.

<sup>47</sup>Stassen dan Gushee, *Etika Kerajaan*, 383–384.

Banyak orang menjadikan masturbasi sebagai sarana untuk memuaskan hasrat seksual mereka. Bagi mereka, hasrat seksual itu muncul terus menerus, sehingga masturbasi perlu untuk dilakukan secara berkala juga, demi meresponi gairah tersebut. Padahal, ada kalanya, atau tidak jarang, gairah seksual dan tekanan yang muncul merupakan manifestasi atau representasi dari absennya kasih dan penerimaan di dalam kehidupan sosial seseorang. Bagi William D. Kraft, “*masturbation involves a yearning for intimacy and completeness.*”<sup>48</sup>

Kepuasan akhir yang diperoleh pada akhirnya bukanlah sekedar kepuasan secara biologis, tetapi secara psikologis dan relasional. Inilah sebabnya mengapa ada banyak sekali orang yang gemar untuk menyaksikan pornografi dan berfantasi sambil melakukan masturbasi. Rick Stedman menyatakan bahwa: “*a person who chooses to fantasize frequently may develop a private fantasy life that is easier than dealing with real people in relationships.*”<sup>49</sup> Di dalam dunia tersebut, seseorang menerima kasih dan penerimaan yang begitu ideal baginya. Di dalam lubuk hatinya yang paling dalam, ada sebuah kelaparan akan hadirnya komunitas yang mengasihi.

Masturbasi memang seolah-olah menawarkan “kepuasan” bagi rasa lapar tersebut. Namun, pada akhirnya, rasa puas itu akan hilang dan diganti dengan perasaan lapar yang baru. Masturbasi hanya menjadi “makanan ringan” yang tidak dapat memberikan rasa kenyang yang sejati. Justru perasaan lapar akan kasih dan penerimaan seperti ini hanya dapat diperoleh di dalam Kristus. Di dalam kematian-

---

<sup>48</sup>Kraft, *Whole & Holy Sexuality*, 105. Dalam penjelasannya, Kraft menyatakan memang pada dasarnya, masturbasi sejatinya dapat mematikan rasa tidak nyaman akibat *emptiness* dan *incompleteness*.

<sup>49</sup>Stedman, *Pure Joy!*, 204.

Nya, Ia menerima dan mengasihi setiap kita, orang yang sudah mengkhianati-Nya. Dengan mengasihi-Nya dan hidup di dalam-Nya, kita akan memperoleh kepuasan yang sejati. Kepuasan yang dengan utuh dapat mengisi kekosongan akan sebuah relasi dan keintiman yang sejati dalam hati kita.

### KESIMPULAN

Perdebatan mengenai praktik masturbasi memang sejatinya bukanlah problem etis yang dengan mudah dapat dipecahkan. Dengan kenyataan bahwa Alkitab tidak memberikan pernyataan etis yang jelas terhadap praktik ini, sulit bagi penulis untuk memberikan garis yang tegas dalam memberikan pertimbangan moral terhadap aktivitas seksual ini. Memang tidak dipungkiri bahwa masturbasi merupakan aktivitas seksual yang netral—sekalipun bukan merupakan praktik seksual normal yang Allah rancangkan di dalam seksualitas manusia. Meskipun demikian, masturbasi nyatanya memiliki potensi untuk membawa seseorang kepada penyimpangan terhadap *sexual drive* yang Allah rancangkan dalam diri manusia. Allah menempatkan dorongan seksual di dalam diri tiap-tiap manusia dengan “sewajarnya” dan lumrahnya dimanifestasikan di dalam relasi pernikahan heteroseksual untuk membangun keintiman dan melaksanakan mandat prokreasi.

Dengan melakukan masturbasi sebagai *solo sex*, sulit bagi seseorang untuk melakukan masturbasi dengan rangka membangun keintiman di dalam pernikahan, mengingat bahwa imajinasi dan perangsangan seksual secara pribadi memegang peranan penting di dalam aktivitas ini. Bukannya membangun pernikahan, masturbasi malah bisa saja menyebabkan keegoisan di dalam keintiman hubungan pernikahan. Lebih dari itu, masturbasi sendiri bahkan rentan untuk

membawa seseorang kepada dosa perzinahan dan penyembahan berhala. Bukankah hal ini sangat berbahaya?

Lagipula, bagi setiap kita yang kerap kali melakukan masturbasi, penting bagi kita untuk mengintrospeksi dan menilik kembali diri kita sendiri. Apakah masturbasi merupakan aktivitas yang pada akhirnya “tidak dapat” tidak kita lakukan? Jangan-jangan, seperti yang penulis telah tulis di atas, ada isu mengenai kurangnya kebutuhan akan kasih, komunitas, keintiman, dan penerimaan yang kita alami. Kehausan semacam ini tentu dapat membawa kita untuk memaklumkan diri kita dan melakukan masturbasi sesuka hati kita.

Masturbasi tidak dapat memuaskan hasrat terdalam dari kebutuhan manusia yang sesungguhnya. Hanya Allah sajalah yang dapat memenuhi setiap kebutuhan kita akan kasih, penerimaan, dan keintiman. Efek masturbasi, secara temporer memang dapat melepaskan kita dari kehausan tersebut. Namun, pada kenyataannya, masturbasi hanya akan membawa kita jatuh lebih dalam lagi.

Oleh sebab itu, aktivitas yang dilakukan secara wajar oleh banyak orang belum tentu boleh dilakukan oleh orang Kristen bukan? Kita dipanggil untuk hidup kudus dan tidak menjadi serupa dengan dunia ini (Rm. 12:1). Masturbasi dengan segala kerentanannya sangat mungkin untuk membawa kita lebih jauh dari Allah. Masturbasi bukanlah hal kecil dan klise, yang tidak signifikan untuk dibahas maupun ditentang. Masturbasi berhubungan dengan masalah ketidakkudusan dan penyembahan berhala yang seyogianya dihindari oleh orang-orang percaya.

**DAFTAR KEPUSTAKAAN**

- Blomberg, Craig L. *Matthew*. The New American Commentary v. 22. Nashville: Broadman Press, 1992.
- Duvall, Evelyn M., dan Sylvanus M. Duvall, ed. *Sex Ways-In Fact and Faith: Based for Christian Family Policy*. New York: Association Press, 1961.
- Farley, Margaret A. *Just Love: A Framework for Christian Sexual Ethics*. New York: Continuum International Pub. Group, 2006.
- France, R. T. *The Gospel of Matthew*. The New International Commentary on the New Testament. Grand Rapids: William B. Eerdmans, 2007.
- Gaebelein, Frank Ely, ed. *The Expositor's Bible Commentary. Vol. 8: Matthew, Mark, Luke*. London: Pickering & Inglis, 1984.
- Geisler, Norman. *Ethics: Alternatives and Issues*. Grand Rapids: Zondervan, 1971.
- Hagner, Donald A., Bruce Manning Metzger, David A. Hubbard, Glenn W. Barker, dan Donald A. Hagner. *Matthew 1 - 13*. Nachdr. Word Biblical Commentary [general ed.: Bruce M. Metzger; David A. Hubbard; Glenn W. Barker. Old Testament ed.: John D. W. Watts. New Testament ed.: Ralph P. Martin]; Vol. 33,A. Nashville: Nelson, 2008.
- Hart, Archibald D. *Thrilled to Death: How the Endless Pursuit of Pleasure is Leaving Us Numb*. Nashville: Thomas Nelson, 2007.

- Hersh, Sharon A. *The Last Addiction: Why Self Help is Not Enough, Own Your Desire, Live Beyond Recovery, Find Lasting Freedom*. 1st ed. Colorado Springs: WaterBrook Press, 2008.
- Jenson, Matt. *The Gravity of Sin: Augustine, Luther, and Barth on Homo Incurvatus In Se*. New York: T & T Clark, 2006.
- Johnson, James R. "Toward a Biblical Approach to Masturbation." *Journal of Psychology and Theology* 10, no. 2 (Summer 1982): 137-146.
- Kant, Immanuel. *Lectures in Ethics*. Diterjemahkan oleh Louis Infield. New York: Harper & Row, 1963.
- Kraft, William F. *Whole & Holy Sexuality: How to Find Human and Spiritual Integrity as a Sexual Person*. Eugene: Wipf and Stock, 1998.
- Menninger, Karl. *Whatever Became of Sin?* New York: Bantam, 1978.
- Merriam-Webster, Inc, ed. *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary*. 10th ed. Springfield: Merriam-Webster, 1998.
- Penner, Clifford, dan Joyce Penner. *The Gift of Sex: A Guide to Sexual Fulfillment*. Waxo: Word Books, 1981.
- Robbins, Cynthia L, Vanessa Schick, dan Michael Reece. "Prevalence, Frequency, and Associations of Masturbation with Partnered Sexual Behaviors among US Adolescents." *Jama Network*, Desember 2011. Diakses 27 Februari 2019. <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/1107656>

- Sanford, Keith. "Toward a Masturbation Ethic." *Journal of Psychology and Theology* 22, no. 1 (Spring 1994): 21-28.
- Sitanggang, Murni H. "Masturbasi Ditinjau dari Perspektif Etika Kristen." *Veritas: Jurnal Teologi dan Pelayanan* 13, no. 1 (April 2012): 31-53.
- Stassen, Glen H., dan David P. Gushee. *Etika Kerajaan: Mengikuti Yesus dalam Konteks Masa Kini*. Diterjemahkan oleh Peter S. Wong. Surabaya: Momentum, 2013.
- Stedman, Rick. *Pure Joy! The Positive Side of Single Sexuality*. Chicago: Moody Press, 1993.
- Thielicke, Helmut. *The Ethics of Sex*. Diterjemahkan oleh John W. Doberstein. New York: Harper & Row, 1964.
- Wilson, Earl D. *Sexual Sanity: Breaking Free from Uncontrolled Habits*. Downers Grove: InterVarsity Press, 1984.
- "Is Masturbation Good for You? *Science Weighs In.*" *ScienceAlert*, 25 Januari 2018. Diakses 3 April 2019.  
<https://www.sciencealert.com/is-masturbation-good-for-you-science-answer>