

Integrasi nilai-nilai kristiani dan ilmu seksologi tentang hubungan seksual suami istri serta perannya terhadap keharmonisan keluarga

Jakson Sespa Toisuta

Sekolah Tinggi Teologi Blessing Indonesia, Makassar

Correspondence:

jakson.toisuta28@gmail.com

DOI:

<https://doi.org/10.56438/pneuma.v16i1.143>

Article History:

Submitted: Jun. 20, 2025

Reviewed: Jul. 23, 2025

Accepted: Jul. 29, 2025

Keywords:

Christian sexuality; harmonious family life; marriage; marital relationship; role of the Church; seksualitas dalam Kristen; keharmonisan keluarga; pernikahan; relasi suami istri; peran gereja

Copyright: ©2025,
Authors. License:



Abstract: *This study examines a holistic understanding of sexual relations within Christian marriage by integrating theological and scientific perspectives. According to the Bible, sexual intimacy between husband and wife is a sacred gift from God—not merely the fulfillment of biological needs, but a profound expression of communion within the marriage covenant. The relational, procreative, recreational, and symbolic functions of sex affirm its spiritual and ethical value. Meanwhile, the fields of sexology and health highlight the role of sexual intimacy in shaping identity, self-esteem, and the emotional and physical well-being of both partners. Healthy sexual satisfaction has been shown to contribute significantly to the quality of relationships and overall family welfare. The study concludes that a comprehensive and contextual understanding of sexuality in marriage can serve as a foundational factor for building harmonious families. In this regard, the Church holds a strategic role as an agent of education and formation, bridging knowledge gaps and fostering the moral awareness of its congregation. It is recommended that churches offer biblically grounded, open, and contextually relevant instruction on marital relationships as an integral part of transformative pastoral ministry.*

Abstrak: Penelitian ini mengkaji pemahaman holistik tentang hubungan seksual dalam pernikahan Kristen dengan mengintegrasikan perspektif teologis dan ilmiah. Dalam pandangan Alkitab, hubungan seksual antara suami dan istri adalah anugerah Allah yang kudus, bukan sekadar pemenuhan kebutuhan biologis, melainkan perwujudan persekutuan intim dalam perjanjian pernikahan. Fungsi relasional, prokreatif, rekreatif, dan simbolik dari seks menegaskan nilai spiritual dan etisnya. Sementara itu, ilmu seksologi dan kesehatan menyoroti peran hubungan seksual terhadap identitas, harga diri, dan kesehatan emosional maupun fisik pasangan. Kepuasan seksual yang sehat terbukti berkontribusi pada kualitas relasi dan kesejahteraan keluarga. Hasil penelitian menegaskan bahwa pemahaman yang utuh tentang seks dalam pernikahan, bila diterapkan secara kontekstual, dapat mendukung terwujudnya keluarga yang harmonis. Dalam hal ini, gereja memiliki peran strategis sebagai agen edukasi dan pembinaan, menjembatani kesenjangan pengetahuan serta membentuk kesadaran moral jemaat. Rekomendasi diarahkan agar gereja menyediakan ruang pengajaran yang alkitabiah, terbuka, dan relevan terhadap isu-isu relasi suami istri, sebagai bagian dari pelayanan pastoral yang transformatif.

PENDAHULUAN

Seks ataupun hubungan seks, sebenarnya sudah ada sejak permulaan Allah menciptakan bumi dan isinya, hal itu terlaksana di dalam rancangan Allah pada penciptaan manusia pertama Adam dan Hawa. Allah telah merancang hubungan seks pada manusia sebagai salah satu tindakan manusia untuk bereproduksi menghasilkan anak atau keturunan. Hal tersebut tersirat dalam mandat Allah kepada manusia pertama untuk “beranakcuculah dan bertambah banyak, penuhilah bumi” (Kejadian 1:28).¹ Dari konteks ini, dapat kita lihat bahwa untuk manusia dapat bertambah banyak melahirkan keturunan selanjutnya, dimulai dari satu tindakan adanya hubungan seks secara biologis antara pasangan pria (suami) dan wanita (istri), kemudian dari hubungan seks tersebut akan menghasilkan janin dalam kandungan wanita, kemudian pada proses waktu yang berjalan akan melahirkan seorang manusia keturunan berikutnya.²

Membicarakan topik tentang seks, biasanya dianggap sebagai suatu hal yang tabu atau tidak sopan jika dibicarakan secara terbuka di depan khalayak ramai. Namun, sebenarnya topik tentang seks ataupun pemahaman tentang perilaku hubungan seks yang baik dan benar haruslah menjadi beban dan tanggung jawab bersama, baik itu bagi dunia pendidikan, keluarga, juga lembaga gereja untuk dapat memberikan edukasi mengenai topik ini, dalam usaha memberikan pemahaman yang benar khususnya kepada jemaat gereja, tentang peranan hubungan seks suami istri yang berlandaskan nilai-nilai kebenaran Alkitab, dan ketika diterapkan dalam kehidupan pernikahan, niscaya dapat menjadi sebuah faktor pendukung dalam upaya menciptakan keluarga Kristen yang harmonis.³

I Wayan Titra Gunawijaya menjelaskan dalam tulisannya bahwa ada tiga kebutuhan penting dalam kehidupan manusia yang dikategorikan menjadi kebutuhan primer yaitu: kebutuhan biologis, sosiologis, dan filosofis. Ketiga kebutuhan manusia ini saling melengkapi, dan salah satu unsur kebutuhan biologis yang perlu dipenuhi yaitu kebutuhan hubungan seksual.⁴ Sejalan dengan hal itu, Ernawati Lase dalam tulisannya juga menyatakan bahwa tindakan hubungan seks suami istri adalah merupakan salah satu faktor yang menjadi kebutuhan jasmani dan tergolong penting untuk mendukung terciptanya keharmonisan dalam rumah tangga.⁵ Intensitas atau periodik hubungan seks suami istri yang berjalan dengan baik dan teratur, yang dilingkupi dengan cinta kasih dan

¹ Stefanus M. Marbun Lumban Gaol and Kalis Stevanus, “Pendidikan Seks Pada Remaja,” *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 2, no. 2 (2019): 325–343.

² Wilianus Illu and Olivia Masihoru, “Upaya Gereja Dalam Pembinaan Usia Remaja Yang Melakukan Hubungan ‘Free Seks,’” *Missio Ecclesiae* 9, no. 1 (2020): 1–19.

³ Ruben Rewasan, “Edukasi Seks Berbasis Pendidikan Kristiani Bagi Anggota Jemaat Gereja Protestan Indonesia Di Papua,” *EPIGRAPHE: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani* 5, no. 2 (2021): 311–323, <http://www.stttorsina.ac.id/jurnal/index.php/epigraphe>.

⁴ I Wayan Tirta Gunawijaya, “TEOLOGI SEKS DALAM PENCIPTAAN KETURUNAN SUPUTRA I Wayan Titra Gunawijaya Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja,” *GENTA HREDDAYA: Media informasi ilmiah Jurusan Brahma Widya STAHN Mpu* 3, no. 2 (2019): 21–29, <https://stahnpukuturan.ac.id/jurnal/index.php/genta/article/view/460>.

⁵ Ernawati Lase, “Peranan Konselor Mengatasi Perselingkuhan Dalam Hubungan Pernikahan Kristen Di Desa Sibabai Sikakap Mentawai,” *Jurnal Excelsis Deo* 5, no. 1 (2021): 59–70, <http://s3.amazonaws.com/churchplantmedia->.

sayang, akan mendukung terciptanya atmosfir atau suasana yang penuh kebaikan, nyaman dan tenang dalam rumah tangga.⁶

Memang hubungan seks suami istri bukanlah segala-galanya yang menjadi faktor utama sebagai unsur untuk menciptakan keharmonisan dalam rumah tangga. Intensitas hubungan seks suami istri yang tidak berjalan dengan baik, adanya kerenggangan dalam hubungan, bahkan hubungan yang hancur, akan menjadi salah satu faktor pemicu munculnya persoalan-persoalan dalam rumah tangga. Mengutip tulisan Rinanda Rizky Amalia Saleha dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ketika kebutuhan hubungan seks suami istri tidak terpenuhi dengan baik, hal ini dapat menjadi salah satu sumber pemicu munculnya permasalahan dalam rumah tangga, seperti memicu timbulnya emosi dan rasa marah yang akan timbul dari seorang suami karena menganggap istrinya tidak mau melayaninya dalam hal kebutuhan biologis tersebut, dari faktor pemicu ini dapat menyebabkan munculnya permasalahan berkelanjutan yang lain, sehingga akan menyebabkan sulitnya menciptakan keluarga yang harmonis.⁷ Demikian sebaliknya, seorang istri akan merasa tidak dicintai lagi oleh suaminya ketika suaminya mulai jarang atau enggan menghampirinya untuk berhubungan seksual.

Seperti beberapa fakta kejadian yang kita lihat dan temukan di lapangan, ada begitu banyak kasus yang terjadi dalam keluarga, yaitu kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselingkuhan, perceraian, bahkan sampai pada tahap kasus pembunuhan suami kepada istrinya ataupun sebaliknya, semuanya itu terjadi karena salah satu faktor pemicu awalnya adalah ketidakpuasannya suami atau istri dalam mendapatkan pelayanan seks biologis dengan baik dalam rumah tangga. Dari hasil penelitian yang dilakukan Afgan Nugraha *et.al*, menemukan bahwa salah satu faktor penyebab terjadinya perselingkuhan dalam rumah tangga disebabkan oleh faktor internal, yaitu karena ketidakpuasan dari salah satu pasangan dalam kehidupan seksual.⁸

Contoh kasus lain juga dapat kita temukan seperti yang dikutip dari tulisan Jeane Priscilia Solissa, ada seorang suami yang menyiksa istrinya karena sang istri tidak mau melayani kebutuhan seksnya. Ada juga suami yang pergi berselingkuh dengan wanita lain karena tidak terpenuhinya kepuasan seks dari istrinya di rumah, bahkan terjadinya beberapa kasus perceraian dalam keluarga, dikarenakan salah satu unsur pemicunya adalah ketidakpuasan dalam faktor hubungan seks suami istri dalam rumah tangga.⁹ Kasus yang terparah dijumpai pada salah satu kasus pembunuhan suami terhadap istri disebabkan karena pemicu awalnya adalah ketidakpuasan suami mendapatkan kebutuhan seks dari istrinya, sehingga memicu timbulnya permasalahan selanjutnya dan berakhir pada tindakan pembunuhan. Dikutip dari laman CNN Indonesia, salah satu contoh kasus yang terjadi di Desa Bandar Tinggi Labuhan Batu, seorang suami tega

⁶ CNN INDONESIA Team, "Alasan Kepuasan Seksual Penting Untuk Kehidupan Rumah Tangga" (CNN INDONESIA, 2019), <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20191206201535-255-454915/alasan-kepuasan-seksual-penting-untuk-kehidupan-rumah-tangga>.

⁷ Rinanda Rizky Amalia Shaleha and Iis Kurniasih, "Ketidaksetiaan : Eksplorasi Ilmiah Tentang Perselingkuhan," *Buletin Psikologi* 29, no. 2 (2021): 218.

⁸ Afgan Nugraha, Amiruddin Barinong, and Zainuddin Zainuddin, "Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian Rumah Tangga Akibat Perselingkuhan," *Kalabbirang Law Journal* 2, no. 1 (2020): 53–68.

⁹ Jeane Priscilia Solissa, "Pendampingan Pastoral Terhadap Masalah Perselingkuhan," *ARUMBAE: Jurnal Ilmiah Teologi dan Studi Agama* 4, no. 1 (2022): 117–138.

membunuh istrinya lantaran sang istri menolak berhubungan badan.¹⁰ Demikian pula dengan salah satu contoh kasus yang dikutip dari laman berita Republika pada bulan Januari tahun 2024, kejadian yang terjadi di Kota Cirebon yaitu seorang suami nekat membunuh istrinya dengan alasan bahwa istrinya sering menolaknya ketika ingin berhubungan badan, kemudian suami merasa cemburu dan menganggap istrinya memiliki selingkuhan lain sehingga suami nekat melakukan aksi tersebut.¹¹

Contoh kasus sebaliknya yaitu, istri yang berselingkuh dengan pria lain karena merasa tidak dikasihi lagi oleh suaminya, suaminya terlalu sibuk dengan pekerjaannya sehingga tidak ada lagi waktu kebersamaan berdua maupun bersama keluarga.¹²

Fenomena kekerasan atau pembunuhan terhadap istri akibat penolakan hubungan seksual oleh suami kerap kali tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan erat dengan sejumlah faktor komorbid yang saling berinteraksi. Gangguan mental seperti impulsivitas, gangguan kepribadian antisosial, dan gangguan kontrol emosi dapat menurunkan ambang toleransi terhadap penolakan dan meningkatkan risiko perilaku agresif. Selain itu, faktor kemiskinan memperburuk tekanan psikososial dalam rumah tangga dan dapat menciptakan ketergantungan ekonomi yang melanggengkan relasi kuasa tidak seimbang. Riwat kekeerasan di masa lalu, baik sebagai pelaku maupun korban, juga memperkuat normalisasi kekerasan sebagai respons terhadap konflik. Kombinasi dari ketiga faktor ini membentuk konteks psiko-sosial yang kompleks, di mana penolakan seksual tidak hanya ditafsirkan sebagai penolakan personal, tetapi juga sebagai ancaman terhadap identitas maskulinitas yang rapuh, sehingga memicu respons ekstrem.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, maka penulisan ini hadir dengan tujuan untuk memberikan sumbangsih edukasi secara teoritis yang dilandasi dengan nilai-nilai kebenaran Alkitab yang diintegrasikan dengan nilai-nilai ilmu seksologi untuk memberikan suatu pemahaman bahwa tindakan hubungan seks suami istri dalam keluarga yang sah, adalah merupakan salah faktor yang dapat dinyatakan penting sebagai sebuah dasar atau pondasi untuk membangun keluarga harmonis, yang pada konteks ini tujuannya adalah dalam membangun keluarga Kristen yang harmonis. Ketika mengerti dan memahami prinsip kebenaran ini mengenai peranan hubungan seks suami istri dalam keluarga, pemahaman ini dapat diimplementasikan sebagai bahan pengajaran kepada jemaat di gereja, khususnya dalam bimbingan konseling pastoral bagi pasangan yang baru akan menikah (pranikah), demikian pula konseling kepada keluarga suami istri yang sedang mengalami permasalahan dalam perihal hubungan seks suami istri, supaya mengerti dan memahami hal ini kemudian dapat diterapkan dalam kehidupan pernikahan, dalam upaya untuk mendukung terciptanya keluarga Kristen yang harmonis.

¹⁰ “Suami Bunuh Istri Karena Kesal Tolak Berhubungan Intim” (CNN INDONESIA, 2021), <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20211118211925-12-723229/suami-bunuh-istri-karena-kesal-tolak-berhubungan-intim>.

¹¹ Muhammad Hafil, “Kesal Jarang Berhubungan Intim, Suami Bunuh Istri,” *Berita Republika* (Jakarta, 2024), <https://www.msn.com/id-id/berita/nasional/kesal-jarang-berhubungan-intim-suami-bunuh-istri/ar-BB1h5OdO?ocid=msedgdhp&pc=U531&cvid=069805e9ec9244b0b401ad1a312bc042&ei=27>.

¹² Nugraha, Barinong, and Zainuddin, “Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian Rumah Tangga Akibat Perselingkuhan.”

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*). Menurut Whitney dalam tulisan Novi Saria Harita et.al, menjelaskan bahwa metode deskriptif adalah usaha untuk mencari fakta dengan interpretasi yang tepat,¹³ yakni peneliti mengumpulkan sebanyak-banyaknya data berupa teori dan informasi dari bahan kepustakaan yang relevan dan berkaitan langsung dengan topik penelitian. Sumber datanya adalah dari artikel jurnal ilmiah, buku, Alkitab, berita online, dan beberapa sumber pustaka lainnya.¹⁴ Analisis data dilakukan dengan tahap mengumpulkan semua informasi dari sumber data tersebut, membacanya dengan aktif untuk mendapatkan ide gagasan dari teori tersebut, kemudian dilakukan sintesa teoritik, dimana dilakukan penggabungan gagasan-gagasan teori tersebut (*mixing ide*) untuk menjadi sebuah kebaruan teori atau kebaruan pemahaman (*novelty*) terhadap topik penelitian yang dilakukan. Selanjutnya dilakukan penarikan kesimpulan dari pembahasan terhadap temuan yang diperoleh sebagai tahap akhir dari penelitian.¹⁵

HASIL DAN PEMBAHASAN

Memahami Seks dan Seksualitas

Memaknai kata seks dan seksualitas maka kita akan menemukan pengertian yang berbeda. Untuk diketahui, kata seks lebih banyak dipahami dalam dua pengertian, yaitu merujuk pada bagian fisik seperti aktivitas seksual genital dan pengertian yang lain yaitu untuk pemberian label gender atau jenis kelamin kepada seorang laki-laki maupun seorang perempuan. Dari etimologinya, kata seks disebut *sexus* yang berasal dari bahasa latin. Kemudian turunan katanya dalam bahasa Prancis kuno, yakni *sexe*. Bila ditelusuri dalam bahasa Inggris maka kata seks tersebut memiliki makna kata benda (*noun*), kata sifat (*adjective*), juga merupakan kata kerja transitif (*verb of transitive*).¹⁶ Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), arti dari kata seks sendiri adalah “jenis kelamin atau sesuatu hal yang berhubungan dengan alat kelamin seperti sanggama, dan berahi”.¹⁷ Jadi, secara umum pengertian dari kata seks dapat dimaknai sebagai perbedaan badani atau biologis pada pria maupun wanita yang lazimnya disebut jenis kelamin.

Selain memahami kata seks, terdapat pula makna yang lebih luas bila kita merujuk kepada kata ‘seksualitas’. Junius Halawa dalam tulisannya menjelaskan bahwa seksualitas tidak hanya bermakna mengenai suatu tindakan pemenuhan kepuasan birahi, namun lebih dari itu seksualitas sebenarnya memiliki arti yang lebih dalam yaitu suatu hubungan batiniah antara manusia yang berpasangan berbeda jenis kelamin, yang di dalam

¹³ Novi Saria Harita et al., “Seksualitas Alkitabiah: Pendampingan Pastoral Bagi Remaja Kristen Dalam Menghadapi Fenomena "Free Sex",” *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi* 2, no. 1 (2021): 40–62.

¹⁴ Emzir, “Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data,” *Narratives of Therapists' Lives* (Depok: Rajawali Pers, 2016).

¹⁵ Sonny Eli Zaluchu, “Metode Penelitian Di Dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan,” *Jurnal Teologi Berita Hidup* 3, no. 2 (2021): 256.

¹⁶ Harita et al., “Seksualitas Alkitabiah: Pendampingan Pastoral Bagi Remaja Kristen Dalam Menghadapi Fenomena "Free Sex",”

¹⁷ “Kamus Besar Bahasa Indonesia Online,” n.d., <https://kbbi.web.id/seks>.

tindakannya dilingkupi dengan perasaan cinta kasih dan sayang.¹⁸ J.M. Fuster dalam bukunya “Teknik Mendewasakan Diri” menjelaskan bahwa : “Seks adalah suatu daya yang indah yang dianugerahkan oleh Sang Pencipta kepada kita untuk tujuan yang baik yaitu sebagai daya dorong penghayatan nilai-nilai cinta, penyerahan diri, pengabdian, korban, kesetiaan, yang semua itu membuahkan kebahagiaan, pertumbuhan pribadi dan semakin mendekatkan diri kepada Allah.”¹⁹

Seksualitas merupakan bagian dari ciptaan Tuhan yang hakiki dan merupakan salah satu karunia terindah dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu, manusia secara kodrati diharapkan memaknainya secara positif dan menggunakannya sesuai dengan tujuan yang luhur. Seks tidak hanya mengandung aspek biologis, tetapi juga nilai-nilai mendalam seperti cinta, kesetiaan, dan pengabdian. Dengan demikian, seks tidak selayaknya dipahami semata-mata sebagai sarana pemuasan hasrat, melainkan sebagai suatu jalan untuk mempererat hubungan antar manusia dan mendekatkan diri kepada Tuhan sebagai Sang Pencipta.

Berikut ini pernyataan pendapat dari beberapa ahli mengenai seksualitas. J.L.Ch. Abineno mengemukakan bahwa seksualitas mencakup lebih dari sekadar relasi fisik, melainkan mencakup pula hubungan batiniah antara laki-laki dan perempuan dalam berbagai aspek kehidupan, seperti dalam pergaulan sosial, kegiatan akademik, maupun lingkungan kerja. Sementara itu, S. Kruyt menegaskan bahwa makna seksualitas jauh lebih luas daripada sekadar seks secara biologis. Seksualitas mencerminkan dimensi relasional yang mendalam antarindividu, khususnya antara laki-laki dan perempuan, yang tidak semata-mata didasarkan pada dorongan hasrat, melainkan juga mencakup unsur cinta, kasih sayang, dan keterikatan emosional.²⁰ Menurut Singgih D. Gunarsa, seksualitas mencakup berbagai dimensi yang dapat diklasifikasikan ke dalam aspek fisik dan psikis. Aspek fisik meliputi unsur biologis dan fisiologis, sedangkan aspek psikis mencakup komponen emosional yang turut membentuk pengalaman seksual seseorang secara menyeluruh.²¹

Berdasarkan pandangan para ahli di atas, konsep seksualitas mengalami perluasan makna yang mencakup dimensi biologis, psikologis, dan sosial dalam hubungan antara laki-laki dan perempuan. Seksualitas tidak lagi terbatas pada relasi antara dua jenis kelamin atau semata-mata pada aspek jenis kelamin itu sendiri, melainkan juga mencakup relasi batiniah antar individu dalam berbagai konteks kehidupan, seperti pergaulan, lingkungan kerja, dan aktivitas akademik. Dalam pengertian ini, seksualitas dipahami sebagai ekspresi hubungan manusia yang melibatkan unsur cinta, kasih sayang, dan kedekatan emosional.²²

¹⁸ Junius Halawa, “Seks Menurut Alkitab Sebagai Kontribusi Bagi Pengajaran Gereja Masa Kini,” *Jurnal Scripta* 1, no. 1 (2019): 164–180.

¹⁹ Allan Rifandi Sumeleh, “Seksualitas: Suatu Tinjauan Etis Kristiani Terhadap Pemahaman Mahasiswa Fakultas Teologi Universitas Kristen Indonesia Tomohon Tentang Hubungan Seks,” *Tumou Tou* VI (2019): 128–145.

²⁰ Halawa, “Seks Menurut Alkitab Sebagai Kontribusi Bagi Pengajaran Gereja Masa Kini.”

²¹ Lumban Gaol and Stevanus, “Pendidikan Seks Pada Remaja.”

²² Ibid.

Dalam konteks relasi seksual dalam pernikahan, dorongan hasrat seksual (libido) dan kasih sayang memiliki peran yang seimbang dan saling melengkapi. Keduanya merupakan elemen yang tidak dapat dipisahkan, karena jika suatu pernikahan hanya didasarkan pada kasih tanpa adanya hasrat seksual, maka hubungan tersebut berisiko kehilangan keintiman fisik yang esensial. Sebaliknya, jika pernikahan hanya berlandaskan pada pemenuhan hasrat seksual tanpa dilandasi cinta kasih, maka relasi tersebut menjadi rapuh dan cenderung mereduksi makna pernikahan menjadi semata-mata hubungan biologis.²³ Oleh sebab itu, kecenderungan seksual dan cinta kasih seyogianya berjalan selaras, karena keduanya merupakan anugerah Ilahi yang telah melekat dalam kodrat manusia sejak penciptaannya. Dalam terang iman Kristen, segala sesuatu yang diciptakan oleh Tuhan adalah baik dan patut disyukuri (bdk. 1 Timotius 4:4–5).

Makna Hubungan Seks Suami Istri Menurut Perspektif Alkitab ***Seks Adalah Baik Dan Kudus Dalam Pandangan Allah***

Pada hakikatnya seks adalah “baik dan kudus” dalam pandangan Allah. Hal ini dapat dijelaskan berdasarkan konteks sejak semula Allah menciptakan manusia pertama, Tuhan menjadikan dia laki-laki dan dia perempuan dengan orientasi jenis kelamin yang berbeda sebagai makhluk seksual, dan Tuhan sendiri mengatakan bahwa semuanya adalah “baik” setelah Tuhan selesai dalam karya penciptaan manusia itu (Kej.1:31). Kemudian dalam Kejadian 1:27 ditegaskan pula bahwa manusia diciptakan menurut gambar dan rupa Allah, yaitu laki-laki dan perempuan. Ini berarti bahwa seksualitas tidak hanya sesuatu yang Allah pandang adalah baik saja, tetapi sekaligus bahwa seks itu “kudus dan suci” dalam pandangan Allah karena Allah menciptakannya menurut gambar dan rupa Allah, yang memberikan gambaran serta penjelasan bagi kita bahwasanya konteks tersebut sedang merepresentasikan tentang pribadi Allah sendiri yang suci dan kudus, yang berada dalam diri manusia sebagai makhluk seksual.²⁴

Purnomo menyatakan bahwa seks itu sifatnya adalah suci karena selaras dengan rancangan atau apa yang telah Allah tetapkan dalam kekekalan.²⁵ Dalam Perjanjian Lama, istilah “kekudusan” berasal dari kata Ibrani *qados*, yang memiliki berbagai bentuk gramatikal. Dalam bentuk kata sifat, *qados* mengandung makna keterpisahan, khususnya antara terang dan gelap, yang mencerminkan kekudusan Allah sebagai sesuatu yang unik dan transenden. Sementara itu, dalam bentuk kata kerja, digunakan istilah “menguduskan,” yang mengacu pada tindakan Allah dalam menyatakan kekudusan-Nya, terutama dalam peran-Nya sebagai Hakim (Imamat 10:3; Bilangan 20:13). Kekudusan merupakan salah satu atribut esensial dalam diri Allah yang membedakan-Nya dari segala ciptaan. Dalam Imamat 19:2 dinyatakan secara eksplisit, “...Kuduslah kamu, sebab Aku, TUHAN, Allahmu, kudus...,” yang menunjukkan bahwa kekudusan Allah menjadi dasar etis bagi umat-Nya. Ketika Allah secara berulang kali menyatakan “Akulah TUHAN,” hal ini

²³ Rahayu Riska, “Komunikasi Diadik Pasangan(Studi Kasus Pada Pasangan Merried By Accident Di Desa Pasir Putih Balai Jaya Kabupaten Rokan Hilir)” (2020).

²⁴ Murni Hermawaty Sitanggang, “Digital Repository Modul Pendidikan Agama Kristen” (Jember: Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Jember, 2017), 43.

²⁵ Yushika D. Monding, “Tinjauan Teologis Tentang Pendidikan Seks Dari Perspektif Pendidikan Kristiani Transformatif,” ” *Jurnal Teologi Kristen* 2 (2020): 175.

mengandung tuntutan moral agar umat-Nya hidup sesuai dengan kehendak dan teladan yang telah Ia nyatakan.²⁶ Dalam konteks hubungan seks suami istri dengan kekudusan yaitu Allah menghendaki bahwa hubungan seks suami istri itu suci, tidak berdosa, tidak ada kecemaran di dalamnya, hubungan seks itu kudus apabila hanya dilakukan oleh pasangan suami istri yang sah dalam peneguhan pernikahan yang resmi, serta tidak boleh ada dosa yang mencemari hubungan itu, seperti misalnya dosa perselingkuhan, ataupun dosa lain yang berhubungan dengan dosa seksualitas. Pelanggaran terhadap tatanan ini, seperti perselingkuhan, perzinahan, pornografi, atau praktik seks di luar pernikahan, dianggap sebagai bentuk pencemaran terhadap kekudusan hubungan tersebut. Hal ini tidak hanya merusak ikatan emosional dan spiritual antara pasangan, tetapi juga merupakan bentuk ketidaktaatan terhadap perintah Allah yang menghendaki agar tubuh manusia, termasuk dalam ekspresi seksualitas, menjadi alat kemuliaan bagi-Nya (bdk. Roma 12:1-2).

Dengan demikian, hubungan seksual dalam pernikahan Kristen dipahami tidak hanya secara etis dan moral, tetapi juga dalam kerangka spiritual yang mengakui otoritas Allah atas tubuh dan relasi manusia. Tujuan utama dari kekudusan dalam hubungan suami istri bukan hanya untuk menjaga kesetiaan moral, tetapi untuk memelihara integritas spiritual yang mencerminkan kasih Kristus dalam relasi pernikahan (bdk. Efesus 5:25-33).²⁷

Hubungan Seks Suami Istri Adalah Sarana Prokreasi

Salah satu tujuan Allah menciptakan seks adalah sebagai sarana bagi manusia untuk melaksanakan mandat prokreasi yang Allah perintahkan. Dalam kitab Kejadian 1:28 menyatakan “Allah memberkati (*barak*) mereka...,” kata “*barak*” berarti menunjukkan sifat Allah untuk memberkati manusia ciptaan-Nya. Selanjutnya dalam ayat 28b menyatakan “lalu Allah berfirman kepada mereka: “Beranakcuculah dan bertambah banyak; penuhilah bumi dan taklukkanlah itu,” frasa “beranakcucu dan bertambah banyak” memberikan penjelasan bahwasanya pribadi Allah sendiri menghendaki supaya manusia untuk bertambah banyak jumlahnya di muka bumi ini, yang pada hakekatnya untuk melaksanakan mandat tersebut supaya menghasilkan anak atau memiliki keturunan manusia yang baru, akan didapatkan melalui sebuah proses tindakan awal yaitu melakukan hubungan seks biologis, yang pada proses akhirnya manusia akan mengandung bakal manusia baru dan kemudian melahirkan anak generasi berikutnya. Jadi, dapat dinyatakan bahwa pada mulanya Allah menghadirkan seks dan tindakan seksualitas bagi manusia adalah sebagai sarana untuk bereproduksi, bertambah banyak menghasilkan keturunan yang baru untuk memenuhi bumi ini. Inilah yang disebut dengan sarana prokreasi, yaitu sebuah daya atau kemampuan manusia yang Allah berikan untuk

²⁶ Daniel Udju, “Makna Kata ‘Kudus’ Berdasarkan 1 Petrus 1:15-16,” *JIMI (Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia)* 1, no. 2 (2023): 20–30, <https://jurnal.tiga-mutiara.com/index.php/jimi/article/view/20>.

²⁷ Herowati Sitorus, “Jemaat Yang Kudus Sebagai Reinterpretasi Kehadiran Allah,” *JCH (Jurnal Christian Humaniora)* 1, no. 1 (2017), <https://e-journal.iakntarutung.ac.id/index.php/humaniora/article/view/2>.

mencipta atau menghasilkan manusia keturunan baru dengan adanya campur tangan Tuhan di dalamnya.²⁸

Mengutip penjelasan Noh Ibrahim Boiliu tentang konteks prokreasi pada manusia sebagai daya mencipta atau menghasilkan keturunan yang baru, adalah berbeda dengan konteks prokreasi pada makhluk hidup lainnya seperti tumbuhan dan hewan. Sekalipun dalam masa awal penciptaan bumi dan isinya, Allah juga memberkati dan memberikan kuasa prokreasi kepada tumbuh-tumbuhan dan hewan untuk menghasilkan keturunan baru, seperti yang tertuang dalam Kejadian 1:22 “Lalu Allah memberkati semuanya itu, firman-Nya: “Berkembangbiaklah dan bertambah banyaklah serta penuhilah air dalam laut, dan hendaklah burung-burung di bumi bertambah banyak.” Ayat 24 “Berfirmanlah Allah: “Hendaklah bumi mengeluarkan segala jenis makhluk yang hidup, ternak dan binatang melata dan segala jenis binatang liar.” Dan jadilah demikian. Namun dalam konteks tersebut, tumbuhan dan hewan bereproduksi hanya bersifat untuk regenerasi dan bertambah banyak memenuhi bumi. Tumbuh-tumbuhan bereproduksi dengan cara perkawinan alamiah yang telah Allah aturkan. Hewan atau binatang bereproduksi dengan adanya hubungan kelamin seksualitas berdasarkan insting atau naluri berahi hewani dalam tujuannya hanya semata untuk berkembang biak atau bertambah banyak jumlahnya.²⁹ Hal tersebut berbeda dengan konteks prokreasi pada diri manusia, yaitu sebuah kemampuan yang Allah berikan kepada manusia untuk menghasilkan atau menciptakan manusia keturunan baru, melalui hubungan seksualitas yang Allah khususkan, yang nilainya adalah suci, mulia dan Allah bubuhkan berkat diatasnya, sebagai sebuah anugerah kepada manusia untuk dapat dinikmati dalam membangun sebuah keluarga. Dalam konteks ini, manusia melaksanakan mandat Ilahi yang Tuhan perintahkan.³⁰

Hubungan Seks Suami Istri Adalah Sarana Relasi Paling Intim (Intimated Relationship)

Wijaya dalam tulisan Novita Sari menjelaskan bahwa dalam kitab Kejadian 4:1 menyatakan “Kemudian manusia itu bersetubuh dengan Hawa, istrinya, dan mengandunglah perempuan itu,,,”. Frasa “bersetubuh” dalam versi *King James Version* (KJV) menggunakan kata “*knew*” (*to know*), yang mempunyai arti mengenal, mengerti, mengetahui. Bila kita merujuk dari pengertian ini dapat dijelaskan bahwa makna kata “bersetubuh” antara manusia Adam dan Hawa adalah merupakan sebuah tindakan untuk saling mengenal, saling mengerti, saling mengetahui dalam suatu keintiman yang sangat

²⁸ Paulus Dimas Prabowo and Anggi Malela, “Konsep Prokreasi Dalam Kejadian 1:26-28 Sebagai Jawaban Terhadap Gaya Hidup Childfree,” *Pengarah: Jurnal Teologi Kristen* 5, no. 1 (2023): 26–28.

²⁹ Noh I. Boiliu, “TEOLOGIA HETEROSEKSUAL BERDASARKAN KEJADIAN 1:26-28 DAN IMPLIKASINYA DALAM PERILAKU SEKSUAL,” *LGBT Dalam Perspektif Keilmuan*. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia (2017): 26–28, file:///C:/Users/ACER/Downloads/TEOLOGIA_HETEROSEKSUAL_BERDASARKAN_KEJAD.pdf.

³⁰ Michael Dhanraj et al., “MENINJAU KONSEP SEKSUALITAS MENURUT KEJADIAN 1 : 26-28 DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PENDIDIKAN SEKSUAL BAGI REMAJA REVIEWING THE CONCEPT OF SEXUALITY ACCORDING TO GENESIS 1 : 26-28 AND ITS IMPLICATIONS FOR SEXUAL EDUCATION FOR ADOLESCENTS” 13, no. Juni (2024): 279–298.

dalam yang diekspresikan dalam tindakan hubungan seks tersebut.³¹ Sekalipun tanpa ada kata-kata yang diucapkan, namun dalam setiap ekspresi dan tindakan dalam hubungan seks suami istri, akan terjadi rasa saling memahami kemauan pasangannya untuk berbagi dan memberikan sebuah pelayanan cinta kasih yang terbaik bagi pasangannya. Oleh sebab itu, hubungan seks suami istri tidak boleh dipandang sebagai sarana hanya untuk pelampiasan berahi saja, tetapi lebih dari itu ada makna yang paling mendalam terkandung di dalamnya, bahwa lewat hubungan seks suami istri hendaknya menjadikan kedua pasangan tersebut semakin dekat untuk saling mengenal, saling memahami dan saling melayani dalam keintiman badani maupun jiwani antar keduanya.³² Hal inilah yang dimaksud dengan hubungan seks suami istri merupakan suatu sarana membangun relasi keintiman paling dalam antar kedua pasangan.

Hubungan Seks Suami Istri Adalah Sarana Rekreasi

Menurut Abineno, C.L.Ch, ada empat fase yang akan dialami oleh manusia ketika melakukan hubungan seksualitas yang dapat memberikan kepuasan secara psikis, yaitu hasrat, keinginan atau gairah (*desire*); rangsangan (*excitement*); klimaks atau puncak nafsu (*orgasm*); dan pemecahan masalah (*resolution*).³³ Dalam jaringan tubuh manusia terdapat senyawa kimia yang disebut *neurotransmitter* yang fungsinya untuk membawa dan mengirimkan pesan antar *neuron* (sel saraf) ke berbagai jaringan tubuh termasuk ke otak manusia. Menurut ilmu seksology *neurotransmitter* memiliki peranan yang cukup dominan dalam memberikan dampak dimensi rekreasi kepada pasangan yang melakukan hubungan seks. Ketika seseorang mengalami puncak orgasme seksual, tubuhnya akan mengalami berbagai macam perubahan fisiologi yang kompleks. Setidaknya ada dua *neuro-endocrine* yang dihasilkan atau dilepaskan oleh tubuh ketika mengalami orgasme, yaitu *endorphine* dan *serotonin*. Kedua hormon inilah yang menyebabkan tubuh menjadi terasa rileks dengan adanya kepuasan fisik maupun psikis pada saat orgasme. Kondisi rileks dan mengalami kepuasan seks seperti inilah yang dimaksud dengan dimensi rekreasi dari hubungan seks suami istri yang akan dinikmati dan dirasakan.³⁴

Dimensi rekreasi dari hubungan seksual juga dapat diibaratkan seperti orang yang sedang pergi berekreasi atau liburan, kemudian ia akan menjelajah perjalanannya dengan menikmati situasi dan suasana di suatu tempat yang menyenangkan hati dan pikirannya. Saat ia menikmati rekreasinya dengan penuh kesenangan dan gembira, maka hormon-hormon positif dalam tubuhnya seperti *endorphine* akan semakin terbentuk dan diproduksi oleh tubuh, yang menyebabkan orang tersebut mengalami rasa rileks dan kepuasan secara batin atas apa yang dinikmatinya. Demikian dengan hubungan seks suami istri, ibarat orang yang sedang berekreasi, dalam tindakan hubungan seks suami istri akan terjadi petualangan-petualangan cinta dan kasih yang diekspresikan lewat setiap gerakan dan tindakan yang dilakukan saat melakukannya.

³¹ Harita et al., "Seksualitas Alkitabiah: Pendampingan Pastoral Bagi Remaja Kristen Dalam Menghadapi Fenomena "Free Sex"."

³² Sitanggang, "Digital Repository Modul Pendidikan Agama Kristen."

³³ Halawa, "Seks Menurut Alkitab Sebagai Kontribusi Bagi Pengajaran Gereja Masa Kini."

³⁴ Ibid.

Hubungan Seks Suami Istri Adalah Dimensi Refleksi Ilahi

Refleksi yang dimaksud adalah bahwa hubungan seksual antara suami istri hendaklah menjadi sebuah gambaran atau metafora mengenai hubungan Kristus dengan jemaat yang penuh keintiman. Hubungan seksual suami istri dalam pernikahan yang resmi dan kudus merupakan gambaran ikatan perjanjian dalam relasi Allah dan umatNya. Hal tersebut seperti yang dinyatakan oleh Rasul Paulus dalam Efesus 5:31-32 menuliskan bahwa “Sebab itu laki-laki akan meninggalkan ayahnya dan ibunya dan bersatu dengan istrinya, sehingga keduanya itu menjadi satu daging, rahasia ini besar, tetapi yang aku maksudkan ialah hubungan Kristus dan jemaat”. Ayat ini menegaskan bahwa ikatan pernikahan bukan sekadar kontrak sosial atau institusi budaya, melainkan merupakan misteri rohani yang mencerminkan kesatuan ilahi antara Kristus dan Gereja. Relasi seksual dalam konteks pernikahan yang kudus menjadi bagian integral dari ekspresi kasih yang total dan komitmen yang tak terpisahkan. Dalam pandangan teologis, kesatuan tubuh antara suami dan istri adalah cerminan dari kesatuan spiritual yang lebih dalam, yang dilandaskan pada kasih, pengorbanan, dan kesetiaan nilai-nilai yang juga mendasari relasi Kristus dengan jemaat-Nya. Oleh karena itu, hubungan seksual dalam pernikahan Kristen memiliki makna sakramental: bukan hanya tindakan biologis, tetapi juga pengungkapan spiritual tentang kasih Allah yang menyatukan dan menguduskan. Dengan demikian, pernikahan Kristen memanggil setiap pasangan untuk menjadikan keintiman fisik sebagai bentuk pelayanan kasih yang mencerminkan kemuliaan hubungan antara Sang Juru selamat dan umat-Nya.³⁵

Makna Hubungan Seks Suami Istri Berdasarkan Perspektif Ilmu Seksologi

Menurut Elvira Devina dalam tulisannya menjelaskan bahwa Ilmu Seksologi adalah studi ilmiah tentang seksualitas manusia, termasuk kepentingan seksual manusia, perilaku seksual manusia, dan fungsi seksual bagi manusia.³⁶

Dalam perspektif ilmu seksologi, hubungan seksual antara suami dan istri dipandang sebagai suatu bentuk komunikasi intim yang bersifat biologis, psikologis, dan emosional. Seksologi sebagai ilmu yang mempelajari perilaku seksual manusia menekankan bahwa hubungan seksual bukan hanya sebatas aktivitas fisik untuk memenuhi kebutuhan biologis, tetapi juga merupakan sarana penting dalam membangun kelekatan emosional dan keseimbangan psikoseksual dalam kehidupan pernikahan. Hubungan seksual yang sehat dan harmonis dapat meningkatkan kualitas relasi pasangan, memperkuat rasa saling percaya, serta membangun stabilitas emosional yang berdampak langsung pada keharmonisan rumah tangga. Selain itu, seksologi menekankan pentingnya aspek konsensualitas, keintiman, dan kepuasan timbal balik dalam hubungan seksual, yang semuanya berkontribusi pada terciptanya pernikahan yang sehat dan berkelanjutan.

³⁵ Innocentius Gerardo Mayolla and Reinardus Bhadar Agastya Rynanta, “Memaknai Dimensi Sakramental Perkawinan Katolik Dalam Kanon 1055 §1-2 Dari Perspektif Teologi Tubuh Paus Yohanes Paulus II,” *Media: Jurnal Filsafat dan Teologi* 5, no. 1 (2024): 113–132.

³⁶ Elvira Devina Neysa Fidela, *Aplikasi Edukasi Seksologi Terhadap Anak Usia Dini Berbasis Android Studi Kasus Lembaga Perlindungan Anak Yogyakarta* (Yogyakarta: STIMIK AMIKOM, 2015), https://repository.amikom.ac.id/files/Publikasi_11.11.5045.pdf.

Oleh karena itu, pemahaman seksualitas dalam pernikahan tidak dapat dipisahkan dari aspek komunikasi, keterbukaan, dan penghargaan terhadap kebutuhan dan perasaan pasangan, yang secara keseluruhan menjadi pondasi penting dalam menjaga kualitas kehidupan suami istri secara menyeluruh.

Kepuasan Seks Bagi Suami Adalah Sebuah “Harga Diri”.

Dalam perspektif psikologi dan seksologi, kepuasan seksual merupakan komponen penting dalam pembentukan identitas, harga diri, dan keseimbangan emosional, khususnya bagi laki-laki dalam relasi pernikahan. Bagi sebagian besar pria, keberhasilan dalam menjalankan fungsi seksual, baik dalam hal kemampuan, performa, maupun kemampuan memenuhi kepuasan pasangan seringkali diasosiasikan dengan status maskulinitas dan nilai diri.³⁷

Secara teoretik, William James dan Carl Rogers dalam kajian tentang *self-concept* menyatakan bahwa individu cenderung menilai harga dirinya berdasarkan persepsi akan kompetensi dan penerimaan dirinya dalam peran sosial yang dijalani. Dalam konteks pernikahan, suami yang merasa mampu memberikan kepuasan seksual kepada pasangannya akan memandang dirinya berhasil dalam menjalankan peran sebagai laki-laki dan kepala keluarga, yang kemudian memperkuat *self-esteem* dan identitas maskulin. Menurut David Schnarch, seorang terapis pernikahan dan seksolog klinis, keintiman seksual bukan hanya soal kenikmatan fisik, tetapi juga merupakan ajang pembuktian psikologis terhadap *dignity* dan kapasitas personal. Ketika seorang suami mengalami penolakan, disfungsi seksual, atau merasa tidak mampu memuaskan pasangan, hal tersebut tidak jarang menimbulkan krisis harga diri, kecemasan performa, bahkan gangguan relasional yang ujungnya dapat mempengaruhi keharmonisan dalam rumah tangga.³⁸

Dari sudut pandang sosiologis, peran gender tradisional juga memperkuat pemahaman bahwa suami adalah pihak yang "menguasai" atau "mengontrol" dinamika seksual dalam pernikahan. Oleh karena itu, keberhasilan dalam memberikan kepuasan seksual sering dimaknai sebagai keberhasilan dalam memenuhi ekspektasi sosial terhadap peran maskulinitas. Dengan demikian, kepuasan seksual bukan sekadar aspek biologis, melainkan bagian dari konstruksi sosial dan psikologis tentang harga diri seorang pria dalam relasi suami istri.

Seks Bagi Wanita Adalah Bentuk Pelayanan Kasih Yang Tulus, Bukan Beban Paksaan

Dalam kajian psikologi dan seksologi, hubungan seksual bagi perempuan umumnya dipandang bukan semata sebagai aktivitas fisik atau kebutuhan biologis, tetapi sebagai bentuk ekspresi emosional dan afektif yang dalam. Sejumlah teori menyatakan bahwa bagi banyak wanita, seks lebih dari sekadar keintiman tubuh; ia merupakan saluran komunikasi relasional, dimana kasih, penerimaan, dan kelekatan emosional

³⁷ Nur Irmayanti and Aironi Zuroida, “Pengembangan Model Pengetahuan Perilaku Seks Melalui Seks Education Untuk Siswa Sma,” *Journal of Urban Sociology* 2, no. 1 (2019): 76.

³⁸ Andhika Yuda Pratama, ed., *Pendidikan Seksual Komprehensif: Standar Materi Dalam Perspektif Indonesia*, 1st ed. (Agam. Sumatera Barat: CV. Suluah Kato Khatulistiwa, 2023).

disampaikan secara holistik. Menurut Virginia Satir, seorang pelopor terapi keluarga, perempuan cenderung memaknai relasi seksual sebagai bagian dari proses pemberian diri (*self-giving*), dimana tindakan tersebut merupakan bentuk pelayanan dan pengabdian dalam konteks cinta, bukan paksaan atau tuntutan. Hal ini sejalan dengan pandangan Helen Singer Kaplan, seksolog klinis, yang menggarisbawahi bahwa motivasi seksual perempuan seringkali lebih berorientasi pada relasi dan keterikatan emosional, dibandingkan dorongan fisiologis murni.³⁹

Dari perspektif psikologi humanistik, terutama dalam pemikiran Carl Rogers, cinta yang sejati diwujudkan melalui penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*). Dalam konteks hubungan suami istri, perempuan yang terlibat dalam hubungan seksual atas dasar cinta dan kasih akan melakukannya secara sukarela, sebagai bagian dari pelayanan penuh kasih terhadap pasangannya, bukan sebagai kewajiban atau keterpaksaan yang membebani. Sementara itu, pendekatan sosiokultural juga mengungkapkan bahwa dalam budaya-budaya yang menempatkan pernikahan sebagai lembaga sakral, perempuan sering melihat seks sebagai bagian dari panggilan peran, bukan dalam kerangka subordinasi, tetapi sebagai sarana mewujudkan cinta, memperkuat ikatan pernikahan, dan menjaga keharmonisan relasi. Dalam pengertian ini, seks menjadi tindakan aktif yang penuh kesadaran, bukan bentuk pasif yang dilandasi tekanan atau paksaan.⁴⁰

Dengan demikian, ketika wanita memandang hubungan seksual sebagai pelayanan dan bukti cinta, ia tidak sedang menempatkan dirinya dalam posisi inferior, melainkan menjalankan peran aktif dalam membangun keintiman yang utuh, baik secara emosional, spiritual, maupun fisik. Maka, seks dalam relasi suami istri yang sehat adalah relasi mutual, yang didasari pada cinta kasih, keikhlasan, dan penghormatan terhadap martabat pribadi masing-masing.

Perspektif Kritis atas Teologi dan Relasi Seksual dalam Pernikahan

Dalam konteks keluarga modern, pendekatan normatif-teologis terhadap relasi seksual dalam pernikahan perlu dikaji ulang secara kritis, terutama ketika tafsir keagamaan digunakan untuk melegitimasi subordinasi perempuan atau kekerasan dalam rumah tangga. Relasi seksual dalam pernikahan bukanlah bentuk kewajiban sepihak, melainkan interaksi yang harus dilandasi oleh persetujuan (*consent*), otonomi tubuh, dan kesetaraan gender. Hak perempuan untuk menolak hubungan seksual termasuk dalam ikatan pernikahan merupakan bagian dari hak atas tubuh dan integritas diri, sebagaimana dijamin dalam instrumen hak asasi manusia dan ditegaskan dalam laporan tahunan Komnas Perempuan. Selain itu, pemahaman tradisional yang membatasi seksualitas hanya pada tujuan prokreasi mengabaikan fungsi emosional dan psikososial dari hubungan intim, termasuk dinamika pasangan yang mengalami infertilitas atau berada dalam tahap hidup yang berbeda secara seksual. Oleh karena itu, keterlibatan sumber

³⁹ Dika Sahputra, *Konseling Keluarga*, 1st ed. (Nganjuk, Jawa Timur: CV. Dewa Publishing, 2023), [http://repository.uinsu.ac.id/16887/1/Konseling Keluarga-Dika Sahputra-Untuk Perpus.pdf](http://repository.uinsu.ac.id/16887/1/Konseling%20Keluarga-Dika%20Sahputra-Untuk%20Perpus.pdf).

⁴⁰ Tegar Wahyu Firmansyah, "Integrasi Teori Humanistik Abraham Maslow, Carl Rogers Dan Terapi Transpersonal Dalam Mewujudkan Transformasi Diri Dan Penyembuhan Psikologis" 5 (2025): 4511–4526.

teologis dalam analisis kekerasan domestik perlu diimbangi dengan pendekatan dari seksologi, psikologi relasi, dan studi gender agar tidak terjebak dalam bias normatif yang mengaburkan akar struktural kekerasan.

Manfaat Hubungan Seks Suami Istri Menurut Ilmu Kesehatan

Hubungan seks suami istri yang frekwensinya teratur maka dapat memberikan manfaat, antara lain sebagai berikut: Meningkatkan Kesehatan Jantung; Aktivitas seksual yang dilakukan secara rutin dan sehat terbukti membantu menurunkan tekanan darah serta meningkatkan fungsi kardiovaskular. Beberapa studi menyebutkan bahwa hubungan seksual 2-3 kali seminggu dapat mengurangi risiko serangan jantung dan stroke. Memperkuat Sistem Imun; Hubungan seksual yang teratur dapat meningkatkan produksi antibodi (*immunoglobulin A/IgA*) yang berfungsi melawan virus dan bakteri. Pasangan yang aktif secara seksual cenderung memiliki daya tahan tubuh lebih baik.⁴¹ Meningkatkan Kesehatan Mental dan Emosional; Seksual yang sehat dapat menurunkan tingkat stres dan kecemasan, serta meningkatkan produksi hormon endorfin, dopamin, dan oksitosin yang menimbulkan perasaan bahagia dan relaksasi. Meningkatkan rasa kelekatan emosional antar pasangan (*emotional bonding*). Menjaga Keseimbangan Hormon; Pada wanita, aktivitas seksual membantu menstabilkan hormon estrogen dan progesteron yang penting bagi kesehatan reproduksi dan tulang. Pada pria, hubungan seksual teratur membantu menjaga kadar testosteron yang memengaruhi energi, suasana hati, dan libido. Meningkatkan Kualitas Tidur; Setelah orgasme, tubuh melepaskan prolaktin dan oksitosin yang membantu menciptakan rasa kantuk dan kualitas tidur yang lebih baik. Tidur yang berkualitas berdampak langsung pada kesehatan fisik dan mental. Mengurangi Nyeri dan Ketegangan Otot; Selama aktivitas seksual, tubuh melepaskan endorfin yang bertindak sebagai pereda nyeri alami, termasuk mengurangi sakit kepala dan nyeri haid pada wanita. Juga membantu melemaskan otot dan mengurangi ketegangan tubuh secara umum. Menjaga Kesehatan Reproduksi; Pada pria, ejakulasi yang teratur dapat menurunkan risiko kanker prostat. Pada wanita, hubungan seksual membantu menjaga elastisitas vagina dan meningkatkan aliran darah ke organ reproduksi. Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Citra Diri Positif; Hubungan seksual yang saling memuaskan berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri, penerimaan tubuh, dan persepsi positif terhadap pasangan.⁴²

Dari apa yang telah dijelaskan diatas, dapat dilihat dan dipahami bahwa hubungan seks suami istri pada prinsipnya mengandung banyak makna dan manfaatnya. Hubungan seks suami istri yang berjalan dengan baik, teratur, terpuaskan, dengan didasari adanya cinta kasih, akan membantu mendukung terciptanya suasana atau atmosfir keluarga yang menyenangkan, dipenuhi sukacita dalam kebersamaan, maka hal ini akan menjadi salah satu sumber untuk membentuk keluarga yang harmonis. Oleh sebab itu, suami dan istri tidak boleh saling berjauhan. Tidak boleh bertarak, seperti yang dijelaskan dalam kitab 1

⁴¹ M ikhsan Fathurrahman, Dedi Aryadi, and Ayi Rahmat, "Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan Dimasyarakat Kabupaten Lebak," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi* 1, no. 2 (2020): 84–90.

⁴² Tahta Zulfina Jamilah, "Minat, Kebudayaan, Pengalaman Dan Sumber Informasi Terhadap Hubungan Seksual Pada Masa Kehamilan," *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia* 10, no. 01 (2020): 13–18.

Korintus 7:5 "Janganlah kamu saling menjauhi, kecuali dengan persetujuan bersama untuk sementara waktu, supaya kamu mendapat kesempatan untuk berdoa. Sesudah itu hendaklah kamu kembali hidup bersama-sama, supaya Iblis jangan menggoda kamu, karena kamu tidak tahan bertarak."

Secara psikologis dan emosional, hubungan seksual yang sehat dan saling membahagiakan dapat mempererat ikatan batin, menciptakan rasa aman, memperkuat komunikasi, serta membangun rasa saling memiliki dan menghargai antar pasangan. Dalam konteks spiritualitas Kristen, keintiman fisik ini menjadi bentuk pelayanan kasih dan pemberian diri secara utuh kepada pasangan, sebagai wujud nyata dari kasih agape yang tanpa syarat. Implikasinya, ketika hubungan seksual dijalani dengan kasih, komitmen, dan hormat sesuai prinsip iman Kristen, maka keharmonisan rumah tangga tidak hanya akan tercipta, tetapi juga dapat dipelihara dalam jangka panjang, menjadikan keluarga sebagai tempat pertumbuhan rohani, emosional, dan sosial yang sehat bagi seluruh anggotanya. Oleh sebab itu, gereja harus menjadi salah satu bagian untuk berperan aktif melalui pelayanannya, untuk memberikan edukasi atau pemahaman kepada warga gereja mengenai pentingnya peranan hubungan seks suami istri dalam keluarga demi menciptakan keluarga Kristen yang harmonis.

KESIMPULAN

Hubungan seks suami istri merupakan anugerah Allah yang kudus dan dirancang bukan semata-mata sebagai pemenuhan kebutuhan biologis, melainkan sebagai wujud persekutuan yang dalam antara dua pribadi yang telah terikat dalam perjanjian pernikahan. Dalam perspektif Alkitab, seks dipahami sebagai sesuatu yang baik dan suci, yang mencerminkan kehendak ilahi dan mencakup berbagai fungsi: prokreasi, relasi keintiman, rekreasi emosional, serta refleksi dari kasih dan kesatuan yang bersumber dari Allah sendiri. Di sisi lain, ilmu seksologi dan kesehatan memberikan pemahaman yang melengkapi aspek teologis ini dengan menunjukkan bahwa kepuasan seksual bagi pria erat kaitannya dengan identitas dan harga diri, sementara bagi wanita, hubungan seksual yang sehat adalah ekspresi kasih dan pelayanan yang tulus dalam cinta pernikahan. Secara medis, hubungan seksual yang sehat terbukti memberikan manfaat signifikan bagi kesehatan fisik dan mental. Oleh karena itu, pemahaman yang utuh dan seimbang mengenai seks dalam pernikahan, baik dari sudut pandang teologi maupun ilmu pengetahuan modern menegaskan bahwa hubungan seks suami istri adalah karunia Allah yang harus dihormati, dijaga kesuciannya, dan dijalani dalam kasih yang saling melayani. Yang jika pemahaman ini diterapkan dalam kehidupan membangun sebuah rumah tangga, harapannya adalah bahwa implementasi dari pemahaman ini dapat menjadi faktor pendukung untuk menciptakan keluarga yang harmonis. Sebab itu, gereja harus hadir menjadi salah satu wadah untuk memberikan edukasi terhadap jemaatnya. Gereja memiliki peran strategis dan mendesak untuk menjembatani kesenjangan pengetahuan, membentuk kesadaran moral, dan menyediakan ruang pembinaan yang relevan dan kontekstual.

DAFTAR PUSTAKA

- Boiliu, Noh I. "TEOLOGIA HETEROSEKSUAL BERDASARKAN KEJADIAN 1:26-28 DAN IMPLIKASINYA DALAM PERILAKU SEKSUAL." *LGBT Dalam Perspektif Keilmuan*. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia (2017): 26–28.
file:///C:/Users/ACER/Downloads/TEOLOGIA_HETEROSEKSUAL_BERDASARKAN_KEJAD.pdf.
- Dhanraj, Michael, Christina Metallica Samosir, Meriani Debatara, and Universitas Kristen Indonesia. "MENINJAU KONSEP SEKSUALITAS MENURUT KEJADIAN 1 : 26-28 DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PENDIDIKAN SEKSUAL BAGI REMAJA REVIEWING THE CONCEPT OF SEXUALITY ACCORDING TO GENESIS 1 : 26-28 AND ITS IMPLICATIONS FOR SEXUAL EDUCATION FOR ADOLESCENTS" 13, no. Juni (2024): 279–298.
- Emzir. "Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data." *Narratives of Therapists' Lives*. Depok: Rajawali Pers, 2016.
- Fathurrahman, M ikhsan, Dedi Aryadi, and Ayi Rahmat. "Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan Dimasyarakat Kabupaten Lebak." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi* 1, no. 2 (2020): 84–90.
- Fidela, Elvira Devina Neysa. *Aplikasi Edukasi Seksologi Terhadap Anak Usia Dini Berbasis Android Studi Kasus Lembaga Perlindungan Anak Yogyakarta*. Yogyakarta: STIMIK AMIKOM, 2015. https://repository.amikom.ac.id/files/Publikasi_11.11.5045.pdf.
- Firmansyah, Tegar Wahyu. "Integrasi Teori Humanistik Abraham Maslow , Carl Rogers Dan Terapi Transpersonal Dalam Mewujudkan Transformasi Diri Dan Penyembuhan Psikologis" 5 (2025): 4511–4526.
- Gunawijaya, I Wayan Tirta. "TEOLOGI SEKS DALAM PENCIPTAAN KETURUNAN SUPUTRA I Wayan Titra Gunawijaya Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja." *GENTA HREDDAYA: Media informasi ilmiah Jurusan Brahma Widya STAHN Mpu* 3, no. 2 (2019): 21–29.
<https://stahnmpukuturan.ac.id/jurnal/index.php/genta/article/view/460>.
- Hafil, Muhammad. "Kesal Jarang Berhubungan Intim, Suami Bunuh Istri." *Berita Republika*. Jakarta, 2024. <https://www.msn.com/id-id/berita/nasional/kesal-jarang-berhubungan-intim-suami-bunuh-istri/ar-BB1h5OdO?ocid=msedgdhp&pc=U531&cvid=069805e9ec9244b0b401ad1a312bc042&ei=27>.
- Halawa, Junius. "Seks Menurut Alkitab Sebagai Kontribusi Bagi Pengajaran Gereja Masa Kini." *Jurnal Scripta* 1, no. 1 (2019): 164–180.
- Harita, Novi Saria, David Eko Setiawan, Karima Buulolo, and Daniel Irwanto Sinabariba. "Seksualitas Alkitabiah: Pendampingan Pastoral Bagi Remaja Kristen Dalam Menghadapi Fenomena "Free Sex"." *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi* 2, no. 1 (2021): 40–62.
- Illu, Wilianus, and Olivia Masihoru. "Upaya Gereja Dalam Pembinaan Usia Remaja Yang Melakukan Hubungan 'Free Seks.'" *Missio Ecclesiae* 9, no. 1 (2020): 1–19.
- Irmayanti, Nur, and Aironi Zuroida. "Pengembangan Model Pengetahuan Perilaku Seks Melalui Seks Education Untuk Siswa Sma." *Journal of Urban Sociology* 2, no. 1 (2019): 76.
- Jamilah, Tahta Zulfina. "Minat, Kebudayaan, Pengalaman Dan Sumber Informasi Terhadap Hubungan Seksual Pada Masa Kehamilan." *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia* 10, no. 01 (2020): 13–18.
- Lase, Erniwati. "Peranan Konselor Mengatasi Perselingkuhan Dalam Hubungan Pernikahan Kristen Di Desa Sibabai Sikakap Mentawai." *Jurnal Excelsis Deo* 5, no. 1 (2021): 59–70. <http://s3.amazonaws.com/churchplantmedia->

- Lumban Gaol, Stefanus M. Marbun, and Kalis Stevanus. "Pendidikan Seks Pada Remaja." *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 2, no. 2 (2019): 325–343.
- Mayolla, Innocentius Gerardo, and Reinardus Bhadar Agastya Rynanta. "Memaknai Dimensi Sakramental Perkawinan Katolik Dalam Kanon 1055 §1-2 Dari Perspektif Teologi Tubuh Paus Yohanes Paulus II." *Media: Jurnal Filsafat dan Teologi* 5, no. 1 (2024): 113–132.
- Monding, Yushika D. "Tinjauan Teologis Tentang Pendidikan Seks Dari Perspektif Pendidikan Kristiani Transformatif." *Jurnal Teologi Kristen* 2 (2020): 175.
- Nugraha, Afgan, Amiruddin Barinong, and Zainuddin Zainuddin. "Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian Rumah Tangga Akibat Perselingkuhan." *Kalabbirang Law Journal* 2, no. 1 (2020): 53–68.
- Prabowo, Paulus Dimas, and Anggi Malela. "Konsep Prokreasi Dalam Kejadian 1:26-28 Sebagai Jawaban Terhadap Gaya Hidup Childfree." *Pengarah: Jurnal Teologi Kristen* 5, no. 1 (2023): 26–28.
- Pratama, Andhika Yuda, ed. *Pendidikan Seksual Komprehensif: Standar Materi Dalam Perspektif Indonesia*. 1st ed. Agam. Sumatera Barat: CV. Suluah Kato Khatulistiwa, 2023.
- Rahayu Riska. "Komunikasi Diadik Pasangan(Studi Kasus Pada Pasangan Merried By Accident Di Desa Pasir Putih Balai Jaya Kabupaten Rokan Hilir)" (2020).
- Rewasan, Ruben. "Edukasi Seks Berbasis Pendidikan Kristiani Bagi Anggota Jemaat Gereja Protestan Indonesia Di Papua." *EPIGRAPHE : Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani* 5, no. 2 (2021): 311–323.
<http://www.stttorsina.ac.id/jurnal/index.php/epigraphe>.
- Sahputra, Dika. *Konseling Keluarga*. 1st ed. Nganjuk, Jawa Timur: CV. Dewa Publishing, 2023. [http://repository.uinsu.ac.id/16887/1/Konseling Keluarga-Dika Sahputra-Untuk Perpus.pdf](http://repository.uinsu.ac.id/16887/1/Konseling%20Keluarga-Dika%20Sahputra-Untuk%20Perpus.pdf).
- Shaleha, Rinanda Rizky Amalia, and Iis Kurniasih. "Ketidaksetiaan : Eksplorasi Ilmiah Tentang Perselingkuhan." *Buletin Psikologi* 29, no. 2 (2021): 218.
- Sitanggang, Murni Hermawaty. "Digital Repository Modul Pendidikan Agama Kristen." 43. Jember: Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Jember, 2017.
- Sitorus, Herowati. "Jemaat Yang Kudus Sebagai Reinterpretasi Kehadiran Allah." *JCH (Jurnal Christian Humaniora)* 1, no. 1 (2017). <https://e-journal.iakntarutung.ac.id/index.php/humaniora/article/view/2>.
- Solissa, Jeane Priscilia. "Pendampingan Pastoral Terhadap Masalah Perselingkuhan." *ARUMBAE: Jurnal Ilmiah Teologi dan Studi Agama* 4, no. 1 (2022): 117–138.
- Sumeleh, Allan Rifandi. "Seksualitas: Suatu Tinjauan Etis Kristiani Terhadap Pemahaman Mahasiswa Fakultas Teologi Universitas Kristen Indonesia Tomohon Tentang Hubungan Seks." *Tumou Tou VI* (2019): 128–145.
- Team, CNN INDONESIA. "Alasan Kepuasan Seksual Penting Untuk Kehidupan Rumah Tangga." CNN INDONESIA, 2019. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20191206201535-255-454915/alasan-kepuasan-seksual-penting-untuk-kehidupan-rumah-tangga>.
- Udju, Daniel. "Makna Kata 'Kudus' Berdasarkan 1 Petrus 1:15-16." *JIMI (Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia)* 1, no. 2 (2023): 20–30. <https://jurnal.tiga-mutiara.com/index.php/jimi/article/view/20>.
- Zaluchu, Sonny Eli. "Metode Penelitian Di Dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan." *Jurnal Teologi Berita Hidup* 3, no. 2 (2021): 256.
- "Kamus Besar Bahasa Indonesia Online," n.d. <https://kbbi.web.id/seks>.
- "Suami Bunuh Istri Karena Kesal Tolak Berhubungan Intim." CNN INDONESIA, 2021.

<https://www.cnnindonesia.com/nasional/20211118211925-12-723229/suami-bunuh-istri-karena-kesal-tolak-berhubungan-intim>.